

L'Hygiène dans la préparation des **REPAS ALLERGIQUES**

*Quelques précautions pour assurer la qualité du
repas de votre enfant*



Sommaire

- Préambule
- Le choix des produits
- Le rangement et la conservation des produits frais
- Autour de la préparation des repas
- La cuisson et le refroidissement
- Le transport
- Conclusion

■ Préambule

Comment préparer des repas sans allergène en toute sécurité...

Votre enfant fait aujourd'hui l'objet **D'ATTENTIONS TOUTES PARTICULIÈRES LIÉES À SON ALLERGIE ALIMENTAIRE** et spécialement au cours du déjeuner de la cantine.

Dans le cadre du protocole d'accueil individualisé (PAI) que nous mettons en place ensemble, vous allez être amenés à **PRENDRE EN CHARGE LA REALISATION DE SON MENU**.

Le PAI a pour but d'éviter la manifestation de 2 dangers majeurs :

- >> Le choc anaphylactique : éviter tout contact avec les allergènes.
- >> La toxi-infection alimentaire (TIAC) : respecter la chaîne du froid et éviter la contamination par les microbes.

C'est pourquoi dans les mesures de prévention à adopter, les risques autour des «microbes» doivent aussi être abordés et correctement maîtrisés.

...tout en se rapprochant au plus près des menus servis aux autres enfants

Nous ne saurions, en effet, que trop vous conseiller de vous inspirer au maximum des menus affichés dans la crèche, afin que l'intégration de cette «différence» se fasse le mieux possible auprès des autres enfants.

Afin de vous accompagner dans la préparation de ces repas, vous trouverez, au travers de cette plaquette, quelques conseils sur les bonnes pratiques d'hygiène à adopter.

■ Le choix des produits

Un aliment, c'est parfois encore vivant...

puisque cela contient de «bons microbes» utiles à votre santé comme les yaourts.

Un aliment, c'est fragile...

et il risque, si vous n'y prenez pas garde, de s'altérer à cause de «mauvais microbes». Il peut même vous intoxiquer si vous permettez à ces mauvais microbes de se multiplier ou de sécréter des toxines.

Dès le magasin, votre vigilance doit être portée sur les températures des produits et ensuite sur la maîtrise de la chaîne du froid jusqu'à votre domicile.

PRODUITS		
TEMPERATURES	0°C et 3°C 4°C maximum	Poissons, crustacés, mollusques cuits Aliments non stables, très périssables : viandes froides, pâtes farcies, sandwichs, salades composées, volailles, pâtisseries, fromages, végétaux crus pré-découpés (4 ^{ème} gamme).
	+8°C maximum	Aliments périssables avec un risque moindre : produits laitiers, beurres et matières grasses.
	-18°C maximum	Glaces, crèmes glacées et tous les aliments surgelés d'une manière générale.

Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES... ...Les MICROBES...

*...sont totalement invisibles à l'oeil nu (bactéries, champignons).
...se multiplient par 2 toutes les 15 minutes lorsqu'on les placent
dans des conditions idéales de température (environ 35°C).*

■ Le rangement et la conservation des produits frais

Le rangement doit se faire immédiatement...

dès votre arrivée dans le réfrigérateur ou le congélateur, afin de ne pas favoriser la multiplication des microbes.

Le rangement doit être logique et organisé...

mettez les produits les plus fragiles dans la partie la plus froide (en haut) de votre réfrigérateur. Il doit être réglé pour cette partie à environ +2°C.

Afin de mieux comprendre ce rangement, vous pouvez vous inspirer du modèle ci-joint.

