

ASPECT PRATIQUE

Angélique DOC, Diététicienne du RAFT
raft-diet@chu-besancon.fr

1. Comment lire une étiquette ?
2. Principes d'éviction
 - Soja
 - Arachide
 - Fruits à coque « exotiques »
3. Etude de faisabilité dans une restauration directe
4. Quelles peuvent être les solutions pour intégrer cette recommandation ?

**Pour toutes questions
n'hésitez pas à
contacter la
diététicienne du RAFT
03.81.21.84.36**

1. Étiquetage Alimentaire





Étiquetage alimentaire



(Directive 2003/89 du CE du Parlement Européen et du Conseil publiée au JO de l'Union Européenne L308/15) (ANNEXE III BIS, ingrédients visés à l'article 6, 3 bis, 10 et 11).

- Liste de 14 Allergènes à déclaration obligatoire (ADO) :
 - Allergènes doivent être obligatoirement indiqués dans la liste des ingrédients lorsqu'ils font partis des ingrédients utilisés volontairement dans la production d'une denrée (boisson y compris)





Liste des 14 ADO

Depuis 2009, l'étiquetage des aliments industriels doit indiquer clairement la présence ou non de 14 allergènes alimentaires suivants :

Gluten (blé)
Crustacés
Œufs
Poisson
Arachide
Soja
Lait
Fruits à coque
Céleri
Moutarde
Graines de sésame
Anhydride sulfureux et sulfites
Lupin
Mollusques



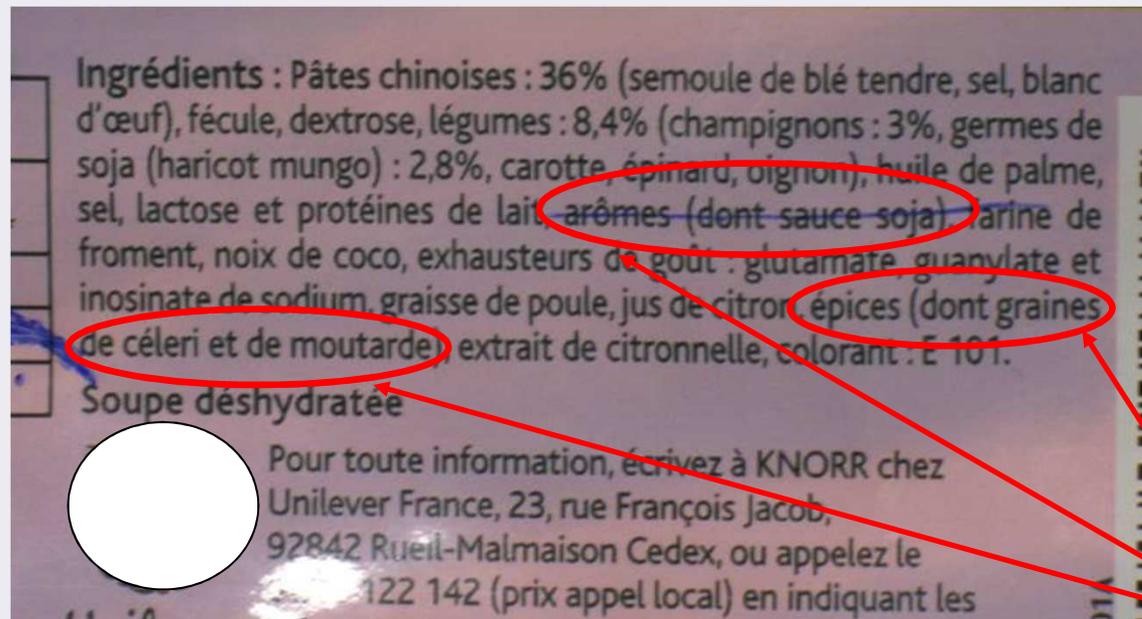
Étiquetage alimentaire

- Pas d'obligation de préciser la nature de toutes les épices ou herbes aromatiques utilisées dans un produit.
 - Mention : « épices » sans autre précision
 - La nature de l'épice est précisée que si c'est un ADO, ex : céleri ou moutarde



Exemples...

- Soupe déshydratée :



La nature de l'arôme et des épices est précisée car le soja, le céleri, et la moutarde sont des ADO, cependant les autres aromes et épices utilisés ne sont pas indiqués





Exemples...

