

Comité consultatif restauration

Compte-rendu de la réunion du 2 avril 2025

Participants	Présents	Exc./Abs	Participants	Présents	Exc./Abs.
Marie Le Cadre – responsable de la restauration	●		Steven Kergoat – RPE des écoles Anne-Frank et Léon-Blum		●
Cathy de Raimond – adjointe au service restauration		●	Aymeric Anquetin – RPE des écoles Anne-Frank et Léon-Blum		●
Sandra Leparoux Maisonneuve – directrice éducation enfance jeunesse		●	Charlène Legeai – RPE du groupe scolaire Jean-Zay	●	
Antoine Audouin – gérant de l'entreprise Restoria		●	Fleouter Pascale – RPE de l'école Louise-Michel		●
Clotilde Rougeot – Adjointe à l'éducation	●		Gaëlle Seguin – RPE de l'école Charlotte-Divet / Marcel-Gouzil		●
Corinne Chénard – Adjointe à la culture et au patrimoine		●	Sidney Lopez – RPE de l'école Charlotte-Divet		●
Gilles Philippeau – Adjoint à la prévention et à la tranquillité publique		●	Gérard Etoumann – RPE des écoles de la Chabossière		●
Anne-Laure Boché – Conseillère déléguée à la petite enfance		●	Julien Hauray – RPE des écoles de la Chabossière		●
Cathy Radigois- élue	●		Marina Jego – APE Jean-Zay		●
Yvan Vallée- Elu « Ensemble pour Couëron »		●	Benoît Ludovic – APE La Métairie		●
Françoise Foubert – Elue « Couëron Citoyenne »		●	Lucie Chaillou – APEROLM		●
Liliane Morin- DDEN		●	Rocher David – FCPE La Chabossière		●
Martine Le Guen - DDEN		●	Marion Looten – APE La Métairie		●
Amélie Le Grill – APE Aristide Briand/ La Chabossière	●		Sandrine Dousset – FCPE Les Ardillats		●
Gwendoline Quellard – APE La Métairie		●	Emilie Babin - FCPE La Chabossière		●
Natacha Chevreau – APE La Métairie		●	Antoine Garrot – APEROLM		●
Sandrine Maeho Perron – APE Jean Zay		●	Lisa Crowley – APEROLM		●
Orianne Le Gabellec – La Métairie		●	Bledjerba Nadia – APE Charlotte-Divet et Marcel-Gouzil	●	
Grégory Bouée – APEROLM		●	Stéphanie Prévosto – FCPE Les Ardillats	●	●
Estelle Herzog – APEROLM	●		Charlène Méliesson – FCPE Charlotte Divet	●	

Diffusion : A tous les participants, élus représentant la Ville dans les conseils d'école, Delphine Lézin, Céline Barbaud

Ordre du jour :

- Visite de la cuisine centrale communale
- Présentation des projets d'éducation à l'alimentation en cours et à venir
- Echanges sur les menus d'avril à juillet 2025
- Réponses aux questions

1- Visite de la cuisine centrale communale

La cuisine centrale communale est présentée, permettant de se représenter les locaux, matériels utilisés, lieux de stockage dédiés à la restauration collective.

2- Animations réalisées en mars/avril

- Les épices sur le site de La Métairie
- L'inauguration des restaurants Paul-Bert et Jean-Macé avec les enfants.



- Le jeu du qui-est-ce sur le site de Marcel-Gouzil

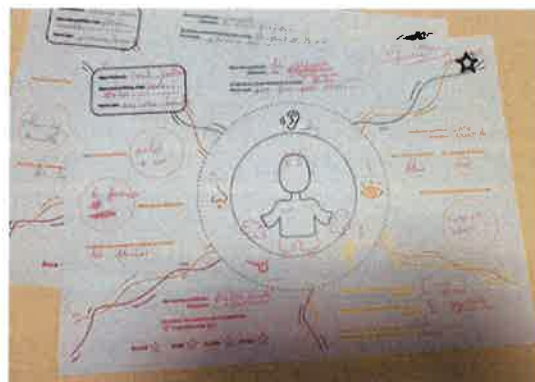


- La poêlée géante sur le site d'Anne-Frank

- Les règles du restaurant avec les enfants sur le site de Louise-Michel



- La contribution au projet "biodiversité" sur le site de Jean-Zay (bombes de graines, lien à l'apiculture)
- La semaine santé sur le site de Louise-Michel avec notamment des actions sur le tri des déchets (action « manger-bouger » en relai), des ateliers sensoriels, des portraits sensoriels réalisés par les enfants etc.