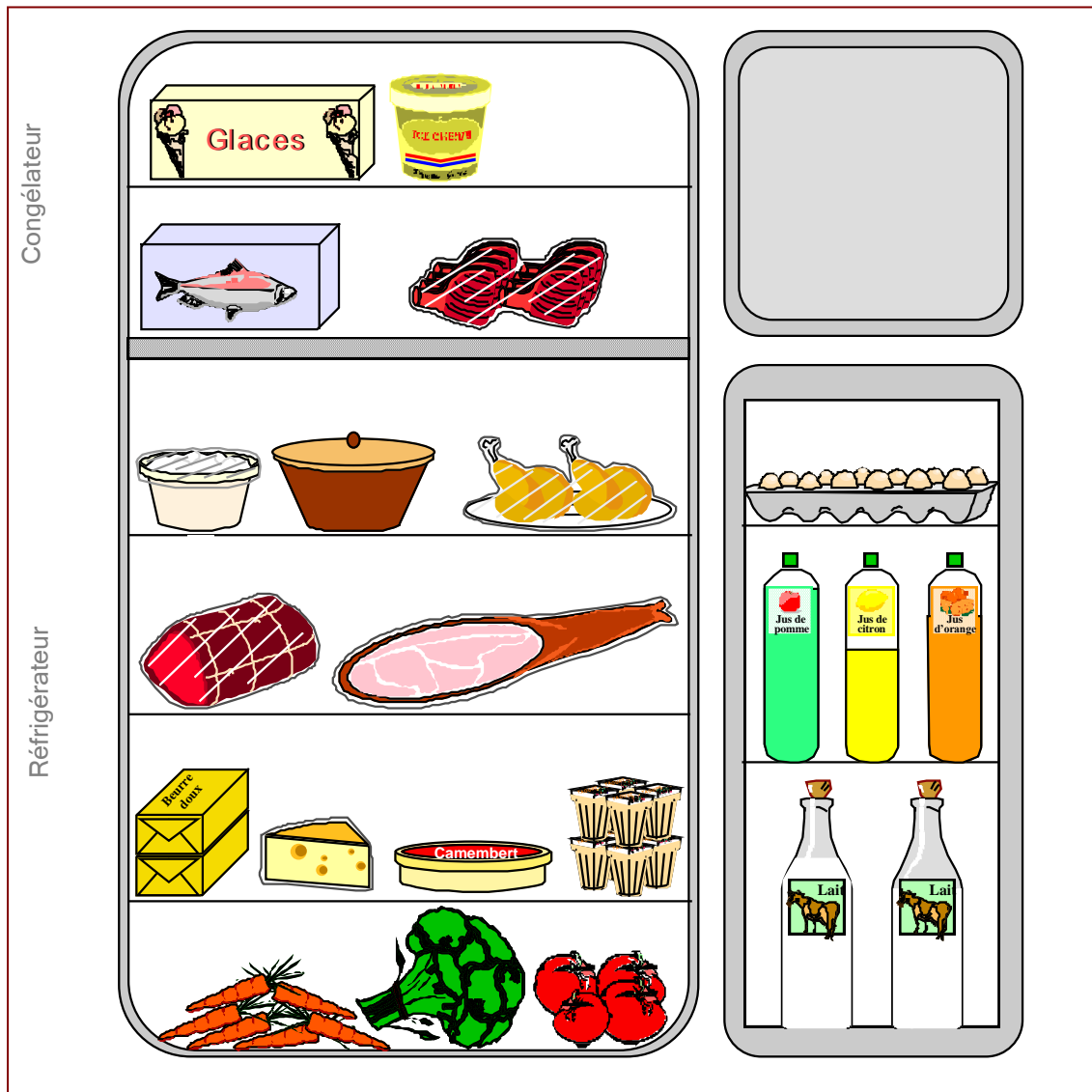
Si après le repas, vous avez des restes, emballez-les correctement, par exemple, dans des boîtes réservées pour cela. Ensuite, consommez-les rapidement.

Conservez toujours les aliments crus (viandes ou légumes) séparément des aliments cuits ou prêts à être consommés.

Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES... ...Les MICROBES...

*...sont résistants aux températures jusqu'à 100°C en moyenne.
...ne sont pas détruits par la congélation.*

>> Rangement de votre réfrigérateur



Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES...Les MICROBES... ..Les MICROBES...

...peuvent tout à fait se multiplier dans les réfrigérateurs, dont la température n'est pas maîtrisée.

>> Quelques conseils sur la bonne tenue de votre réfrigérateur

- **Mettez** les produits ayant les DLC les plus courtes sur le devant du réfrigérateur et utilisez-les en premier.
- **Ne congelez pas** de volumes trop importants ; votre congélateur n'est pas conçu pour cela.
- **Ne recongelez pas** des produits décongelés.
- **Entretenez** votre congélateur et réfrigérateur en associant le dégivrage et un nettoyage régulier à l'eau de javel des parois et des différents ustensiles de rangement.
- **Consommez** rapidement les produits entamés.
- **Protégez** les produits entamés dans des boîtes ou recouverts de film alimentaire.
- **Ne stockez pas** dans le congélateur ou réfrigérateur en contact direct avec d'autres aliments des produits souillés (terre par exemple), ni d'aliments encore trop chauds.
- **Contrôlez si possible** régulièrement les températures en y plaçant un thermomètre.
- **Vérifiez** que les produits non congelés ou non surgelés que vous voulez utiliser beaucoup plus tard peuvent être mis dans le «freezer» ou dans le congélateur.
- **Décartonnez** les emballages des produits laitiers.

