



CHARTRE
**ENGAGEMENTS
NUTRITIONNELS**
SNRC

LE SYNDICAT NATIONAL DE LA RESTAURATION COLLECTIVE S'ENGAGE



SOMMAIRE

- 02** Le SNRC et la restauration collective en chiffres
- 04** Pourquoi une charte d'engagements nutritionnels ?
- 05** Comment cette charte a-t-elle été élaborée ?
- 06** Quels sont les axes de progrès de cette charte ?
- 08** Axe de progrès n°1 :
Valoriser les fruits et légumes
- 09** Axe de progrès n°2 :
Diminuer le sucre dans les produits laitiers
- 10** Axe de progrès n°3 :
Diminuer le sel
- 11** Axe de progrès n°4 :
Sélectionner les matières grasses
- 12** Axe de progrès n°5 :
Informer sur la nutrition
- 13** Axe de progrès n°6 :
Former les équipes de restauration à la nutrition
- 14** Glossaire
- 15** Liste des adhérents du SNRC

LE SNRC ET LA RESTAURATION COLLECTIVE EN CHIFFRES

Les administrations, les collectivités locales, les entreprises, les écoles, les établissements de santé, les maisons de retraite, les établissements pénitentiaires, ... peuvent choisir, pour leur service de restauration, deux modes de gestion



L'AUTOGESTION

La collectivité emploie son propre personnel pour son service de restauration

EXEMPLE : une municipalité gère elle-même la restauration de ses écoles primaires et maternelles.

La restauration fait partie des 80 autres métiers que doit gérer la collectivité.



LA GESTION CONCÉDÉE

La collectivité confie la gestion de son service de restauration à une société spécialisée en restauration collective (SRC)

EXEMPLE : une entreprise fait appel à une SRC qui intervient comme prestataire extérieur.

Le service est assuré par une société spécialisée.

SNRC

Syndicat National de la Restauration Collective

87% du chiffre d'affaires réalisé par l'ensemble de la restauration collective concédée

29 sociétés de restauration collective (SRC) adhérentes

Plus d'**1 milliard de repas** servis chaque année et 3 millions de repas quotidiens

Plus de **12 000 restaurants**, sur les 18 000 que compte le secteur de la restauration collective concédée

Près de **75 000 salariés**

LA RESTAURATION COLLECTIVE CONCÉDÉE EN FRANCE

- 18 000 restaurants
- 80 000 salariés
- 10 millions de repas servis par jour

POURQUOI UNE CHARTE D'ENGAGEMENTS NUTRITIONNELS ?

Depuis de nombreuses années, le SNRC participe aux instances publiques de réflexion et de mise en œuvre de la réglementation sur la nutrition (membre du Conseil National de l'Alimentation et du comité de pilotage du PNNS, mise en application du volet nutrition du GEMRCN, ...) et valorise le métier de diététicien-nutritionniste au sein des sociétés de restauration collective (déjà plus de 400 diététiciens-nutritionnistes travaillent au sein des entreprises membres du SNRC). Ses adhérents sont également engagés sur le sujet et mènent déjà régulièrement des actions de sensibilisation.

Cette charte formalise des engagements fédérateurs pour améliorer toujours plus l'offre de repas faite aux convives

C'est pour franchir une nouvelle étape dans son engagement qu'il y a deux ans, le syndicat s'est engagé dans la formalisation d'une charte d'engagements nutritionnels commune à tous ses adhérents. Forts de l'idée que la restauration collective accompagne les individus tout au long de la vie (école, entreprise ou administration publique, maison de soins ou de retraite, etc.), les adhérents du SNRC ont toujours pris au sérieux leur mission d'information et d'éducation en matière de nutrition.

L'objectif de cette charte est d'établir une plateforme commune d'actions pour tous les adhérents du SNRC, qui serait ensuite déployée dans les 12 000 restaurants des sociétés adhérentes, répartis dans toutes les régions de France. La force du SNRC réside en effet dans l'organisation de ses adhérents : des grandes entreprises ou des PME bien intégrées dans leur territoire, permettant de démultiplier ainsi les engagements de la profession dans tous les restaurants pour garantir un impact maximal auprès des divers publics de la restauration collective.

