



# BROCHURE SÉCURITÉ DES ALIMENTS

**sodexo**  
QUALITY OF LIFE SERVICES

# TABLE DES MATIÈRES

---

<b>1. Introduction</b>	<b>4</b>
<b>2. Quels sont les dangers rencontrés en cuisine ?</b>	<b>5</b>
2.1. Les dangers physiques	5
2.2. Les dangers chimiques	6
2.3. Les dangers microbiologiques	7
2.4. Environnements favorables aux bactéries	8
<b>3. Comment éviter les dangers en cuisine ?</b>	<b>9</b>
3.1. Hygiène personnelle	10
3.2. Températures	14
3.3. Ordre	20
3.4. Nettoyage et désinfection	24
<b>4. Les allergènes</b>	<b>25</b>
4.1. Définitions	25
4.2. Comment communiquer sur les allergènes ?	26
<b>5. Incident alimentaire</b>	<b>27</b>
5.1. Le plat témoin	27
5.2. Que faire en cas d'incident alimentaire ?	28

# 1. INTRODUCTION

---

Sodexo veut offrir de bons repas à ses consommateurs tout en garantissant leur sécurité.

La collaboration de chacun d'entre nous est pour cela très importante. Cette brochure reprend les principales règles relatives à la sécurité des aliments.

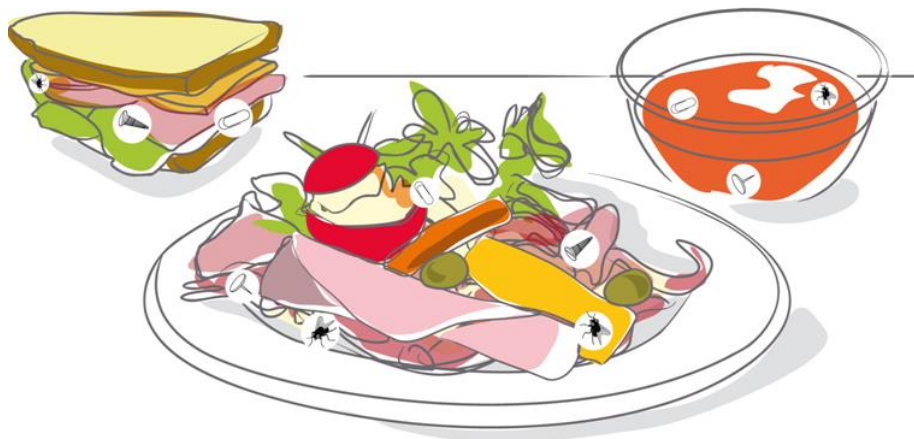
## 2. QUELS SONT LES DANGERS RENCONTRÉS EN CUISINE ?

---

### 2.1 Les dangers physiques

= Corps étranger, non souhaité, présent dans la nourriture

p.ex. bout de verre, de métal, de bois, de plastique, de papier, pierre, ...



## 2.2 Les dangers chimiques

= Substance chimique non souhaitée présente dans la nourriture

p.ex. produits d'entretien, pesticides, dioxine, ...



= Substances qui entraînent des réactions allergiques

p.ex. céréales contenant du gluten, lait, crustacés, mollusques, œufs, poisson, arachides, soja, fruits à coque, céleri, moutarde, graines de sésame, sulfites, lupin et préparations contenant ces produits



## 2.3 Les dangers microbiologiques

= Développement de bactéries qui peuvent nous rendre malades

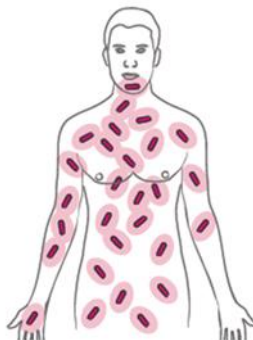
Les bactéries sont de petits organismes qui ne sont pas visibles à l'œil nu et qui sont présents partout.

### Bactéries inoffensives



Certaines bactéries sont nécessaires à la préparation de produits tels que le fromage, le yaourt, la bière, ...