- La semaine santé sur le site de Jean-Zay avec les petits déjeuners



- La semaine santé sur le site de Marcel-Gouzil avec petits déjeuners, ateliers cuisine et découverte tout au long de la semaine



- L'atelier cuisine « crêpes 1000 trous » sur le site de Léon-Blum



- L'atelier muffins sur le site de Jean-Zay
- La mise en place des ateliers jardinages

Cette liste n'est pas exhaustive néanmoins, elle met en évidence la dynamique sur l'ensemble des sites au regard de l'éducation à l'alimentation des convives accueillis.



De plus, la Ville a proposé à l'ensemble des enseignants d'élémentaire de bénéficier de l'activité pédagogique "Booste ton petit dej" via France Agrimer. Le fait que la Ville soit agréée par cette institution permet aux enseignants de se voir proposer cette action, dispensée par un professionnel de santé.

En parallèle, la Ville a formé une cinquantaine d'agents d'éducation et de restauration à l'éducation à l'alimentation. Cinq sessions de formation ont eu lieu en février et mars 2025, permettant aux équipes de développer des projets.

3- Animations à venir

- Découverte des salades sur le site de Paul-Bert
- Contribution aux 48h de l'agriculture urbaine en mai 2025
- Semaine de l'alimentation avec les animateurs de l'Accueil de Loisirs Périscolaire (ALP) du mercredi après-midi
- Menu breton sur le site de Marcel-Gouzil
- Opération « Biscuits solidaires » avec les enfants de l'ALP à l'attention des Restos du Cœur et du Secours Populaire
- Semaine des petits déjeuners sur le site La Métairie
- Pique-nique avec les enfants du dispositif « Une ferme une école », composé de légumes du maraîcher océan, et cuisinés au restaurant scolaire
- Atelier découverte des légumes de saison sur le site de Paul-Bert
- Menu des « petits chefs » sur le site La Métairie
- Menu italien conçu avec les enfants sur le site d'Anne-Frank

Cette liste n'est pas exhaustive et sera complétée par d'autres actions en cours d'élaboration par les équipes.

Il est précisé que trois pique-niques sont organisés par l'ALP dans le contexte de sorties (groupes d'enfants).

4- Echanges autour des menus de la période avril à juillet 2025 :

Semaine	Questions	Aliment à l'honneur
1	Le menu du futur prévoit une jelly sans gélatine de porc, à base d'agar agar.	Concombre
2	La vitrine des légumineuses sera utilisée pour mettre en valeur les lentilles	Lentilles corail
3	La salade grecque du mercredi comportera de la feta	Miel
4	48h de l'agriculture urbaine le vendredi avec de nombreuses animations prévues dans l'ensemble des restaurants	Moutarde
5	/	Pruneaux
6	Il est décidé de ne pas mettre d'aliment à l'honneur compte tenu de la semaine de 3 jours	/
7	Un pique-nique sera prévu pour les enfants de l'accueil de loisirs périscolaire du mercredi après-midi	Radis
8	Le melon du jeudi pourra être remplacé par des crudités si les approvisionnements en melon ne sont pas suffisants.	Epinards
9	Semaine rythmée par des animations, avec un repas froid sous forme de Salad Bar (= en libre-service) pour débiter la semaine.	Cookies handigaspi
10	Un pique-nique sera prévu pour les enfants de l'ALP	Feta
11	Le lundi, la glace servie pourrait être au concombre, sous réserve des quantités disponibles auprès du glacier SKORNET (Mauve/Loire)	Poivrons

Il est rappelé que la trame de menus est susceptible d'être modifiée selon les approvisionnements.

5- Points divers

- **Rencontre de porteurs de projets agricoles** : une rencontre sur la ferme de l'Aubinière, dont le projet est en cohérence avec la politique agricole de la Ville (grande cohérence au projet de PEAN – Préservation des Espaces Agricoles Naturels).
- **Intégration des laitages de la ferme des Roches** : l'exploitation disposant d'une dispense d'agrément, il est possible d'acheter les laitages pasteurisés uniquement pour une livraison sur les restaurants satellites (pas sur la cuisine centrale communale). Ainsi, des premiers achats seront réalisés pour les collations périscolaires de mai/juin 2025.
- **Arancinis bio** de l'entreprise Rioval (Ancenis) prévus au service du 12/05/25.