- Manchon de poulet rôti

Composition :

Ailes de poulet 84%- marinade 16%[eau- acidifiants: E326, E262- protéines de pois sirop de glucose- arômes (dont blé)- stabilisants: E451i, E450iii, E450i- fond de volaille aromatisé (extrait de poulet, arômes naturels, sel eau, sucre, graisse de poulet, épices et plantes aromatiques)- sel- glucose caramélisé] Traces éventuelles de lait



→ Ne précise pas la nature des épices et des plantes aromatiques présentes



Étiquetage alimentaire

- Les traces c'est quoi ?
 - Ces mentions sont des démarches volontaires des industriels dans le but d'informer le consommateur du risque éventuel de la présence de l'allergène.
 - Pas de notion de quantité, ni de seuil
 - 2 types de traces
 - Quantité détectable mais non quantifiable (traces éventuelles)
 - Présence fortuite (contamination croisée)



Étiquetage alimentaire

- Les différentes mentions possibles utilisées :
 - « fabriqué dans un atelier qui utilise »
 - « peut contenir »
 - « susceptible de contenir »
 - « traces éventuelles »
 - « a pu être en contact avec »
 - « contamination croisée »
 - « produit élaboré dans un atelier où peuvent être manipulés les ingrédients suivants : ... »
 - ...



Comment lire une étiquette ?

CADRE OBLIGATOIRE

Liste des ingrédients
avec aliments natifs
dont les allergènes,
Aliments classés
dans l'ordre décroissant de
leur présence

Distinction précise de
la part du fabricant
= Non obligatoire

Mention de traces
des allergènes

GENOISE GARNIE A LA PULPE
D'ABRICOT

Ingrédients : Génoise 52 % : Farine de blé 42 % - Oeufs 37 % - Sucre - Sirop de glucose-fructose - Amidon de blé - Arôme. Garniture 48 % : Sirop de glucose-fructose - Pulpe d'abricot 50 % - Sucre - Gélifiant : pectines - Correcteur d'acidité : acide citrique - Arôme.

Contient : blé, œuf.

Fabriqué dans un atelier qui utilise : arachide, lait, noisette, soja.

A conserver dans un endroit frais et sec.



Cas concret...

**Marco, 2 ans ½ , présente une allergie au soja, à l'arachide et à certains fruits à coque (noix de cajou et pistache), les traces sont toutes tolérées et autorisées pour l'enfant
Peut-il consommer ce produit ?**

BISCUITS CACAOTES AUX CEREALES ET AUX PEPITES DE CHOCOLAT ENRICHIS EN VITAMINES E, B1, PP, EN FER ET EN MAGNESIUM ET SOURCE DE CALCIUM ET DE PHOSPHORE.

Ingrédients : Céréales 56.7 % (farine de blé 49.7 %, farine de seigle, son de blé) - Sucre - Pépites de chocolat 12.4 % (sucre, pâte et beurre de cacao, émulsifiant : lécithine de soja) - Matière grasse végétale - Cacao maigre en poudre 3.5 % - Sirop de glucose-fructose - Poudres à lever : carbonate acide d'ammonium, carbonate acide de sodium, diphosphate disodique - Lait écrémé en poudre 0.8 % (équivalent lait écrémé 8.4 %) - Dérivé du lactosérum riche en calcium - Sel - Emulsifiant : E 472e - Minéraux : carbonate de magnésium, fer réduit - Vitamines : E, B1, PP.

CONTIENT : GLUTEN, SOJA, LAIT.

FABRIQUÉ DANS UN ATELIER QUI UTILISE : ŒUF, NOISETTE, SESAME.

AUTORISE





Étiquetage alimentaire



Qu'en pensez vous ?

13 allergènes sont mentionnés :

- Dont 10 sont des « traces éventuelles » !!!
- Seul le lupin n'est pas mentionné...



Composition

Pâte crue feuilletée 50% : farine de blé - margarine (graisses végétales - eau - sel émulsifiant : e471 - correcteur d'acidité : e330 - colorant : e160a) eau - sel - oeuf entier en poudre. garniture 50% : champignons de paris 69,1% - crème fraîche 7,6% - échalotes - eau - amidon transformé de blé - margarine (graisses végétales - eau - sel - émulsifiant : e471 - correcteur d'acidité : e330 - colorant : e160a) - roux blanc déshydraté (farine de blé - matière grasse végétale de palme) - vin blanc - persil - sel - arômes naturels - amidon transformé de pomme de terre - jus de citron concentré pulpé (eau - jus concentrés de citron et d'orange - pulpe de citron - acidifiant : acide citrique - extrait naturel de citron). Pourcentages exprimés sur la garniture. Traces éventuelles de : crustacés, poisson, arachides, soja, fruits à coque, céleri, moutarde, sésame, mollusques et sulfites.