### Bactéries pathogènes



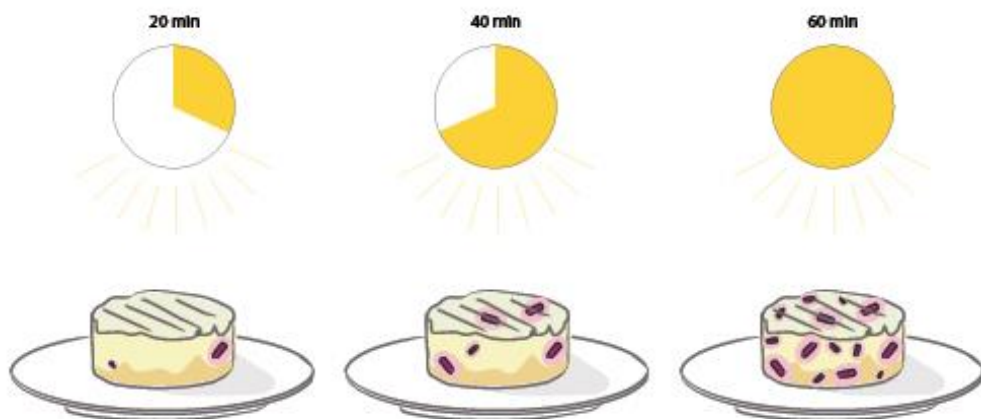
Peuvent causer des maladies !

## 2.4 Environnements favorables aux bactéries

Les bactéries se développent dans un environnement contenant :

- Chaleur (entre 7°C et 60°C)
- Humidité
- Nourriture

La cuisine est un endroit idéal pour les bactéries, elles s'y développent très rapidement !



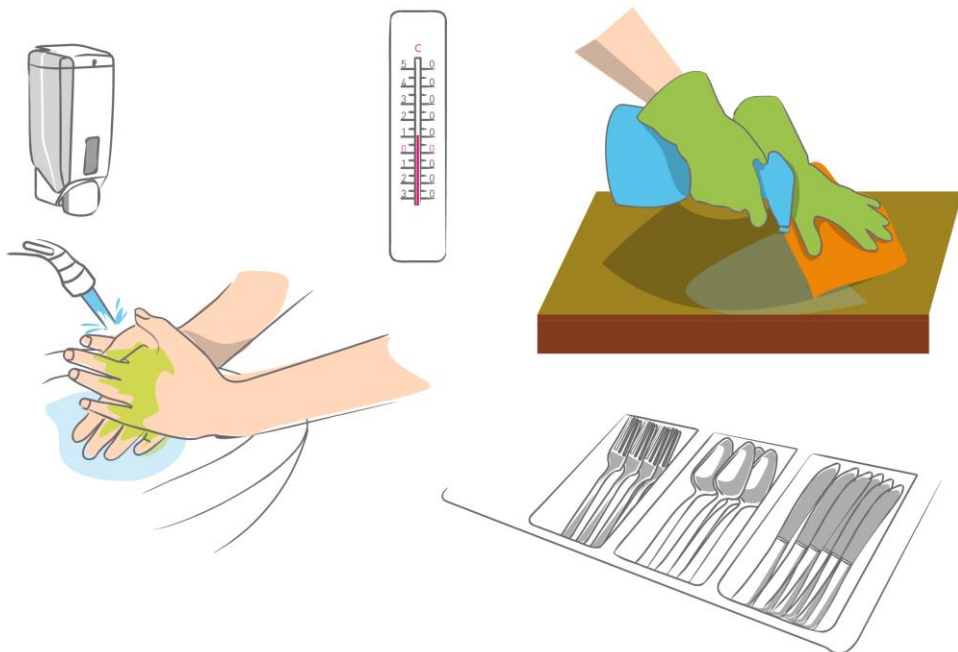
Toutes les 20 minutes, le nombre des bactéries double. Après 8 heures, il y a plus de 16.000.000 bactéries !

### 3. COMMENT ÉVITER LES DANGERS EN CUISINE ?

---

Nous pouvons éviter ces dangers en respectant les points suivants :

- **Hygiène personnelle**
- **Températures**
- **Ordre**
- **Nettoyage et désinfection**





## 3.1 Hygiène personnelle

Par une hygiène personnelle correcte, nous évitons de contaminer la nourriture.

