



MINISTÈRE DES FINANCES  
ET DES COMPTES PUBLICS

MINISTÈRE DE L'ÉCONOMIE,  
DE L'INDUSTRIE ET DU NUMÉRIQUE

DIRECTION  
DES AFFAIRES JURIDIQUES



## RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES SUR LES PRODUITS LAITIERS DONT LES DESSERTS LACTÉS

GRUPE D'ÉTUDE DES MARCHÉS DE  
RESTAURATION COLLECTIVE ET NUTRITION

(GEM-RCN)

LE PILOTAGE DES GROUPES  
D'ÉTUDE DES MARCHÉS  
EST ASSURÉ PAR LE SERVICE DES  
ACHATS  
DE L'ÉTAT



Version 1.0 JUILLET 2015



### SOMMAIRE

CONTEXTE .....	2
PRÉAMBULE .....	2
OBJECTIFS NUTRITIONNELS .....	2
DÉFINITIONS .....	3
PLACE DES PRODUITS DANS LES REPAS PRINCIPAUX .....	4
CHOIX DES PRODUITS DANS L'ÉLABORATION DES MENUS .....	5
FRÉQUENCES DE SERVICE .....	6
GRAMMAGES .....	7
BIBLIOGRAPHIE / WEBOGRAPHIE .....	8
REMERCIEMENTS .....	9

## CONTEXTE

En 2015, le groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition (GEM-RCN) publie une **nouvelle version de la recommandation Nutrition** à l'intention des acteurs de la restauration collective de toutes les populations, de la petite enfance aux personnes âgées en institution.

**Afin de faciliter l'application** de la recommandation Nutrition, le comité Nutrition décide de mettre à la disposition des professionnels de la restauration collective **en métropole un nouvel outil adapté** à leur besoin.

**La présente fiche synthétise les points essentiels de la recommandation sur les produits laitiers dont les desserts lactés.**

Cette fiche est issue des travaux d'un groupe composé des représentants des fonctions publiques (État, collectivités territoriales), des associations et organisations professionnelles, d'experts et de fournisseurs.

## PRÉAMBULE

La présente fiche de recommandations nutritionnelles s'adresse aux décideurs, gestionnaires et acteurs de la restauration, la distribution et le service. Se voulant accessible, elle est un outil complémentaire pour les professionnels.

**Cette fiche reprend les recommandations nutritionnelles qui concernent les choix des produits laitiers dans la composition de l'offre alimentaire de toutes les populations**, y compris la petite enfance et les personnes âgées en institution.

Elle s'applique quelle que soit la structure de restauration publique et privée, qu'elle soit professionnelle, éducative, de soins, carcérale ou militaire, et quel que soit le mode de gestion, régie ou externalisation.

## OBJECTIFS NUTRITIONNELS

Les principaux objectifs nutritionnels généraux visés par les recommandations qui impactent sur la qualité des produits laitiers sont :

- **garantir les apports calciques,**
- **contrôler les apports lipidiques ;**
- **contrôler les apports en sucres simples ajoutés ;**

Les objectifs généraux sont modulés en fonction des différentes populations (cf. fiches de recommandations nutritionnelles pour les différentes typologies de convives).

Les produits laitiers sont indispensables pour satisfaire les apports en calcium ; le calcium venant d'autres aliments (légumes en particulier, eaux) sert de complément.

## DÉFINITIONS

### Les produits laitiers

Conformément aux décrets « Yaourts <sup>1</sup> » et « Fromages <sup>2</sup> » et selon la spécification technique de l'achat public « Laits et produits laitiers »<sup>3</sup>, **on entend par « produits laitiers » les produits dérivés exclusivement du lait.**

Il s'agit des :

- yaourts et laits fermentés et spécialités laitières assimilées ;
- fromages blancs et petits suisses et spécialités laitières assimilées ;
- fromages et spécialités fromagères assimilées ;
- desserts lactés.

