Ama terra - Les critères

Les principaux critères du label

Disponible dans les déclinaisons - tout-petits / junior / adulte / senior

Critères nutritionnels

1. Eau du robinet et/ou tisanes non sucrées.
2. Tableau des fréquences des groupes d'aliments.
3. Tableau des tailles des portions en fonction de l'âge.
4. Varier les types d'aliments et de préparations.
5. Privilégier les produits de saison.
6. Utiliser des huiles et matières grasses appropriées pour la préparation : huile de colza HOLL ou de tournesol HO pour le rôtissage, huiles de colza ou d'olive raffinées pour la cuisson à l'étuvée et huiles de colza ou d'olive pour la cuisine froide.
7. Utiliser peu de sel : fines herbes et épices permettent de relever les plats.
8. Renoncer à mettre des salières ou autres condiments à disposition du public.
9. Préserver les substances nutritives par la planification des achats, le stockage, la préparation et le lavage des aliments, ainsi que lors du maintien en température.
10. En dessert, privilégier fruits et produits laitiers.
11. En collation, privilégier fruits, légumes, produits laitiers et/ou féculents ; ils complètent les repas principaux.
12. Pour les publics adultes, au moins 3 boissons sans alcool sont proposées à un prix inférieur aux boissons alcoolisées.

Critères environnementaux

1. Liste des fournisseurs, de l'origine et des modes de production des aliments à jour.
2. Privilégier les produits régionaux ou suisses.
3. Viande, œufs et produits laitiers sont d'origine suisse.
4. Privilégier les produits dont les modes de production répondent à des normes écologiques élevées ; selon www.labelinfo.ch (p. ex. IP, Bio Suisse, Naturaplan, etc).

5. La majorité des produits importés ont un label bio ou de commerce équitable.
6. Différents morceaux de viande sont utilisés ; ils proviennent de différentes parties de l'animal.
7. Les produits transformés sont évités ; ils sont uniquement utilisés afin d'augmenter la variété des menus, selon les saisons.
8. Les substituts de viande autres que le tofu et le seitan, les plats prêts à consommer, les soupes instantanées, les sauces instantanées et les produits industriels sont utilisés maximum 1x par semaine ; ils contiennent colorants, conservateurs de synthèse, arômes artificiels, édulcorants artificiels et exhausteurs de goût.
9. Lors d'utilisation de produits de 4ème gamme ou congelés, privilégier l'origine suisse et les normes écologiques élevées selon www.labelinfo.ch (p. ex. IP, Bio Suisse, Naturaplan, etc).
10. Les conserves sont évitées.
11. Les emballages à portion unique sont évités.
12. Le budget alimentaire est compatible avec une alimentation durable.
13. Les équipes sont sensibilisées au gaspillage alimentaire.

Critères organisationnels

1. Le personnel de cuisine, éducatif et du service des repas est formé : alimentation équilibrée et durable, importance de la présentation des mets, éviter les pertes de nutriments, etc.
2. L'ambiance pendant le repas est agréable ; une attention est portée à la vaisselle, à la manière de présenter les mets, à la décoration de table, à la dimension sociale, etc.
3. Le repas est servi de manière attrayante et « gourmande » ; couleurs, formes, textures, présentation.
4. Suffisamment de temps est accordé au repas de midi ; durée indicative : 45 minutes.
5. La zone de repas est lumineuse, aérée régulièrement, conviviale et accueillante : fenêtres, éclairage, agencement de la pièce, décoration.
6. L'espace est aménagé de façon à ce que le bruit et l'écho soient estompés : sols, plafond, parois, séparation des locaux, pieds des chaises, etc.
7. Le gaspillage alimentaire est évité.
8. La planification des achats est organisée afin d'éviter des surplus de production.
9. L'achat des produits frais est planifié de manière à éviter leur dégradation prématurée.
10. Les normes d'hygiène sont respectées.
11. Une température de service d'au minimum 65 °C pour les aliments chauds et de 5°C au maximum pour les aliments froids périssables est assurée. Les légumes et les mets sautés sont conservés au chaud pendant 2

heures au maximum. Tous les autres composants du repas sont maintenus au chaud pendant 3 heures au maximum.

12. Les plats non servis sont réutilisés en les accommodant de sorte à préserver leurs substances nutritives et conformément aux prescriptions cantonales en matière d'hygiène. Ou alors, ils sont valorisés de manière pertinente à d'autres fins ; par exemple pour le personnel.
13. Les restes de table sont éliminés.
14. Les déchets sont triés et éliminés selon les recommandations en vigueur : PET, verre, aluminium, papier, carton, huiles usagées et compost.

Critères pédagogiques

Les critères pédagogiques s'appliquent uniquement à FV-AT Tout petits et FV-AT Junior

1. Le repas s'inscrit dans un cadre structuré, adapté à l'âge des enfants/jeunes et aux possibilités de la cuisine.
2. L'autonomie est incitée.
3. L'éducation au goût est favorisée.
4. Les enfants/jeunes mangent et boivent selon leurs besoins.
5. Les enfants/jeunes se servent si possible eux-elles-mêmes, sous la supervision du personnel éducatif ; si ce n'est pas possible, ils peuvent indiquer la quantité souhaitée.
6. Les enfants/jeunes ne sont pas incités à finir leur assiette par une récompense (p. ex. le dessert, aller jouer, etc.).
7. Un ou plusieurs services sont possibles, si la quantité de viande prévue pour leur âge n'est pas dépassée.
8. Les enfants sont quotidiennement impliqués dans la préparation ou la planification des repas : entretien d'herbes aromatiques, cueillettes, proposition de menus, mettre ou débarrasser la table, enquêtes de satisfaction, etc.
9. Les enfants sont incités à commencer le repas par un petit rituel : chanson, ban, souhait de bon appétit.
10. Les enfants sont incités à se laver les mains avant et après le repas.
11. Les enfants sont incités à se brosser les dents après avoir mangé.
12. Le concept pédagogique du lieu d'accueil règle les questions en lien avec l'alimentation : refus alimentaires, nécessité ou non de goûter, rôle de modèle du personnel éducatif, activités pédagogiques sur l'alimentation, etc.

Tiré de https://www.fourchetteverte.ch/article/ama-terra-les-criteres/fr/