### Prêt(e) à entrer en cuisine ?

- Je porte une tenue de travail adaptée et propre. Pas de vêtements personnels visibles !
- Cheveux propres, attachés (s'ils sont longs) et recouverts (p.ex. charlotte).
- Ma barbe et/ou moustache est soignée et courte.
- Je ne porte pas de bijoux, de piercings visibles ni de montre. Tolérance pour une alliance simple sans fantaisie.
- Mes mains sont propres, je me lave les mains en entrant en cuisine.
- Mes ongles sont propres et courts, sans vernis. Faux ongles ou ongles en gel interdits !
- En cas de blessure, la plaie est désinfectée et recouverte par un pansement bleu et j'utilise un gant à usage unique (si blessure au doigt ou à main).
- Je porte mes chaussures de sécurité.



## Comment se laver les mains correctement ?



- **Etape 1** : Mouiller les mains à l'eau



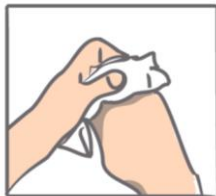
- **Etape 2** : Frotter les mains avec un savon bactéricide



- **Etape 3** : En cas d'ongles sales, nettoyer les ongles avec une brosse à ongles



- **Etape 4** : Rincer les mains à l'eau



- **Etape 5** : S'essuyer les mains avec du papier à usage unique

---

## Quand se laver les mains ?

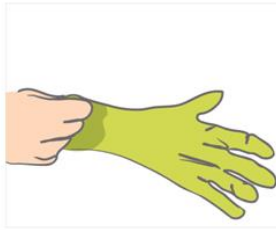
- Au début de travail, après chaque pause
- Après avoir changé de poste de travail
- Après passage aux toilettes
- Après avoir éternué, toussé ou s'être mouché
- Après avoir manipulé des produits crus ou du matériel en contact avec des produits crus
- Après avoir manipulé des objets ou du matériel contaminé (masque buccal, cheveux, téléphone, clinche de porte, poubelle, mains, ...)
- Après avoir mangé, bu ou fumé



---

## Quand porter des gants à usage unique ?

En cas de contact direct avec des denrées alimentaires qui ne subiront plus de réchauffement (p.ex. sandwiches, plats froids, ...).



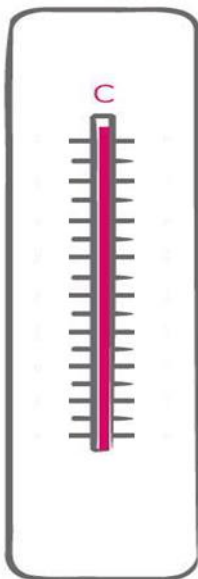
Se laver les mains avant de mettre les gants et changer régulièrement de gants !