**Dans la recommandation Nutrition, le terme « laitages » est employé pour désigner tous les produits laitiers hors fromages.**

D'un point de vue nutritionnel, les beurres et crèmes fraîches, bien qu'issus du lait, sont classés dans la famille des matières grasses. Ils ne sont donc pas comptabilisés dans le tableau des fréquences d'apparition des plats de la recommandation Nutrition.

**Les produits laitiers sont la principale source de calcium.** Néanmoins, tous ne contiennent pas la même teneur en calcium (voir tableaux indicatifs en 4.2.1.5.2 et 4.2.1.5.3 de la recommandation nutrition). Consulter les fiches techniques des fournisseurs permet de connaître la teneur en calcium.

Les produits laitiers sont également une source de protéines non négligeable à prendre en compte selon les besoins des convives (petite enfance, personnes âgées, ...).

La teneur en sucres (glucides simples totaux) et/ou matières grasses (lipides) par portion servie conditionne la fréquence d'apparition des produits laitiers (hors fromages) dans les menus.

### Les desserts lactés

Les desserts lactés font partie des produits laitiers.

La dénomination desserts lactés qu'ils soient achetés, prêts à consommer ou réalisés « maison », exige qu'ils soient fabriqués avec au moins 50 % de matières premières laitières (ex : lait, poudre de lait) auxquelles d'autres ingrédients (sucre, fruits, caramel, café, chocolat, œufs, riz, semoule, ...) peuvent être ajoutés.

On distingue notamment :

- les crèmes desserts, flan type flan nappé au caramel, laits gélifiés et liégeois...
- les desserts lactés à base de céréales : riz et semoules au lait, gâteaux de riz et de semoule...
- les desserts lactés de type mousses laitières (sans œufs) quel que soit le parfum (chocolat, café, caramel, aux fruits...);
- les desserts lactés aux œufs : crèmes caramel, pots de crème, flans aux œufs, îles flottantes ...
- les entremets...

Il faut vérifier la proportion de lait sur les fiches techniques des fournisseurs et les fiches recettes pour confirmer que le dessert est un dessert lacté.

Les desserts pâtisseries (type fondant au chocolat, tiramisu, crêpe, pain perdu, ...) ne sont pas classés dans les desserts lactés.

<sup>1</sup> Décret n°88-1203 du 30 décembre 1988 relatif aux laits fermentés et au yaourt ou yoghourt

<sup>2</sup> Décret n°2013-1010 du 12 novembre 2013 relatif aux fromages et spécialités fromagères

<sup>3</sup> Spécification technique n° B3-07-09 destinée à l'achat public de laits et produits laitiers

## PLACE DES PRODUITS DANS LES REPAS PRINCIPAUX

Les produits laitiers peuvent être intégrés aux composantes du repas en :

- entrée : salade fromagère, carottes au gouda ... ;
- plat : plats composés de fromage ;
- accompagnement féculent (légumes secs, pommes de terre, aliments céréaliers) ou légume : gratin ... ;
- produit laitier/dessert : fromage, laitage (yaourt, fromage blanc, dessert lacté...).

Le produit laitier intégré dans le plat et la garniture n'est pas pris en compte comme source de calcium du repas.

Les produits laitiers contiennent aussi des protéines animales. Leur consommation doit être adaptée aux besoins spécifiques de chaque type de convive.

On veille aux choix des laitages et à ajuster les portions de fromages servis pour contrôler les apports en protéines en structure petite enfance, tandis qu'on encourage le recours aux produits laitiers pour enrichir les repas des personnes âgées.

Pour la petite enfance, le produit laitier est une composante de chaque déjeuner proposé aux enfants de plus de 12 mois.

Pour les enfants scolarisés et les personnes âgées, le produit laitier est une composante essentielle à chaque repas sous forme de fromages ou de laitages.