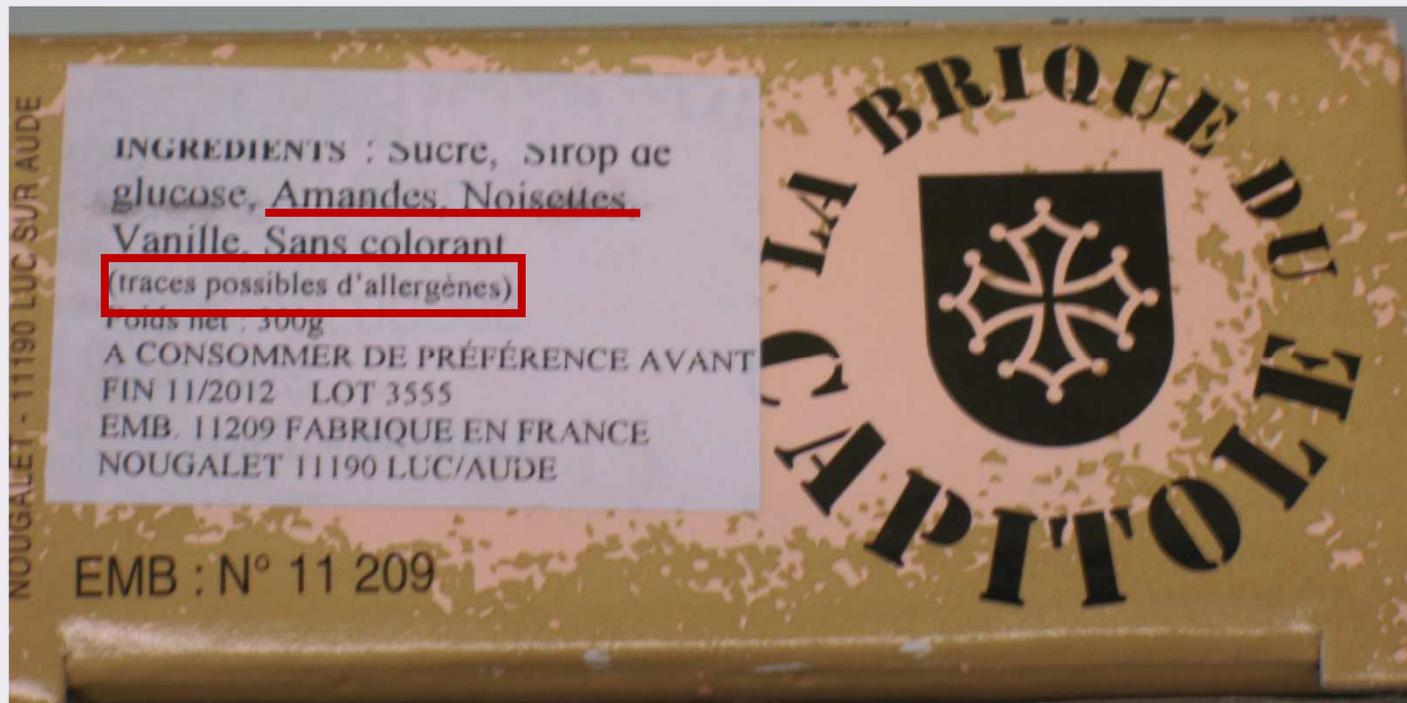
Étiquetage alimentaire

- Aspect positif à cette réglementation
 - Information spécifique sur les ingrédients allergènes et la composition des denrées alimentaires. → **sécurité**
- Aspect négatif à cette réglementation
 - Étiquetage « sur » préventif des industries alimentaires
→ **abusif**
 - Notamment en ce qui concerne les traces...



Quelques petits pièges...

- Les produits artisanaux :



→ Attention aux produits artisanaux...l'étiquetage n'est pas forcément respecté.