Ainsi, cette charte d'engagements nutritionnels est le fruit d'une réflexion collective au sein du syndicat et formalise des engagements fédérateurs pour améliorer toujours plus l'offre de repas faite aux convives. Les six axes de progrès définis interviennent sur la composition nutritionnelle des produits, sur les habitudes de consommation des produits et sur l'information nutritionnelle apportée aux consommateurs*.

* Les engagements de cette charte ne portent pas sur la conception des repas, qui relève de l'offre propre à chaque adhérent du syndicat.



COMMENT CETTE CHARTE A-T-ELLE ÉTÉ ÉLABORÉE ?

Au sein du SNRC, la Commission Sûreté Alimentaire est une commission technique permanente dédiée aux problématiques de santé, d'obésité, de nutrition et de sécurité sanitaire. Elle participe aux instances publiques de réflexion et de mise en œuvre de la réglementation (CNA, PNNS, GEMRCN), elle crée des outils d'éducation et d'information nutritionnelle, et elle favorise l'engagement des adhérents dans une démarche commune de lutte contre l'obésité.

En 2008, la Commission Sûreté Alimentaire du SNRC a chargé la Commission Nutrition d'élaborer cette charte. Pendant deux ans, une quinzaine de diététiciens-nutritionnistes membres de cette commission se sont penchés sur les menus et produits référencés par les adhérents pour définir les sujets prioritaires en matière de nutrition et identifier les axes de progrès réalisables par tous les adhérents. Cet énorme travail a été finalisé en 2010.

Pour veiller au suivi des engagements de la charte, le SNRC travaille avec le cabinet de certification Bureau Veritas. Ce cabinet a réalisé au printemps 2010 un audit de départ (année 0) des adhérents. Il servira de référence et sera réalisé chaque année avec des données comparables pour évaluer les progrès réalisés. Le cabinet réalisera ensuite une synthèse annuelle consolidée des données collectées et produira un avis sur l'atteinte ou non des critères fixés dans la charte, dans l'objectif de la faire évoluer si besoin.

Les engagements nutritionnels définis par le SNRC et validés par ses membres sont des engagements collectifs. Ils pourront être améliorés par chacune des entreprises adhérentes en fonction de ses capacités.

Le saviez-vous ?

Le SNRC a signé en 2006 la Charte Européenne des bonnes pratiques contre l'obésité en Europe, élaborée par Ferco, la Fédération européenne de la restauration collective concédée.

QUELS SONT LES AXES DE PROGRÈS FORTS DE CETTE CHARTE ?

Les axes de progrès nutritionnels pris par les adhérents dans cette charte visent à intervenir :

- sur la composition nutritionnelle des produits
- sur la consommation des produits
- et dans des domaines connexes :
 - information, éducation nutritionnelle
 - intégration d'expertises nutritionnelles dans l'élaboration de l'offre (conseils de diététiciens-nutritionnistes)

Les membres du syndicat se sont engagés à progresser sur six axes prioritaires :

- Valoriser les fruits et légumes
- Diminuer le sucre dans les produits laitiers
- Diminuer le sel
- Sélectionner les matières grasses
- Informer sur la nutrition
- Former les équipes de restauration à la nutrition




QUESTIONS À FRANCE-ANNE HUARD,

Diététicienne-nutritionniste membre de la Commission Nutrition du SNRC

? Les Français consomment-ils suffisamment de fruits et légumes ?

Seuls 20% des enfants et 43% des adultes consomment 5 fruits et légumes par jour, comme le préconise le Programme National Nutrition Santé (PNNS). Si des études récentes* indiquent que la consommation moyenne quotidienne est en augmentation, celle-ci reste modérée et porte surtout sur les fruits transformés (compotes, jus de fruits, etc.).

? Quel sont les engagements du SNRC ?

Les adhérents du syndicat se sont engagés sur deux points :

- maintenir le niveau élevé de consommation en fruits et légumes dans les restaurants.
- intensifier les politiques de communication pour sensibiliser les convives aux bienfaits de la consommation quotidienne de fruits et légumes.