## CHOIX DES PRODUITS DANS L'ÉLABORATION DES MENUS

**Il convient de varier l'offre des produits laitiers pour assurer l'équilibre nutritionnel et l'éducation au goût.**

Il est recommandé d'établir des fiches recettes composant les menus, en faisant apparaître au minimum :

- les quantités mises en œuvre de chaque ingrédient ;
- le poids de la portion servie ;
- tous les éléments permettant de classer la recette par critère de fréquence.

Les fiches techniques des produits achetés auprès de fournisseurs constituent un outil indispensable ; elles doivent comporter au minimum les informations suivantes :

- la liste des ingrédients ;
- le poids ;
- les valeurs nutritionnelles pour 100 g et éventuellement par portion.

Le tableau ci-dessous donne les éléments clés à rechercher selon que le produit est prêt à l'emploi ou fabriqué :

Type de plats et produits	Critères nutritionnels de la recommandation Nutrition	Seuil visé pour le classement	Information à rechercher dans :	
			1/Fiche technique fournisseur et étiquettes produits	2/Fiche technique de la recette : ingrédients à quantifier ou dont les valeurs nutritionnelles sont à rechercher
Fromages	Calcium/portion	Au moins 150 mg (fréquence mini) entre 100 mg et moins de 150 mg (fréquence mini)	Calcium/100 g à ramener à la portion	Pas de fiche recette mais respect du grammage recommandé
	Calcium/portion	Plus de 100 mg (fréquence mini)		
Laitages (produits laitiers frais, desserts lactés)	Matières grasses (lipides)/portion	Moins de 5 g	Matières grasses (lipides) /100 g à ramener à la portion	Crème ; lait entier
	Sucres (glucides simples totaux)/portion	Plus de 20 g de sucres (fréquence maxi sauf personnes âgées)	Sucres (glucides simples totaux)/100 g à ramener à la portion	Caramel ; sucre ; sirop de glucose, jus de fruit ; miel ; confiture ; coulis ; fruits ; lait

## FRÉQUENCES DE SERVICE

Pour les fréquences d'apparition des produits laitiers, il faut tenir compte de la teneur en calcium, de la teneur en lipides (matières grasses) et de la teneur en glucides simples totaux (sucres) selon les portions servies (cf. annexes relatives aux grammages dans la recommandation nutrition).

Leurs fréquences d'apparition sont différentes selon les types de convives (cf. annexe 4 de la recommandation Nutrition) :

Description	Nourrissons et jeunes enfants en crèche, halte-garderie ou structure de soins			Enfants scolarisés, adolescents, adultes	Personnes âgées (portage à domicile, en institution ou structure de soins)			
	Bébés (8-9 à 12 mois)	Moyens (12 à 15-18 mois)	Grands (15/18 mois à 3 ans)		en institution, structure de soins*			
					MIDI sur 20 repas	MIDI sur 24 repas	MIDI sur 28 repas	SOIR sur 28 repas
Fromages contenant au moins de 150 mg de calcium par portion	0	8/20 mini	8/20 mini	12/20 mini	14/24 mini	16/28 mini*	12/28 mini*	
Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100 mg et moins de 150 mg par portion	0	8/20 mini	4/20 mini	1/20 mini	2/24 mini	2/28 mini	2/28 mini	
Laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 100 mg de calcium, et moins de 5 g de lipides par portion	0	2/20 mini	6/20 mini					
Laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 100 mg de calcium				7/20 mini	8/24 mini	10/28 mini*	12/28 mini*	
Laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 20 g de glucides simples totaux par portion et moins de 15 % de lipides	0	1/20 maxi	4/20 maxi					

\*Les fréquences peuvent se cumuler entre le déjeuner et le dîner dans les établissements d'hébergement de personnes âgées.

La portion de fromage est précisée en point 4.2.1.5.1 dans la recommandation.

La classification tient compte d'une portion usuelle de 30 g pour les fromages à la coupe.