---

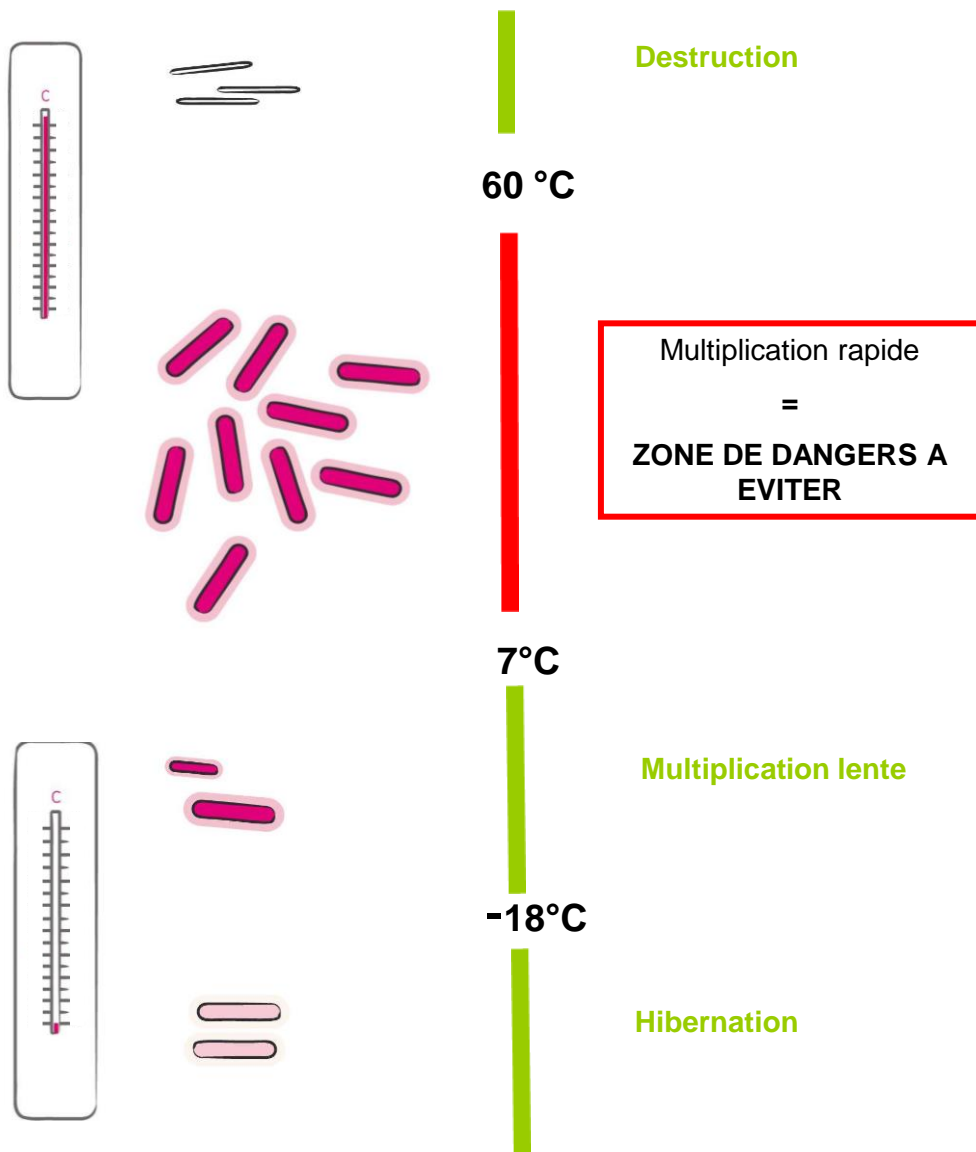
## 3.2 Températures

Les bactéries se développent rapidement dans un milieu chaud (entre 7°C et 60°C).

Un tel environnement doit être évité au maximum ou doit être traversé le plus rapidement possible !



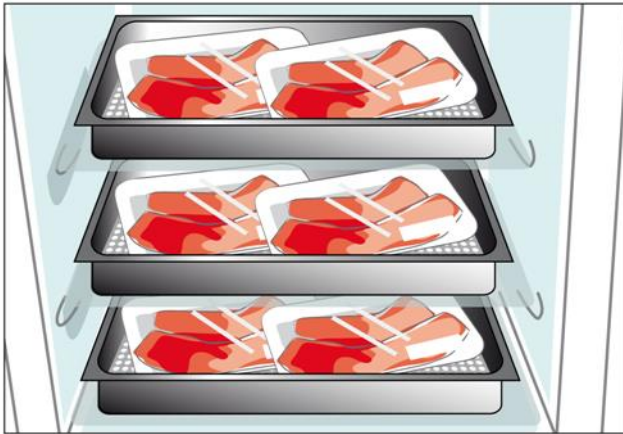
## Quel est l'effet de la température sur les bactéries ?



---

## Comment décongeler correctement ?

Décongeler à température ambiante entraîne une multiplication rapide des bactéries !