? Comment faire aimer les fruits et légumes aux enfants ?

Présenter les mêmes fruits et légumes préparés différemment peut se révéler efficace : salés, sucrés, crus, cuits, en compote, en salade, en tarte ou quiche, en potage, en jus, etc. Les gratins sont souvent un bon moyen pour faire aimer les légumes. Il faut jouer sur la variété des recettes et des textures.

La persévérance est aussi essentielle ! Des travaux* ont montré que pour 80% des consommateurs, il faut présenter 7 à 8 fois un aliment sous la même forme avant qu'il ne soit accepté.

Le saviez-vous ?

Le PNNS, dans ses recommandations, précise de consommer 5 portions de 80g de fruits et légumes chaque jour. Il ne suffit donc pas de manger une salade de fruits pour atteindre le taux suffisant ! Voici deux repères : une pomme pèse 150g en moyenne, ce qui correspond à deux portions de fruits ; une tomate pèse 70g en moyenne, ce qui correspond à peine à une portion de légume.


→ Les actions déjà menées auprès des convives

Les sociétés de restauration collective ont mis en place leurs propres animations sur la valorisation des fruits et légumes en restaurant. Par exemple :

• **“Cuisto Rigolo, cap sur la vitalité”** est une animation menée auprès des enfants. Dans des ateliers, ils découvrent l'histoire de la consommation des fruits et légumes, apprennent à identifier la famille des fruits et légumes et acquièrent des notions sur les quantités à consommer chaque jour.

• **“Equilibre & Co”** est une animation destinée aux adolescents ayant pour thèmes les agrumes, les cucurbitacées, les salades... Ces fruits et légumes sont déclinés sous forme de recettes originales pour donner l'envie aux adolescents de les consommer.

* INCA 2 par exemple

* source : travaux du Pr. Peter Leathwood, Chercheur au Centre de recherche Nestlé Spécialité, spécialiste des comportements.

CHARTRE
ENGAGEMENTS
NUTRITIONNELS
SNRC

DIMINUER LE SUCRE DANS LES PRODUITS LAITIERS

QUESTIONS À MARTINE CULIS

Diététicienne-nutritionniste membre de la Commission Nutrition du SNRC

? Pourquoi le SNRC s'est-il focalisé sur le sucre dans les produits laitiers ?

Les produits laitiers ont des teneurs en sucres très variables. Leur consommation couvre nos besoins quotidiens en calcium, mais il ne faut pas oublier qu'ils augmentent parfois considérablement nos apports en sucres simples ajoutés.

? Quels sont les engagements de la charte à ce sujet ?

Les adhérents du SNRC se sont engagés à référencer des yaourts, laits fermentés et fromages frais contenant moins de 20g de sucres simples* (soit l'équivalent de 4 morceaux de sucre) par pot.

? Comment lire les étiquettes des produits laitiers pour comprendre les quantités de sucre qu'ils contiennent ?

L'apport en sucre par portion est généralement précisé sous forme de tableau sur l'emballage produit. Cette indication correspond à la quantité de sucre réellement présente dans le produit. Il faut se méfier des expressions "allégé" ou "light" : ces indications peuvent concerner tant le sucre que les matières grasses, voire les deux.



Le saviez-vous ?

→ "sans sucres" signifie que le produit est très peu sucré : il ne contient pas plus de 0,5g de sucres pour 100g ou pour 100 ml de produit.

→ "allégé en sucres" signifie que le produit contient au moins 30% de sucres de moins qu'un produit ordinaire.

→ "sans sucres ajoutés" signifie que le produit est sans ajout de sucre mais peut en contenir à l'état naturel. Les expressions "allégé" ou "sans sucres ajoutés" ne signifient donc pas qu'il n'y a pas de sucres !