Pour les fromages en portions, il convient de vérifier la teneur en calcium annoncée pour chaque grammage.

## GRAMMAGES

Les grammages recommandés, précisés en annexe 2 de la recommandation Nutrition, sont le suivants :

### DÉJEUNER ET DÎNER

	Produits prêts à consommer, en gramme (plus ou moins 10 %) sauf exceptions signalées	Nourrissons et jeunes enfants en crèche, halte-garderie ou structure de soins			Enfants scolarisés, adolescents, adultes	Personnes âgées	
		Bébés (8-9 à 12 mois)	Moyens (12 à 15-18 mois)	Grands (15/18 mois à 3 ans)		Déjeuner	Dîner
Produits laitiers	Fromages	0	16 à 20	16 à 20	16 à 40	16 à 40	16 à 40
	Fromage blanc, fromages frais (autres que le petit suisse et les fromages frais type suisse)	0	90 à 100	90 à 100	90 à 120	100 à 120	100 à 120
	Yaourt et autres laits fermentés	0	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125
	Petits suisses et autres fromages frais type suisse	0	50 à 60	50 à 60	50 à 60 (maternelle) 50 à 60 (élémentaire) 100 à 120 (adolescent, adulte)	100 à 120	100 à 120
	Lait infantile (en ml)	100 à 125	100 à 125				
	Lait (en ml) pour repas à 4 composantes	0	0	0	125 (maternelle) 125 (élémentaire) 250 (adolescent)		

### PETIT-DÉJEUNER, GOÛTER, COLLATION

	Produits prêts à consommer, en gramme (plus ou moins 10 %) sauf exceptions signalées	Nourrissons et jeunes enfants en crèche, halte-garderie ou structure de soins			Enfants scolarisés, adolescents, adultes	Personnes âgées	
		Bébés (8-9 à 12 mois)	Moyens (12 à 15-18 mois)	Grands (15/18 mois à 3 ans)		Petit-déjeuner	Collation
Apports lactés	Lait entier (en ml)	0	0	150			
	Lait demi-écrémé (en ml) Petit déjeuner				200 (maternelle) 200 (élémentaire) 250 (adolescent, adulte)	Au moins 150	
	Lait demi-écrémé (en ml) Goûter				125 (maternelle) 125 (élémentaire) 250 ml (adolescent, adulte)		Au moins 100
	Yaourt et autres laits fermentés	0	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125
	Fromage blanc	0	90 à 100	90 à 100	90 à 120	100	100
	Fromage	0	16 à 20	16 à 20	16 à 20 (maternelle) 16 à 30 (élémentaire) 30 à 40 (adolescent, adulte)	30 à 40	16 à 20
	Petit suisse ou fromage frais type suisse	0	50 à 60	50 à 60	50 à 60 (maternelle) 50 à 60 (élémentaire) 100 à 120 (adolescent, adulte)	100 à 120	30 à 60
	Lait infantile	210 à 240	210 à 240	210 à 240			

Ils sont adaptés à chaque typologie de convives. Ils sont nécessaires mais aussi suffisants et ne doivent donc pas être systématiquement abondés. Pour la restauration scolaire, les grammages de certains produits issus de l'industrie agro-alimentaire sont réglementairement définis<sup>4</sup>.

<sup>4</sup> annexe 2 de l'arrêté du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire

## BIBLIOGRAPHIE / WEBOGRAPHIE

Recommandation Nutrition du GEM RCN - Fiches de recommandations nutritionnelles du GEM RCN

<http://www.economie.gouv.fr/daj/guides-et-recommandations-des-gem-et-autres-publications>

Décret du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire :

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000024614716&dateTexte=&categorieLien=id>

Arrêté du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire :

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000024614763&dateTexte=&categorieLien=id>

Décret n°88-1203 du 30 décembre 1988 relatif aux laits fermentés et au yaourt ou yoghourt :