2. Les propositions d'évictions : En pratique

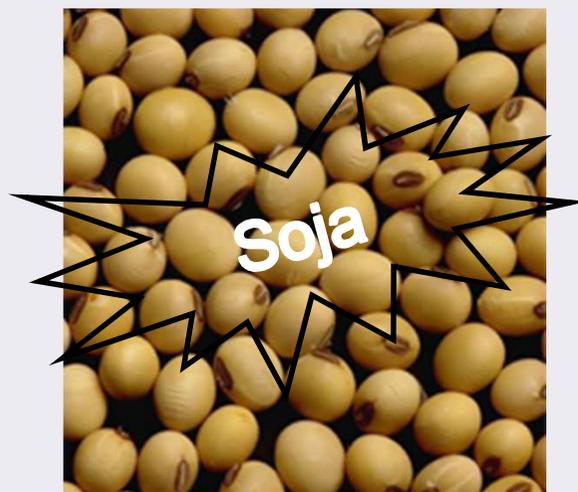
- Soja
- Arachide
- Certains fruits à coque

Soja : c'est quoi ?



- LE SOJA = légumineuse famille des Papilionacées (Même famille que l'arachide)
- Pays de production : USA, Brésil, Argentine et Inde et Chine.
- Soja en France → alimentation animale (porc, volaille)
- De plus en plus retrouvé dans l'alimentation humaine : allergène émergent
 - Boisson, yaourt, crème, dessert et tofu... → En Chine et au Japon
- Interdit dans l'alimentation des Nourrissons et des enfants en bas âge

Soja : à quoi ressemble-t-il ?



Soja : à quoi ressemble-t-il ?



- Le soja souvent confondu avec Haricot Mungo « soja vert » ou « pousse de soja » ou « germe de soja »
 - Retrouvé dans nems, salades asiatiques, nouilles soja

Exemple d'étiquetage



Seule la liste des ingrédients fait foi, Ne pas se fier qu'à la dénomination de vente ou à la photo sur l'emballage !



Exemple d'étiquetage



Seule la liste des ingrédients fait foi, Ne pas se fier qu'à la dénomination de vente ou à la photo sur l'emballage !

Composition / Ingrédients

Galette de riz (46%) (eau, farine de riz (38,9%), huile de tournesol, sel), viande de porc (14,2%), oignons (12,5%), vermicelles de pois réhydratés (8,9%), carottes (5,9%), protéine de soja, gras de porc (2,4%), germes de haricot mungo, champignons noirs réhydratés, chapelure (farine de blé, sel), arôme (dont blé), sel, caramel (sucre, sirop de glucose fructose, eau), poivre blanc. Sauce nuoc mam: eau, sucre, nuoc mam (14%) (anchois, sel), vinaigre, sel.

Exemple d'étiquetage



**Aliment étiqueté « au soja »
... Mais sans SOJA !!!!**



Soja : Autorisé / non autorisé

(Dans le cadre de cette recommandation)



- Pour l'action 26 :
 - Recommandation de l'éviction du soja : Comment le reconnaître et l'identifier ?
 - ➔ Lire les étiquettes des produits industriels

Seule la liste des ingrédients fait foi, Ne pas se fier qu'à la dénomination de vente ou à la photo sur l'emballage !

Soja :



- **Mentions autorisées** : *(dans le cadre de la recommandation)*
 - « **lécithine de soja** »
 - Pourquoi ? : Matière grasse quasi dépourvue de protéines (≈ 100 à 500ppm)
 - Le soja ne peut être masqué sous les appellations « **protéines végétales** » ou « **huiles végétales** »
 - **Traces de soja**

Soja :



- **Mentions non autorisées:** *(dans le cadre de la recommandation)*

- « soja », « farine de soja », « protéines hydrolysées de soja », « isolat de soja », « concentra de soja »
 - Pourquoi ? : présence de protéines de soja, pouvant être responsable de réaction allergique

Exemple d'étiquetage



BISCUITS CRACKERS. Ingrédients : Farine de blé - Matière grasse végétale - Emmental râpé, séché 17 % - Sucre - Sel - Sirop de glucose-fructose - Poudre à lever : carbonate acide d'ammonium, carbonate acide de sodium - Levure sèche - Farine d'orge malté - Lactose et protéines de lait - Emulsifiant **lécithine de soja.**
CONTIENT : GLUTEN **SOJA** LAIT. FABRIQUE DANS UN ATELIER QUI UTILISE : OEUF, AMANDE, NOISETTE, NOIX, CELERI, MOUTARDE, SESAME.