→ À noter

Chaque personne consomme au quotidien deux types de sucre :

- **Le sucre visible** : sucre en poudre ou en morceaux que nous ajoutons nous-mêmes en cuisine ou à table (dans les yaourts, le café, ...).
- **Le sucre dit "caché"** : sucre présent à l'état naturel dans certains aliments (lait, fruits,...) ou ajouté lors de la fabrication. Ce type de sucre est présent dans beaucoup de produits courants comme les desserts lactés, les confiseries, les viennoiseries, le chocolat, la glace, ... mais aussi dans de nombreuses sauces (ketchup, barbecue, ...). Il est dans ce cas plus difficile de se rendre compte de la quantité consommée.

* sans substitution par des édulcorants



DIMINUER LE SEL



QUESTIONS À GÉRALDINE GEFFROY,

Diététicienne-nutritionniste membre de la Commission Nutrition du SNRC

? Pourquoi le SNRC s'est-il intéressé au sel ?

En France, nous avons très souvent l'habitude de saler les plats avant de les goûter. Au restaurant, les convives ont tendance à consommer trop de sel. Même si chacun est libre d'ajouter le sel qu'il souhaite, les adhérents du syndicat se sont mobilisés pour mieux informer les consommateurs sur les risques liés à cette consommation excessive.

? Quels sont les engagements du SNRC en ce qui concerne le sel ?

Comme le recommande le PNNS et pour inciter les convives à modérer leur consommation, les sociétés de restauration collective se sont engagées à réduire la quantité de sel de 1g à 0,8g dans tous les sachets de sel mis à disposition dans leurs restaurants. Les adhérents se sont engagés également à l'utilisation exclusive de sel iodé dans les restaurants d'entreprise et les restaurants scolaires. Le SNRC organise également chaque année des journées sans sel ajouté dans tous les restaurants des membres du syndicat, pour sensibiliser les convives au bénéfice pour la santé d'une consommation raisonnée du sel.

? Quels sont les bénéfices du sel iodé ?

L'iode est un élément indispensable dans la composition des hormones sécrétées par la glande thyroïdienne. Ces dernières jouent un rôle déterminant dans le bon fonctionnement de toutes les cellules de l'organisme et particulièrement dans l'activité cérébrale.

Le sel iodé est un sel de table mélangé avec une faible quantité d'iode. En mettant à disposition uniquement du sel iodé, les sociétés de restauration collective visent à diminuer les risques de déficience en iode chez les personnes de plus de 10 ans, en particulier les femmes.

Le saviez-vous ?

En moyenne, nous consommons environ 8 à 9g de sel par jour, alors que 4g de sel par jour sont suffisant pour les besoins d'un adulte*.



→ À noter

La restauration collective, comme son nom l'indique, est avant tout un métier de restauration. Dans chaque restaurant, des chefs cuisiniers élaborent les recettes et ajoutent les aromates pour affiner le goût, dans le respect des traditions culinaires et de la gastronomie. Les plats proposés par les sociétés de restauration collective ne sont donc pas achetés "tout prêts" chez les industriels !

* source : AFSSA mars 2008

SÉLECTIONNER LES
MATIÈRES GRASSES

QUESTIONS À NICOLAS PINCHAUD,

Responsable Achats membre de la Commission Nutrition du SNRC

? | Quels sont les engagements du SNRC pour améliorer les matières grasses ?

Les sociétés de restauration ont pris deux engagements :

- référencer exclusivement des huiles avec un taux d'acides gras trans inférieur à 2 %.
- utiliser uniquement des margarines 100 % végétales avec un taux d'acides gras trans inférieur à 1%

? | Où trouve-t-on les acides gras trans (AG trans) ?

Les acides gras trans sont des graisses qui ont subi une transformation (naturelle ou technologique) qui modifie radicalement leurs propriétés. Il existe donc deux sources d'acides gras trans :

- Les acides gras trans naturels, qui sont présents essentiellement dans les produits laitiers, les graisses et la viande de ruminants (vaches, chèvres, ...)
- Les acides gras trans technologiques, qui sont souvent présents dans les produits alimentaires transformés comme les viennoiseries, les pizzas, les quiches....

Consommés avec excès, les acides gras trans peuvent être dangereux pour la santé, entraînant par exemple des problèmes de diabète ou d'obésité.

? | Est-ce que le taux d'acide gras trans a un impact sur le goût ?