- **Mon Restau Responsable® :**
 - o Prochaine séance d'engagement le 04/10/2025 sur le site de Paul-Bert, de 10h00 à 12h30. L'information peut être communiquée aux parents par les APE.
 - o Un stand pour les associations de parents d'élèves sera prévu.
 - o Présentation des engagements lors du prochain comité consultatif restauration.
- **Questions aux conseils d'école** sur des points traités en comité consultatif restauration : les associations de parents d'élèves sont sollicitées pour transmettre les comptes-rendus à l'interne de leur association (disponible sur la plateforme citoyenne [Couëron c'est vous](#) environ un mois après chaque comité).
- **Projet d'investissement en sonomètre visuel** sur l'ensemble des restaurants scolaires : une consultation est en cours.
- **Article Nantes Métropole dans le dossier dédié à l'alimentation (mars 2025) :**

Couëron table sur ses cantines pour végétaliser les assiettes des enfants

« **Q**u'il tait du moût de pois cassé, citron et carottes ? Anissa, 9 ans, n'hésite pas une seconde, contrairement à sa copine Rose : « Un plat végétal, j'aime que les nouilles à la sauce soja et le chocolat », rigole la fillette. À l'école Louise-Michel, comme dans les 13 restaurants scolaires de la Ville de Couëron, les agents qui encadrent la pause du midi savent que réduire les protéines animales et augmenter le végétal est un exercice de patience.

Éveiller la gourmandise
« De 10 à 16 ans, les enfants ont une sensibilité accrue aux textures, aux odeurs... mais c'est aussi l'âge où on peut leur faire découvrir beaucoup de choses et instaurer des habitudes saines », explique Marie Le Cadre, diététicienne responsable de la restauration et de l'entretien des écoles de Couëron. Pour lever les blocages, l'équipe avance pas à pas : « Certaines recettes ne placent pas tout de suite, on teste, on adapte, précise Joëlle Dronard, responsable du service restauration à l'école Louise-Michel. On ne force jamais, on les invite à goûter le maximum de choses. » Trois fois ont remplacé la longue ligne de self à Louise-Michel. Les enfants s'y servent eux-mêmes. Des livres sur les aliments sont à leur disposition, ainsi qu'une vitrine pour observer les légumes servis dans les assiettes.

Plus de légumineuses, de bio et de local
Soutenues par la Métropole, trois communes, dont Couëron, collaborent actuellement avec l'École de design pour rendre la consommation des légumineuses encore plus gourmande et ludique. Ajout de toppings croquants, recettes d'anniversaire à refaire à la maison... Les cantines vont étudier les idées des étudiants de près. Mais déjà, la ville fait partie des (très) bons élèves. Les cuisiniers proposent un à deux repas végétariens hebdomadaires pour tous, et tous les jours pour les enfants qui le souhaitent. Reconnue « Territoire bio engagé », avec une surface de production orientée à près de 40 % en bio, la commune la plus agricole de la métropole a, dans le même temps, fortement augmenté la qualité de ses cantines : 64 % de produits durables et sous signe qualité (Label rouge, AOC, etc.), dont 26 % en bio. Un résultat bien au-dessus de la moyenne. En 2024, seules 18 % des communes françaises respectaient la loi Egalim qui impose un repas végétarien par semaine et 50 % de produits durables (dont 20 % de bio). Dans ce tableau, les communes de la métropole nantaise sont globalement bien notées, avec une moyenne de 49 % de produits durables, dont plus de 27 % en bio, en nette progression depuis 2020. La Métropole les accompagne pour aller encore plus loin dans l'utilisation des produits locaux (lire p.15). Anissa et Rose ont bien compris l'enjeu : « Les fruits et légumes qui ne font pas un long voyage utilisent moins de pétrole et ne réchauffent pas la planète ! »

Superficie :
44 km², dont 70 % d'espaces naturels et agricoles

Maire :
Carole Orelaud (PS)

Population :
23 057 Couëronnaises et Couëronnais

Site web :
ville-coueron.fr

EN PRATIQUE Où se renseigner et s'approvisionner ?