>> Les dates limites de consommation des produits que vous préparez

DLC J+2

Préparations à consommer 2 jours après la fabrication :

- > Omelette Vème gamme, surgelée
- > Oeufs durs + sauce
- > Gratins de légumes ou féculents
- > Charcuteries pâtissière ou crue surgelée ou fabriquée sur place (quiche, crêpe, friande...)
- > Tous les rôtis ENTIERS
- > Légumes verts entiers ou en purée
- > Féculents, purée de pommes de terre
- > Potage
- > Poissons entiers ou piécés
- > Viandes piécées
- > Viandes en sauce (sautés)
- > Chipolata, merguez, Toulouse
- > Quenelles
- > Sauces chaudes
- > Entremets (avec ou sans féculent)
- > Fruits cuits

DLC J+1

Préparations à consommer 1 jour après la fabrication :

- > Steak haché, lasagnes, bolognaises, charcuterie pâtissière à base de viande hachée...
- > Galopin de veau
- > Légumes et viandes farcis
- > Strasbourg, Francfort
- > Chair à saucisse, paupiette
- > Boudin, andouillette
- > Langue de boeuf, tripes, foie, rognons
- > Poisson pané ou préparation à base de poisson émietté ou de fruits de mer
- > Terrines (poisson, viande, légumes)
- > Omelettes fabriquées à partir de coule d'oeuf
- > Crème aux œufs

■ Autour de la préparation des repas

L'hygiène dans la préparation des repas...

passer d'abord par un nettoyage efficace des mains et des ustensiles qui seront utilisés.

L'hygiène dans la préparation des repas...

Concerne également le respect d'un certain nombre de méthodes depuis la préparation préliminaire jusqu'à la cuisson.

A chaque étape, ses précautions particulières :

>> **HYGIÈNE DES MAINS**

Remarque :

Les mains visuellement propres peuvent être le support de nombreux germes et donc devenir des agents de contamination importants.

Ce qu'il faut faire :

Il est important de se laver les mains :

- entre 2 étapes de manipulation de produits contaminants
- après un passage aux toilettes ou après avoir fumé.

Il faut dans tous les cas, préférer le papier jetable pour s'essuyer les mains car le torchon contient beaucoup plus de germes

>> **PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES**

Remarque :

Afin de conserver une bonne hygiène aux produits préparés, il est important de séparer les produits propres et sales d'une part et d'autre part les préparations chaudes et froides.

Ce qu'il faut faire :

- Veillez à bien laver les produits sales et notamment les fruits et légumes en les décontaminant. Cela peut se faire, par exemple, en utilisant de l'eau vinaigrée (1 volume pour 6 volumes d'eau).
- Tous les ustensiles que vous utilisez doivent être parfaitement nettoyés avant chaque utilisation et entre chacune des préparations
- D'une manière générale, veillez à ne pas préparer à la fois des denrées souillées (salades, pommes de terre par exemple) et des denrée fragiles (viandes, produits laitiers).

>> **OPÉRATION À RISQUE**

Remarque :

Toute opération de coupe (tranchage, hachage, mixage...) constitue une manipulation à risque.

Ce qu'il faut faire :

- Lors du hachage, le bol du mixer, par exemple, ainsi que tous les éléments servant à cette opération doivent être soigneusement nettoyés au préalable. Cela doit être refait entre la réalisation de 2 opérations identiques successives.
- Les légumes une fois râpés par exemple deviennent des produits très sensibles.
- Dans tous les cas, ces produits devront être consommés dans les 24h00 après une conservation au réfrigérateur.
- L'utilisation de mayonnaise ou de chantilly «maison» devra absolument être proscrite au profit de produit tout prêt acheté en grande distribution.

>> **DÉCONGÉLATION**

Remarque :

Durant la phase de décongélation, les micro-organismes reprennent leur activité. Afin d'éviter leur prolifération, certaines méthodes doivent être respectées. C'est entre autres, pour cela qu'il est interdit de recongeler un produit déjà décongelé.

Ce qu'il faut faire :

Pensez à réaliser la décongélation des produits au réfrigérateur dans l'emballage d'origine.

Il existe toutefois certains produits comme les steaks hachés qui doivent être cuits encore surgelés.