SOJA : Un allergène émergent, Pourquoi ?



- Propriétés nutritionnelles et fonctionnelles intéressantes dans l'IAA
 - Lipides : → Lécithine : pouvoir émulsifiant
 - Ex : Pâtisserie, chocolat sauces et margarine
 - Protéines : → farine, Concentra et isolat de soja : Améliore le goût et la texture (gélifiant, émulsifiant,...)

Produits susceptibles de contenir du soja :



(Liste non exhaustive)

- Boissons, desserts au soja, crème soja, tofu...
- **Produits à base de viande ou de poisson reconstitués**
(saucisses, surimi, steaks végétaux, haché d'oignon, volaille pané, nuggets, cordon bleu...)
- **Boulangerie : Les pains spéciaux, certaines biscottes**
- **Pâtisseries, viennoiseries (crêpe, gaufre,...), biscuits industriels**
- Certaines charcuteries : les terrines de viandes et de légumes
- Préparation prête à cuire au four
- Les sauces exotiques et les épices ...
- Potages
- Produits diététiques et hyperprotidiques...



Exemples de gaufres industrielles



Composition / Ingrédients

Farine de blé - sucre - matières grasses végétales (huile de palme, huile de colza, huile de tournesol, huile de coco - émulsifiants: **lécithine de soja**, mono- et diglycérides d'acides gras - correcteur d'acidité: acide citrique) - vergeoise 9% - sirop de glucose-fructose - œufs pasteurisés - dextrose - fibre de blé - sel - levure - amidon - conservateur: sorbate de potassium - stabilisant: invertase, arômes

1.45 €

Prix au kg : 4.83



Composition / Ingrédients

Sucre, farine de blé, œufs, eau, matières grasses végétales, **farine de soja**, sel, conservateur : sorbitol, poudres à lever : bicarbonate d'ammonium, bicarbonate de sodium, émulsifiant : **lécithine de soja**, vanilline, glucose, fructose

1.49 €

Prix au kg : 7.45€



Reconnaissez-vous ces aliments ? Font-ils partis des fruits à coque ?



**Châtaigne
/ marron**



Noisettes



Noix



**Noix de
Kola**



**Noix de
pécan**



Arachide



Cacahuète

Reconnaissez-vous ces aliments ? Font-ils partis des fruits à coque ?



Amande



Noix de
coco



Noix de
Muscade



Noix de cajou



Pistache



Noix du
Brésil



Pignon de
pin



Noix de Macadamia
= du Queensland



Arachide = cacahuète



- Arachide = famille des légumineuses (comme lentilles, pois, fèves, soja, lupin)
- Fruits à coque ? : non du point de vue botanique et Allergo
- Introduite en France il y a plus de 30 ans
- Produite principalement en Chine, Inde, Nigeria et États-Unis
- Origine : Brésil
- Consommée principalement comme aliment natif à l'apéritif

Arachide



- **Mentions autorisées** : *(dans le cadre de la recommandation)*
 - « **huile d'arachide** »
 - Pourquoi ? : Matière grasse quasi dépourvue de protéines
 - Huiles d'arachide des pays CEE traces infimes de protéines d'arachide sans réel danger pour l'allergique
 - L'arachide ne peut être masquée sous les appellations « **protéines végétales** » ou « **huiles végétales** »
 - **Traces d'arachide ou de cacahuète**



Arachide



- **Mentions non autorisées** : *(dans le cadre de la recommandation)*
 - « arachide », « cacahuète », « beurre de cacahuète », « protéines d'arachide »...
 - Pourquoi : présence de protéines d'arachide, pouvant être responsable de réaction allergique

Produits susceptibles de contenir de la cacahuète



(Liste non exhaustive)

- La cacahuète, le beurre de cacahuète
- Les gâteaux apéritifs contenant de l'arachide et/ou aromatisés à la cacahuète
- **Barres de céréales et / ou chocolatées, le nougat**
- **Glaces : barres, cônes, bâtonnets, en bacs...**
- **Confiseries multicolores à base de cacahuète...**
- **Certains gâteaux et biscuits : brownies, cookies,...**
- Certaines pâtisseries artisanales ou industrielles
- Certains décors de gâteaux : pépite de cacahuète
- Les pains spéciaux et les céréales du petit déjeuner : muesli
- Plats préparés industriels



