

## CONCEPTION

PAR NICOLAS RICHARD-BETHRY, CODIRIGEANT AC2R

# Pensez en amont le local déchets !



Un repas en restauration collective génère en moyenne 450 g de déchets dont 200 g de biodéchets et 250 g d'emballages.

Véritable enjeu d'avenir, les déchets sont au centre des débats depuis de nombreuses années. Leur gestion est désormais incontournable dans l'organisation d'un process, un point de pivot en restauration, notamment dans les

cuisines collectives. Demain, elle le sera encore davantage avec l'évolution des filières de valorisation et l'intérêt croissant de notre société pour son empreinte environnementale. Depuis janvier 2016, les restaurateurs générant au moins 10 tonnes de biodéchets

par an ont l'obligation de procéder au tri sélectif et au recyclage. Les déchets d'emballages ne sont pas en reste et leur prise en charge est d'autant plus contraignante. Un repas en restauration collective génère en moyenne 450 g de déchets dont 200 g de biodéchets et 250 g d'emballages. Par conséquent, selon le type de cuisine, le nombre de repas, les produits utilisés, et la fréquence des ramassages, l'espace dédié aux déchets varie considérablement et la conception du local qui lui est dédié en est directement impactée. Celui-ci est malheureusement trop souvent réduit à une simple surface dans un bâtiment. L'approche technique et fonctionnelle du local déchets est ex-

trêmement différente et peut être fréquemment sous-évaluée en termes d'équipements, de surfaces, de climatisation ou de logistique. Pourtant, il est indispensable de prendre tous les éléments en compte afin que son dimensionnement soit adéquat et adapté aux équipements. Aujourd'hui, le marché propose différentes techniques de gestion/stockages telles que : déshydrateur, transport en circuit fermé avec stockage en cuve, broyeur pulpeur ou bien stockage en containers déchets. Chacune offre des avantages et des inconvénients imposant des choix de fonctionnement qu'il faut intégrer avec les utilisateurs présents sur place. En effet, l'intégration du dé-



veloppement des filières de ramassage spécialisées dans le biodéchets ne doit pas être négligée, apportant leurs propres contraintes de ramassage et de valorisation. L'ergonomie en amont du local déchets ne doit évidemment pas être sacrifiée dans la conception, mais pensée avec des équipements de manutention adaptés et l'intégration des nouvelles technologies.

Il n'en reste pas moins vrai que la solution la plus efficace en termes de déchets reste la réduction des emballages et la bonne gestion des produits bruts à la source. ●

## NUTRITION

PAR AUDREY AVEAUX, DIÉTÉTICIENNE-NUTRITIONNISTE, DIRECTRICE DE NUTRITIONNELLEMENT

# Nutrition : nouvelles recommandations de l'Anses

Dans le cadre du Programme National Nutrition Santé (PNNS), l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) a publié le 25 juin un avis d'expertise concernant les enfants et adolescents, en com-

plément des repères de 2017 dédiés aux adultes. Voici ce qu'il faut en retenir :

## L'alimentation de 4 à 17 ans

Durant toute l'enfance, la croissance expose à des risques en cas d'inadéquation d'apport en

certains nutriments. C'est aussi à cette période que s'acquièrent des comportements qui seront conservés tout au long de la vie. Plusieurs maladies, comme l'obésité ou le diabète de type 2, pourraient même en partie être favorisées par des déséquilibres alimentaires dès l'enfance ou l'adolescence.

## Mêmes repères que ceux des adultes

À l'issue de son expertise, l'Anses conclut que, sur le plan qualitatif, les repères de fréquences alimentaires pour les adultes permettent de couvrir l'ensemble des besoins nutritionnels des enfants. Leurs besoins énergétiques étant cependant différents de ceux des adultes, il convient d'adapter la taille des portions servies : la réduire pour les jeunes enfants, et l'augmenter pour les adolescents.

## Sucres

L'agence constate que les apports en sucres sont excessifs. C'est le cas pour 75 % des 4-7 ans, 60 % des 8-12 ans et 25 % des 13-17 ans. Les principaux aliments incriminés sont les boissons sucrées, les pâtisseries, les biscuits et gâteaux. L'Anses recommande de limiter la consommation de ces produits souvent proposés au goûter et de les substituer par des aliments moins sucrés : produits laitiers nature, fruits frais, fruits à coque (noix, amandes, pistaches...) et eau.

## Apports en calcium et en fer

L'Anses observe des apports nutritionnels très insuffisants en calcium et en fer chez les adolescents, ce qui constitue un risque pour leur croissance et leur santé. S'agissant du calcium :



57 % des garçons de 13-15 ans et 80 % des filles de 16-17 ans sont à risque d'inadéquation d'apport. Pour rectifier le tir, il faut favoriser les produits laitiers, frais nature ou peu sucrés. Les légumes à feuilles (salades, choux, épinards, bettes...), les légumineuses (lentilles, pois chiches, flageolets...) et certaines eaux minérales peuvent aussi apporter un complément. Pour le fer, 25 % des filles de 13-17 ans sont à risque d'inadéquation d'apport. Les principaux aliments à favoriser sont les viandes, poissons et œufs. Le pain complet, les légumineuses et les fruits à coque peuvent assurer le complément. ●



Dès le plus jeune âge, les enfants consomment trop de sucre selon l'Anses. Les principaux aliments incriminés sont les boissons sucrées, les pâtisseries, les biscuits et gâteaux.