JEUDI SOIR
Marché de la caserne (place du 51^e Régiment d'Artillerie, Nantes). 15 stands de producteurs locaux, avec espaces de dégustation.
+ les-bouillonnantes.com

20 MARS AU 20 JUIN
Printemps à la ferme : visites, cueillettes, dégustations, marchés fermiers, etc., dans une trentaine d'exploitations de la région.
+ bienvenue-a-la-ferme.com

16 AU 18 MAI
48 h de l'agriculture urbaine : ateliers, visites, banquets, ciné-débats, concerts, etc., mettant en lumière, dans une dizaine de communes, les solutions locales pour cultiver et s'alimenter durablement, à l'initiative de la Maison des agricultures et de l'alimentation durable.
+ les48h.com/villes/nantes/

- **Echanges autour du soja et des isoflavones.**

La Ville tient à rassurer les familles à ce sujet : le soja n'est servi au menu que très ponctuellement (environ une à deux fois sur 6 semaines de menus, avec des grammages <30g/élève).

Le [rapport de l'ANSES](#) largement relayé dans la presse peut être anxiogène.

La Ville précise que l'annexe 4 du rapport n'a pas été mis en évidence par les médias. Cette annexe rappelle que plusieurs études épidémiologiques humaines suggèrent une association favorable entre la consommation d'isoflavones par les adultes et des bénéfices pour la santé, notamment une réduction des risques de décès par cancer et par maladies cardiovasculaires jusqu'à une consommation d'au moins 50 mg d'isoflavones par jour.

Les études vont donc se poursuivre afin d'avoir une meilleure connaissance sur ce point.

En l'état actuel, il convient d'éviter la surconsommation quotidienne de soja, mais de ne pas la diaboliser pour autant.

En comparaison, la consommation excessive de charcuteries est bien plus néfaste pour notre santé, et bien plus largement étayée scientifiquement.

ANNEXE 4 POSITION DIVERGENTE

Lors de la validation des conclusions du CES, deux experts, Nathanaël Lapidus et Olivier Steichen ont exprimé l'opinion divergente suivante :

« Nous avons décidé de ne pas valider le document de synthèse et de conclusion relatif à l'évaluation du risque sanitaire de la consommation d'aliments contenant des isoflavones.

La version fournie aux experts du CES ne comportait pas la partie 2, concernant la proposition d'une valeur toxicologique de référence (VTR) pour les isoflavones. Cette partie était encore en cours de validation dans un autre circuit. Il nous a semblé difficile, voire impossible, de valider un texte sans pouvoir en lire l'intégralité.

De plus, la VTR pour les isoflavones établie dans cette partie 2 est 50 ou 100 fois inférieure à la VTR précédemment retenue hors femmes enceintes ou allaitantes et enfants de moins de 3 ans [1]. Cela conduit à des recommandations de consommation bien en deçà de l'exposition actuelle de la plupart des consommateurs de soja en France. Par exemple, pour une femme en âge de procréer, la recommandation conduit à devoir ne pas consommer plus d'un yaourt au soja de 100 g (10,7 mg d'isoflavones) tous les 16 jours, et ce, en excluant tout autre produit contenant des isoflavones.

Ces recommandations, fondées sur des extrapolations à partir d'études animales, nous paraissent discordantes avec les études épidémiologiques humaines qui suggèrent une association favorable entre la consommation d'isoflavones par les adultes et des bénéfices pour

page 52 / 53

Avis de l'Anses
Saisine n° 2022-SA-0221

la santé, notamment une réduction des risques de décès par cancer et par maladies cardiovasculaires jusqu'à une consommation d'au moins 50 mg d'isoflavones par jour [2].

Nos convictions sont les suivantes :

- les recommandations sur la consommation de produits à base de soja ne devraient pas se baser exclusivement sur leur toxicité potentielle, mais sur une analyse globale de la balance entre risques et bénéfices ;
- les données épidémiologiques humaines existantes devraient être prises en compte dans l'élaboration de ces recommandations.

Enfin, nous aurions souhaité accéder au rapport sur l'établissement de la VTR avant de devoir valider un document qui le comporte et en tire des conclusions disruptives. Cela nous aurait permis de poser des questions et clarifier certains choix méthodologiques et certaines extrapolations sur lesquels nous manquons d'éléments.