Il est globalement très compliqué de décoder la qualité des matières grasses utilisées dans un produit. Les acides gras trans sont difficilement identifiables par le consommateur.

Le saviez-vous ?

Les margarines ne sont pas toujours exclusivement végétales : elles peuvent être composées d'un mélange de graisses animales et d'huiles !

**→ À noter**

Il faut varier les sources de matières grasses dans son alimentation. Les huiles végétales (olive, tournesol, colza, pépins de raisin, noix...) ainsi que les huiles de poissons sont recommandées pour leur apport en acides gras essentiels (notamment oméga 3 et DHA). Le beurre est conseillé pour son apport en vitamines A et D.

Par contre, il faut limiter la consommation de certains acides gras saturés (huile de coco, huile de palme) et certaines matières grasses animales (saindoux, gras de bœuf), qui ont des effets néfastes sur la santé.



**APPORTER
UNE INFORMATION
NUTRITIONNELLE**



QUESTIONS À CAROLE GALISSANT,

Diététicienne-nutritionniste membre de la Commission Nutrition du SNRC

? Quel est l'engagement du SNRC en matière d'information nutritionnelle ?

Les adhérents du SNRC font porter leurs engagements sur l'intensification de leurs politiques de communication pour sensibiliser les convives de tous âges aux bienfaits d'une alimentation équilibrée, illustrée par les repères de consommation du PNNS.

? Pourquoi informer sur la nutrition dès le plus jeune âge ?

Toutes les études scientifiques le confirment : l'alimentation est un élément essentiel pour préserver sa santé. Les bonnes habitudes alimentaires se prennent très jeune. Même si la période de l'adolescence est souvent caractérisée par des refus alimentaires, les pratiques acquises dans l'enfance restent bien ancrées.

→ Quelques opérations menées chez les adhérents du SNRC

"Nutri'stick", une opération ciblée auprès des adolescents.

Bien qu'ils soient de plus en plus informés et conscients de la nécessité de bien manger, les adolescents succombent souvent aux tentations d'aliments trop gras, trop salés et trop sucrés. 4 pictogrammes Nutri'stick ont été créés pour répondre à ce comportement ambivalent : ils sont apposés devant les plats bénéfiques pour la santé et délivrent des messages clairs, directs, incitant à manger davantage les plats plus "protecteurs", synonymes d'équilibre alimentaire.

"Equilibre et variété sont les clés de la vitalité", une opération pour les enfants.

Cette opération part du principe que chaque enfant est acteur de sa santé et se prépare à devenir demain un citoyen averti. Les restaurants scolaires qui participent à l'opération exposent huit affiches qui présentent les différents groupes d'aliments sous forme de bandes dessinées. Un guide pédagogique est remis à tous les adultes qui encadrent le déploiement de cette campagne d'information nutritionnelle auprès des enfants : diététiciens, infirmiers, animateurs, enseignants, ...

La journée sans sel ajouté (2010)

Le 16 septembre 2010, les sociétés adhérentes du SNRC ont lancé leur première journée sans sel ajouté. Lors de cette journée, toutes les salières et tous les sachets de sel ont été retirés dans les restaurants d'entreprise des adhérents du syndicat pour sensibiliser les convives aux risques d'une consommation trop élevée de sel. Cette opération s'accompagne d'une campagne de sensibilisation et d'explication (site internet, dépliants, brochure, etc.).

Le saviez-vous ?

En moyenne, chaque Français a vu son poids augmenter de 3,1 kg et son ventre s'arrondir de 4,7 centimètres sur les 12 dernières années. Selon une enquête récente* sur l'obésité et le surpoids en France, 20 millions d'adultes français (14,5%) sont concernés par le surpoids et l'obésité, soit 6% de plus qu'il y a 12 ans. Le surpoids et l'obésité en France touchent la population de plus en plus tôt.



* [source: ObEpi 2009 Inserm / TNS HealthcareSofres / Roche]



CHARTRE
ENGAGEMENTS
NUTRITIONNELS
SNRC

FORMER LES ÉQUIPES DE RESTAURATION À LA NUTRITION



QUESTIONS À FRANÇOIS REBEIX,

Responsable Formation, Président de la Commission Formation du SNRC

? Quel est l'engagement du SNRC en matière de formation des équipes de restauration ?