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=LEGITEXT000006066373&dateTexte=20121226>

Décret n°2013-1010 du 12 novembre 2013 relatif aux fromages et spécialités fromagères :

<http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000028194079&dateTexte=&categorieLien=id>

Spécification technique n° B3-07-09 destinée à l'achat public de laits et produits laitiers :

<http://www.economie.gouv.fr/daj/oeap-liste-des-guides-gem#RCN>



## REMERCIEMENTS

Les personnes dont les noms suivent sont remerciées pour leur concours à la rédaction de la présente fiche :

BEUGNOT Nathalie	Formation & Expertise (Davigel)
BIZET Gwenaëlle	Ministère de l'agriculture (Direction générale de l'agriculture)
BORGAT Gérard	Union des ingénieurs hospitaliers en restauration (UDIHR)
BOUCHEZ Emilie	Syndicat national des entreprises de restauration et services (SNERS) Sté Api Restauration
BUTEAU-SAUGER Béatrice	Mairie de Nantes
CHAUMON Christophe	Association professionnelle nationale des personnels d'intendance des établissements publics d'enseignement français (AJI) Lycée Janson de Sailly
COINTAT Virginie	Mairie de Nice
COLIN Danièle	Club experts nutrition et alimentation (CENA)
DARMON Nicole	Institut national de la recherche agronomique - Institut national de la santé et recherche (INRA-INSERM)
DUBUISSON Carine	Agence nationale de sécurité sanitaire et de l'alimentation (ANSES)
DUCHENE Christelle	Centre d'information des viandes (CIV)
HAZAN Jean-Jacques	Association nationale des directeurs de la restauration collective (AGORES)
HUC Marie-Line (pilote du groupe de travail)	Association française des diététiciens nutritionnistes (AFDN)
HUSS Christine	Syndicat national des entreprises de restauration et services (SNERS) Sté Api Restauration
IAPTEFF Natacha	Association pour le développement de l'hygiène et l'équilibre nutritionnel (ADHEN)
JACQUIER Valérie	Fédération nationale de l'agriculture biologique (FNAB)
JANIN Mélanie	Association de la transformation laitière française (ATLA)
JOUBREL Gwénaële	Association Sojasa
KALONJI Esther	Agence nationale de sécurité sanitaire et de l'alimentation (ANSES)

LABARTHE Marie-Christine	Association française des diététiciens nutritionnistes (AFDN)
LACOMBE Brice	Association pour le Développement de l'hygiène et l'équilibre nutritionnel (ADHEN)
LUBRANO Anne-Sophie	Association de la transformation laitière française (ATLA) - Sté Syndifrais
MELENCHON Damien	Association de la restauration collective en gestion directe Restau'Co Conseil régional de Picardie
MERLE Sandra	Ville de Paris
MOIMEAUX Florence	Syndicat national de la restauration collective (SNRC) Sté Sodexo
PERILLON Anne-Ghylaine	Association nationale des directeurs de la restauration collective (AGORES) Ets public administratif de la restauration collective d'Arles
RAJAUD Sandrine	Sté Vici Aidomenu
RAUZY Cécile	Association nationale des industries alimentaires (ANIA)
THIEULENT Magali	NutriServices (Davigel)
TOSTIVINT Frank	Economat des armées
VALDEVIT Hervé	Restau'Co (Association de la restauration collective en gestion directe) Conseil régional de Picardie
VICTOR Aline	Sté Restalliance
VIGNÉ Laurence	GéCo (Association d'industriels Consommation Hors Domicile)

Rédaction coordonnée par :

Paulette VARENNES-AUTIN  
Service des achats de l'Etat  
59, bd Vincent Auriol - 75703 Paris Cedex 13  
Tél. : 01.44.97.34.12  
[paulette.varences-autin@finances.gouv.fr](mailto:paulette.varences-autin@finances.gouv.fr)