- **Bleu-Blanc-Cœur® : retour sur une récente étude clinique**

60 femmes enceintes en intention d'allaiter ont été recrutées par les médecins du CHU de Rennes lors de la visite du 6ème mois. Par tirage au sort, elles sont réparties en deux groupes : un groupe consommant une alimentation Bleu-Blanc-Cœur® et un groupe témoin consommant la même alimentation mais composée d'aliments standards.

Voici ci-après la retranscription visuelle de cette étude sous forme d'infographie.

La Ville intègre environ 10% de denrées Bleu-Blanc-Cœur® dans ses menus.



Etude clinique

L'amélioration des pratiques agricoles et de l'alimentation des animaux renforce la qualité nutritionnelle du lait maternel : essai clinique randomisé "One Health"

CHU de Rennes - INRAE - INSERM - CNRS - Université de Rennes - Institut NuMeCan - Valorex - Bleu-Blanc-Cœur (2025)



Intérêt de l'étude

Les **1 000 premiers jours** de vie, de la grossesse jusqu'aux 2 ans de l'enfant, représentent une période clé durant laquelle se forge son capital-santé, tant présent que futur. L'**alimentation, notamment celle des femmes enceintes et allaitantes**, est essentielle, car elle influence directement la composition du **lait maternel**. Recommandé jusqu'à l'âge de 6 mois à 1 an, il est d'une richesse et d'une complexité unique, assurant la croissance, l'immunité et la santé à long-terme du bébé.

Les **Omega 3** figurent parmi ses composants essentiels, car ils sont impliqués dans le développement du système nerveux et sont reconnus pour leurs propriétés anti-inflammatoires. Cependant, les apports alimentaires en Omega 3 sont insuffisants dans les pays occidentaux, entraînant des **niveaux insuffisants dans le lait maternel**.

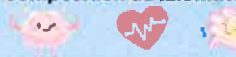
Cette étude vise à démontrer que l'augmentation de la consommation d'acides gras polyinsaturés de type Omega 3 (AGPI n-3), via la consommation de produits qui contiennent plus d'acide α -linoléique (ALA) (produits Bleu-Blanc-Cœur®) que des produits conventionnels pendant la grossesse et la lactation, pourrait impacter la qualité nutritionnelle et non-nutritionnelle du lait maternel, et l'implantation du microbiote.

Objectifs

Analyser la composition du lait maternel :

- Oméga 3
- Oligosaccharides du lait humain (HMO)
- Hormones et marqueurs immunitaires
- Microbiote intestinal des nouveau-nés

Démontrer les bénéfices du mode de production des aliments Bleu-Blanc-Cœur® sur la composition du lait maternel



Déroulement de l'étude

- Deux groupes de femmes volontaires, enceintes puis allaitantes, ont suivi une alimentation contrôlée depuis leur 7ème mois de grossesse jusqu'à J-45 post-partum.
- L'originalité : les repas étaient identiques mais les produits différaient par leur mode de production (Bleu-Blanc-Cœur® ou non). Les attributions dans les groupes ont été réalisées par tirage au sort.
- Toutes les mamans ont donné leur lait maternel et les selles de leur bébé afin d'analyser leurs compositions à J-21 et J-45 post-partum.



Résultats

Profils en acides gras

- +75% d'ALA (précurseur des Oméga 3) dans le groupe "BBC" (J-21)
- +52% d'AGPI Omega 3 totaux dans le groupe "BBC" (J-21)

Les acides gras Oméga 3 sont nécessaires au développement et au fonctionnement de la rétine, du cerveau et du système nerveux. Des apports suffisants en Oméga 3 sont donc primordiaux chez la femme en âge de procréer, chez la femme enceinte, chez la femme allaitante ainsi que chez l'enfant.



Hormones et marqueurs de l'immunité



- Teneur en insuline plus élevée dans le groupe "BBC" (+22%) (J-21)
- Teneur en IgG plus élevée dans le groupe "BBC" (J-21)
- Teneur en IL-6 stable dans le groupe "BBC" / diminution dans le groupe témoin entre J-21 et J-45

L'insuline aide le bébé à réguler le taux de sucre dans le sang et à produire de l'énergie. Les IgG sont des immunoglobulines, faisant partie du système immunitaire qui aident à combattre les infections. Les IL-6 interviennent dans la réponse et le développement immunitaire.