Les membres du SNRC se sont engagés à proposer au moins un module de formation sur la nutrition dans le catalogue de formation de leurs salariés et à faire appel aux compétences d'un diététicien-nutritionniste pour valider l'offre alimentaire.

? Quel est le rôle des diététiciens-nutritionnistes dans les sociétés de restauration collective ?

Ils participent à l'élaboration et / ou au suivi des menus pour proposer des repas sains et équilibrés. Ils assistent et conseillent leurs collègues en interne dans la mise en place et le suivi des engagements nutritionnels définis par l'entreprise, dans le respect des engagements contractuels pris avec le client. Ils mettent en place des animations nutritionnelles au sein des restaurants et parfois animent eux-mêmes des séances de formation à la nutrition des personnels de restauration.

Ces sont les interlocuteurs clés sur la nutrition pour tous les services de l'entreprise : achats, qualité, formation, commercial, etc.

Le saviez-vous ?

Les adhérents du SNRC emploient plus de 400 diététiciens-nutritionnistes répartis dans les différents services (opérations, qualité, marketing...)



→ Quelques opérations menées chez les adhérents du SNRC

"Le Juste Equilibre"

Une formation pour les chefs de cuisine sur le respect des règles de l'équilibre alimentaire face à un budget imposé. Tout au long de la formation, les stagiaires apprennent à composer plusieurs menus en mettant l'accent sur la variété et les plaisirs de la table.

"Savoir parler Nutrition"

Une formation sur deux jours proposée aux personnels de restauration et qui permet d'apprendre les principes de base de la nutrition, les besoins et les clés de l'équilibre alimentaire aux différents âges de la vie, les situations particulières (régimes et allergies), les principes de composition de l'offre alimentaire (la construction des menus et la qualité des produits) et des notions de communication (les cibles et les réponses aux idées reçues).

SRC : Société de restauration collective : entreprise privée de restauration dont le métier est de prendre en charge des services de restauration collective organisés par des personnes publiques (écoles, administrations, ...) ou privées (entreprises, ...).

Le Nutritionniste est un médecin diplômé en nutrition. Le travail d'un nutritionniste consiste à prévenir, dépister puis prendre en charge les maladies liées à la nutrition (diabète, obésité, cholestérol, intolérances alimentaires...). Il peut également prescrire des médicaments, des analyses ou des examens médicaux.

Le Diététicien est un technicien de l'alimentation. C'est un "rééducateur" nutritionnel dont le travail consiste à effectuer des bilans alimentaires. Il aide son patient à corriger ses erreurs pour retrouver un bon équilibre nutritionnel. Il peut également établir des régimes, préalablement prescrits par un médecin.

PNNS : Le Programme National Nutrition Santé a comme objectif général d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en agissant sur l'un de ses déterminants majeurs qu'est la nutrition. Le PNNS a pour mission de permettre à tous de comprendre les enjeux que représentent l'alimentation et l'activité physique et de proposer des idées concrètes, adaptées aux contraintes quotidiennes de chacun.

GEMRCN : Groupement d'Étude des Marchés Restauration Collective et Nutrition.

AFSSA : Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA) qui a fusionné avec l'Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail (AFSSET) pour devenir l'Agence nationale chargée de la sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail.

CNA : Conseil National de l'alimentation.

LES ADHÉRENTS DU SNRC



Ascoger



GUILLAUD Traiteur SARL



Office Central
de Restauration Scolaire



Score
Terrains d'aujourd'hui



Sogeres
RESTAURATEUR



SOR
Sud Ouest Restauration

**Pour plus d'information,
connectez-vous au site internet du SNRC**

www.snrc.fr



Vous pourrez télécharger cette brochure et trouver toutes les informations sur le syndicat et ses axes de travail.

Contact

Syndicat National de la Restauration Collective

Dominique-Ph. Bénézet

Délégué Général du SNRC

9 rue de la Trémoille - 75008 PARIS

Tel : 01 56 62 16 16 - info@snrc.fr