ATTENTION : il est vivement déconseillé de réaliser la décongélation à température ambiante ou avec de l'eau chaude.

La conservation des produits décongelés ne doit pas excéder 48h00.

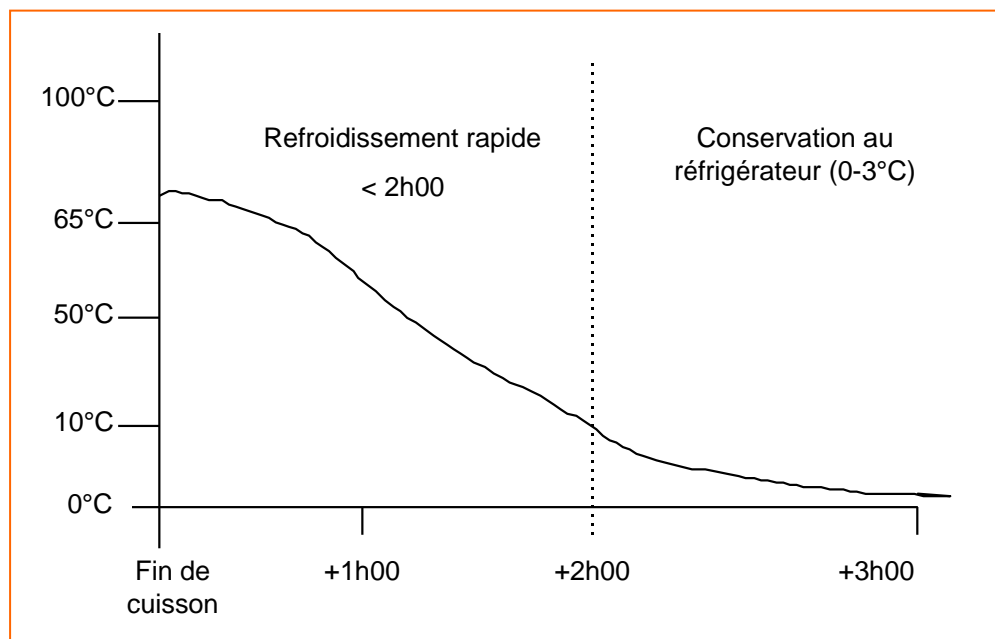
>> **LES PRÉPARATIONS CUITES** assurent une réduction de la contamination initiale en microbes pour une meilleure conservation.

>> **LES PRÉPARATIONS CUITES** qui sont ensuite consommées ultérieurement doivent être refroidies rapidement pour limiter les risques sanitaires.

La liaison froide

La réglementation exige de respecter certains paramètres qui sont traditionnellement mis en place dans les cuisines centrales qui élaborent les repas de vos enfants.

Ne pas dépasser 2h00 entre la fin de cuisson où le produit chaud est à +65°C et le moment où il devra être refroidi à moins de +10°C à coeur.



Pour vous permettre de vous rapprocher au plus près de ces consignes et à défaut de matériel spécifique, plusieurs techniques de substitution peuvent être appliquées.

>> **LE CONGÉLATEUR**

Son utilisation pour descendre rapidement les préparations en température peut se faire :

- Après les avoir laissé durant quelques minutes reposées, pour ne pas qu'elles soient trop chaudes, avant de la placer au contact entre autre de produits déjà surgelés.
- En répartissant le produit dans un grand plat afin de fournir une diminution plus rapide de la température.

Ne pas laisser le produit trop longtemps afin de ne pas le surgeler.

>> **L'EAU GLACÉE**

Utilisée sous forme de bain-marie, elle est très adaptée au refroidissement de sauces ou potages voire de légumes. Afin d'améliorer le résultat, il est important de mélanger le produit pour homogénéiser la température.

■ Le transport

La livraison

des produits devra leur garantir le maintien d'une température entre 0 et 3°C et protéger correctement les produits.

Pour cela :

- Placer les produits dans la glacière au dernier moment avec les plaques eutectiques (pains de glace).
- Ne sortez pas les préparations trop à l'avance de votre réfrigérateur lors du portage du repas à l'école.

Le retour de la glacière

veillez à la laver soigneusement à chaque utilisation ainsi que les couverts.

■ Contact

Dans le cas où cette plaquette ne répondrait pas à certaines de vos interrogations, vous pouvez contacter :

Mr MOSONI : 04.67.76.96.32

Nous restons à votre entière disposition pour tout problème éventuel.