Profils en oligosaccharides (HMO)

- Concentration totale en HMO similaire, mais variabilité observée parmi les HMO fucosylés.

Les HMO sont des glucides bioactifs uniques qui soutiennent la santé digestive, le microbiote intestinal, et contribuent au développement du cerveau du bébé, en soutenant la mémoire et l'apprentissage.



Composition du microbiote

- +17% de diversité α du microbiote pour les bébés issus du groupe "BBC"

Le microbiote intestinal joue un rôle clé dans la digestion, la protection contre les infections et le système immunitaire. Une diversité accrue du microbiote a des bénéfices pour la santé.

A retenir

Mes animaux mangent + d'Oméga 3 et
- d'Oméga 6 avec ces plantes, et la
chaîne alimentaire prend le relais !



Messages-clés

Nous sommes ce que nous mangeons, mais nous sommes aussi ce que l'animal a mangé !

Le lait maternel est l'aliment idéal pour les nourrissons, chaque femme étant capable de produire un lait de qualité. Une alimentation Bleu-Blanc-Cœur® permet d'améliorer la composition du lait (Thibault R. et al., 2025 : publication à venir). Cela pourrait soutenir le développement cérébral du bébé, et agir sur la maturation de son système immunitaire.



+75% d'ALA
+52% d'AGPI totaux

- +17% de diversité α du microbiote
- teneurs en hormone et molécules de l'immunité
- teneurs en glucides bioactifs

Clique sur les mots soulignés pour accéder à la source de l'information.
bleu-blanc-coeur.org

Réponses aux questions

- Y a-t-il des temps d'échanges sur les retours concernant les menus avec les agents ?

Sur chaque restaurant, un responsable est présent et réalise des temps d'échange réguliers avec son équipe.

Par ailleurs, des réunions de coordination inter-sites sont réalisées entre chaque période de vacances, en lien avec la cuisine centrale communale.

Enfin, un outil numérique participatif permet au quotidien aux responsables des différents restaurants de partager leurs retours avec la cuisine centrale communale et la responsable du service.

Les agents sont également rencontrés régulièrement dans le cadre de réunions, de formations etc.

- Les plats mélangés ne plaisent pas forcément à certains enfants. Est-il possible de compléter avec du pain sur ces enfants qui ne mangent pas du tout leur plat ?

S'agissant d'un cas particulier, l'enfant sera vu avec le responsable du restaurant dès que la famille aura sollicité le service relations aux familles.

- Est-il possible de réchauffer le plat s'il est froid lors de la consommation ?

Les plats sont forcément servis à plus de 63°C (prise de température en début, milieu et fin de service) mais l'enfant peut tarder à le consommer sur son plateau. Il est difficile d'envisager de réchauffer les assiettes de chaque enfant s'ils sont très nombreux car il y a peu de micro-ondes sur les restaurants.

- Un retour concernant un enfant qui aurait mangé du porc alors qu'il est identifié au régime sans porc

Ce type d'erreur peut survenir à la marge. Sur 270 000 repas servis en moyenne par an, moins de 10 erreurs de régime surviennent. Les équipes font preuve d'une grande vigilance au cours des services. Le risque zéro n'existe pas, une erreur humaine n'est jamais exclue.

- Les plats végétariens sont-ils proposés à tous les enfants systématiquement ?

Les plats végétariens sont produits chaque jour, et la production majorée afin de permettre d'avoir un choix lors du service des enfants.

Toutefois, il peut ne plus y avoir de plat végétarien en fin de service par exemple (les portions dédiées aux enfants inscrits à ce régime sont toujours conservées par ailleurs).

Un parent d'élèves conclut en précisant que les enfants accueillis dans les restaurants scolaires de Couëron ont accès à une alimentation de qualité et à un grand panel d'animations autour de l'alimentation. Les équipes de restauration qui œuvrent au quotidien auprès des enfants sont saluées et remerciées.

Le prochain comité consultatif restauration est fixé au mercredi 25 juin 2025 à 18h30 au restaurant Aristide-Briand

Marie Le Cadre
Responsable du service restauration collective
et entretien ménager



Clotilde Rougeot
Adjointe à l'éducation