Les fruits à coque produits en France métropolitaine :



- **Amande** : Fruit de l'amandier, produit en France (Provence et Corse) (Originaire d'Asie centrale et orientale)
- **Noix** : Fruit du noyer, produit en France (Originaire de France)
- **Noisette** : Fruit du noisetier, produit en France, en Europe (Italie), USA et Turquie

Les fruits à coque non produits en France métropolitaine



- **Pistache** : Fruit du pistachier, produit principalement en Moyen-Orient et USA, Asie orientale
- **Noix de Cajou ou d'Anacardie** : Fruit de l'anacardier, produit en Inde, Viet Nam, Brésil et Afrique de l'ouest
- **Noix de Pécan** : Fruit du pacanier, produit aux USA et Mexique

Les fruits à coque non produits en France métropolitaine



- **Noix du Brésil ou d'Amazonie** : Fruit d'un arbre sud-américain produit au Brésil, Pérou et Bolivie
- **Noix de Macadamia** : Fruit du noyer du Queensland, produit en Australie, Nouvelle-Zélande, Afrique du Sud

Quels fruits à coque concernés par l'éviction ?



Amande



Noisettes



Noix



Noix de cajou



Noix de pécán



Noix du Brésil



Pistache



Noix de Macadamia
= du Queensland





Fruits à coque : (fàc)

- **Mentions autorisées:** *(dans le cadre de la recommandation)*

- « **noisette, amande, noix** »
 - Pourquoi : produits localement mais restent allergisants
- Traces de fruits à coque
- Les fruits à coque ne peuvent être masqués sous les appellations « **protéines végétales** » ou « **huiles végétales** »



Fruits à coque :

- **Mentions non autorisées:** (*dans le cadre de la recommandation*)
 - « pistache », « noix de cajou », « noix de pécan », « noix de macadamia », « noix de brésil », « contient fruits à coque » sans autre précision

(= *fruits à coque dits « exotiques »*)



Fruits à coque :

- La mention « **fruits à coque** » → Présence de n'importe quels fruits à coque
- Pas d'obligation à préciser la nature du fàc
 - Lorsqu'il s'agit d'un composant de l'aliment la nature du fàc est précisée la plupart du temps
 - Or s'il s'agit d'une trace, il est rare de connaître le fàc en question

Exemple d'étiquetage



NON AUTORISÉ

Pour varier les plaisirs, dégustez sans attendre les autres recettes de la gamme [blanc]

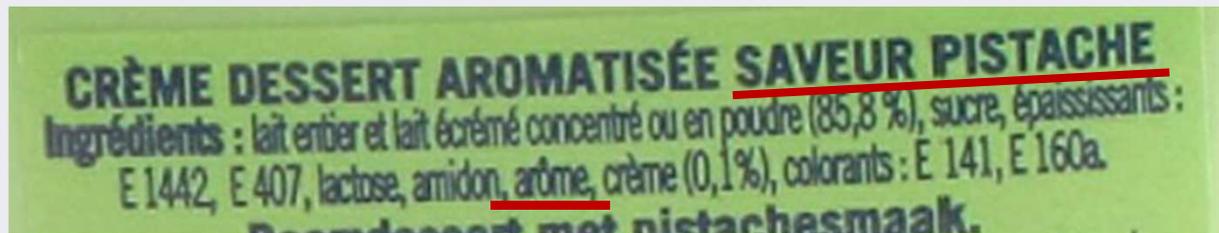
DESSERT LACTÉ AUX OEUFS EXTRA-FRAIS SAVEUR PISTACHE

INGRÉDIENTS

Lait entier 57 %, crème 17 %, sucre, œufs entiers extra-frais 9 %, poudre de lait écrémé 1,6 %, arôme pistache 1,3 %, colorant : E141, amidons transformés de manioc et de maïs, gélifiant : E407, émulsifiant : E471, correcteur d'acidité : E524.
Traces de gluten.