Différentes possibilités pour décongeler :

- En chambre froide/frigo
- Utilisation sans décongélation
- Au four à micro-ondes
- En emballage fermé sous eau froide courante

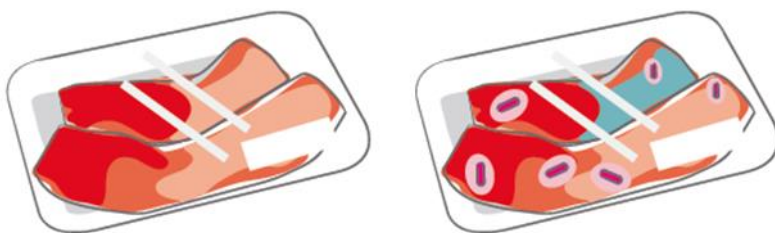
Conservation = maximum 48h au frigo

---

## Comment refroidir correctement ?

En cas de refroidissement lent, les bactéries vont se développer !

L'intervalle de température de 60°C jusqu'en-dessous de 10°C doit être parcouru en maximum 2 heures.



Le refroidissement sans cellule de refroidissement peut être accéléré :

- Utiliser de petites quantités
- Laisser suffisamment d'espace entre les gastronomes
- Mettre les gastronomes dans l'eau glacée



## Quelles températures retenir ?

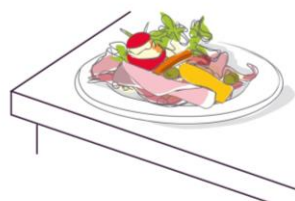
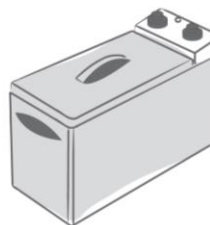
Frigo  
maximum 4°C



Congélateur  
maximum -18°C



Friteuse  
maximum 175°C



Distribution  
repas chauds  
minimum 60°C

Distribution  
préparations froides  
maximum 7°C  
(produits à risque : maximum 4°C)

## La température est-elle sous contrôle ?

La température est contrôlée et enregistrée à chaque étape importante de la production.

### Réception

Température des matières premières



### Stockage

Température des chambres froides et congélateurs



### Préparation

Température et temps du refroidissement



### Distribution

Température des repas chauds et froids



### Livraison

Température des repas livrés



### 3.3 Ordre

Le maintien d'un ordre correct permet d'éviter la péremption et la contamination des produits.

#### Est-ce que tout est correctement stocké ?



- FIFO : premier livré, premier utilisé / FEFO : premier périmé, premier utilisé
- Par famille, p.ex. le sucre à côté du sucre
- Produit filmé après ouverture
- Produits étiquetés
- Séparation entre les produits sales et propres dans le frigo

Propres = produits finis

Sales = produits crus ou bruts

- Rien au sol
- Produits d'entretien stockés séparément

## Etiquetage des produits secs et surgelés ?

Le nom du produit et la date de péremption d'origine doivent toujours être mentionnés sur les produits.

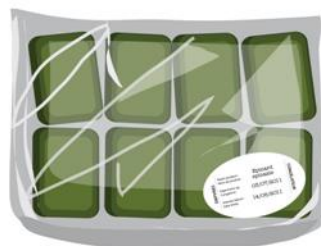
Reprendre les données quand :

- L'emballage original est enlevé
- Le produit est transvasé dans un autre récipient



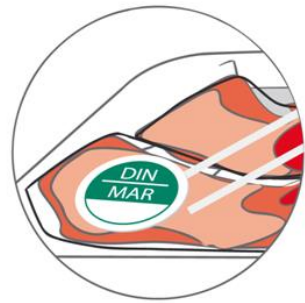
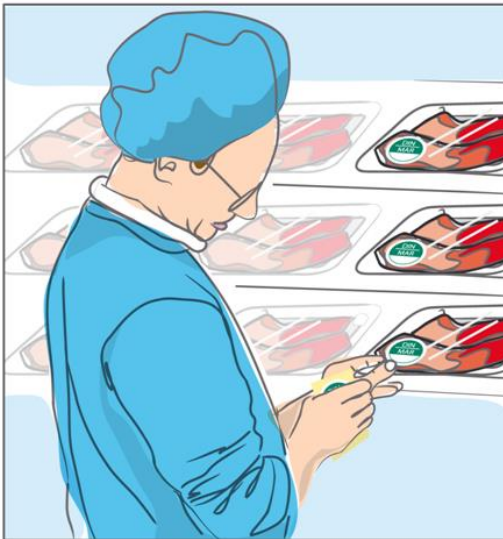
Produits congelés artisanalement :

- Nom du produit
- Date de congélation
- Date limite d'utilisation  
(date de congélation + 6 mois)



## Etiquetage en chambre froide ?

Une nouvelle date de péremption (= date limite d'utilisation) doit être notée sur les produits qui ont été ouverts et les préparations.