Exemple d'étiquetage



Mention « arôme » sans autre précision.
La pistache n'est pas mentionnée dans la liste des ingrédients



Produits susceptibles de contenir : Pistache, Noix de cajou, Noix de Pécan, Noix du Brésil et Noix de Macadamia



(Liste non exhaustive)

- **Charcuteries : Pâtés, Mortadelles (pistache)...**
- **Plats cuisinés : Plats asiatiques, tajines, taboulés, sauce au pesto (Cajou), sauces tomates italiennes,...**
- Biscuits et gâteaux salés et mélanges apéritifs
- Céréales et dérivés : Les pains aux céréales et céréales du petit déjeuner : muesli
- **Biscuits et gâteaux sucrés : brownies, sablés,...**
- **Glaces : bâtonnet, barres glacées, bacs**
- Chocolat en tablette : noix de pécan...
- **Certaines pâtisseries artisanales ou industrielles : macarons**
- **Entremets (pistache)**





3. Étude de faisabilité des évictions recommandées

- Étude de la fréquence d'apparition du soja, de l'arachide et des fruits à coque « exotiques »
 - ➔ [Intervention dans un Collège](#) (Restauration directe)



4. Quelles sont les possibilités pour intégrer cette recommandation ?

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- 1^{er} point : Etude de faisabilité :
 - Audits auprès des différents fournisseurs
 - Préciser que la structure propose des menus sans arachide / Fàc exotiques / Soja
 - Demander l'accès aux fiches techniques du produit fini (soit denrée ou soit barquette)
 - Être informer des changements dans la composition d'un produit fini
 - Etudier le rapport qualité / prix
 - Pour les structures de R. directe :
 - Préférer les produits dites brutes (non transformés)
 - Attention aux denrées élaborées en amont par les IAA

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- 2^{ème} point : Une demande formalisée et négociée
 - Rédiger un paragraphe ou une convention en précisant que la structure propose des repas sans arachide, soja et certains fruits à coque
 - Demander au(x) fournisseur(s)
 - Des documents d'achats contenant la liste des ingrédients ou précisant l'absence des allergènes
 - Des fiches techniques pour les menus (pour les R. concédées)
 - Traçabilité : conservation de tous les emballages des produits (R. directe) (*déjà mis en place*) et de toutes les fiches techniques des menus (R. concédée)

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- 3^{ème} point : Contrôle des engagements des fournisseurs
 - Désigner 1 ou 2 personne(s) de votre structure
 - Relire les étiquettes : Quand ?
 - Lors de la commande
 - Lors de la réception des barquettes (R. concédée)
 - Lors de la confection du repas (R. directe) :
 - Lors du déboitage, du décartonnage ou de la mise à nue de la denrée.

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- Les exigences & recommandations actuelles :
 - Augmenter la fréquence des aliments issus de la production **locale et biologique**
 - Circulaire de juin 2011 composition des repas servis en R. Scolaire et sécurité des aliments
 - Aspects nutritionnels des repas scolaire en développant : Recommandations
 - Dont **le GEMRCN** : Groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- **GEMRCN : Quelques exemples**
 - **Privilégier les viandes non hachées et les poissons ou préparations à base de poisson > 70% → diminuer les préparations à base de viande, poisson, œuf ou de fromage < 70% de viande, poisson ou œufs ou les aliments à frire ou pré frites**
 - **Diminuer les pâtisseries sucrées/salées, les charcuteries, les produits frits**
 - **Privilégier les fruits et légumes** : servir un maximum de crudités de légumes et de fruits → Diminuer la consommation de glucides simples ajoutés : pâtisseries, friands, ...
 - **A noter** : « **Jus de soja** » et produits à base de soja ne doivent pas être donnés aux nourrissons et aux enfants en bas âge

Comment intégrer cette recommandation : Propositions



- Le soja, l'arachide et les fruits à coque « exotiques » peuvent être souvent retrouvés dans les aliments à limiter et non ceux à privilégier.
→ Dans la continuité des recommandations actuelles : GEMRCN, Bio, Locale



En conclusion...

- Cette recommandation n'est pas contradictoire avec les exigences actuelles
- Certaines mesures s'intègrent déjà dans les obligations actuelles
 - Ex : traçabilité, choix du meilleur rapport qualité/prix,...
- Dans le cadre de cette recommandation, les évictions doivent être faites en amont (par les fournisseurs) si les commandes et le(s) appel(s) d'offre sont bien rédigés
- Votre rôle : Contrôle des engagements du ou des fournisseur(s)



Appel à Candidature sur une ou plusieurs structures volontaires...

- Accompagnement dans la démarche à titre d'exemple
- Faire un retour d'expérience



→ Remise de la fiche technique





Merci de votre attention