Pour cela, utilisez le tableau coloré avec les dates limites d'utilisation des produits.

## Comment éviter la contamination croisée ?

Contamination croisée : les bactéries passent d'un produit sale à un produit propre par contact (in)direct.

### Produit – matériel PROPRE

- Légumes et viandes préparés
- Matériel de cuisine nettoyé et désinfecté

### Produit – matériel SALE

- Légumes et viandes crus
- Matériel non nettoyé
- Emballages externes
- Objets personnels



---

### 3.4 Nettoyage et désinfection

Les bactéries apprécient un environnement sale et humide, la cuisine doit donc toujours être propre !

#### Qu'est-ce que le nettoyage et la désinfection ?

Nettoyer

= Enlever la saleté afin que la cuisine soit propre.

Désinfecter

= Tuer les bactéries. Ceci est nécessaire pour le matériel qui entre directement en contact avec la nourriture.



Le plan de nettoyage et de désinfection doit être correctement suivi !

## 4. LES ALLERGÈNES

### 4.1 Définitions

#### Allergie ≠ intolérance

Une **allergie** est déclenchée par une réaction immunitaire de l'organisme.

Le corps reconnaît de manière incorrecte une substance (= allergène) présente dans les aliments comme étant dangereuse et réagit.

**Symptômes** : démangeaison, nausée, mal au ventre, vomissement, diarrhée, yeux irrités, nez bouché, trouble respiratoire, ...

La réaction la plus sévère est un choc anaphylactique qui peut entraîner la mort.

#### Une allergie alimentaire peut donc mettre la vie en danger !

En cas d'**intolérance** alimentaire, le corps ne peut pas digérer une substance particulière présente dans les aliments (p.ex. gluten, lactose).

**Symptômes** : surtout des problèmes de digestion (maux de ventre, diarrhées, nausées, ...)

La législation décrit 14 allergènes qui doivent pouvoir être communiqués aux consommateurs :





---

## 4.2 Comment communiquer sur les allergènes ?

La communication peut se faire :

- Oralement (p.ex. self, cafétaria, ...)
- Par écrit (p.ex. menus, autres supports, ...)

### En cas de question d'un consommateur :

- Adressez-vous au responsable de la cuisine (ou son remplaçant).
- Ne jamais inventer ou présumer le contenu d'un aliment ou d'une préparation.
- Ne jamais dire « *ne contient pas ...* », il y a toujours des traces possibles.

La composition de nos préparations peut varier : toujours vérifier quels ingrédients ont été utilisés.

**Il n'est pas possible de produire dans repas « sans allergènes » en cuisine de collectivité !**

# 5. INCIDENT ALIMENTAIRE

## 5.1 Le plat témoin

Le plat témoin peut permettre de déterminer la cause d'un incident alimentaire.

**Un plat témoin doit être prélevé à chaque repas :**

Plat(s) principal(aux) du(es) menu(s) + préparations à risque

### Combien de temps conserver les plats témoins ?

La durée et le mode de stockage des plats témoins dépendent du type de cuisine :

- Liaison chaude :
  - Restaurants d'entreprise, institutions fédérales, européennes et internationales : 3 jours en chambre froide / frigo (4°C)
  - Maisons de repos, écoles, hôpitaux, centres psychiatriques et établissements pénitentiaires : 3 jours en chambre froide / frigo (4°C) + 4 jours au congélateur (-18°C)
- Liaison froide : 7 jours au congélateur (-18°C)

**Quantité** : minimum 100 g du menu complet

**Etiquetage** : Nom du produit (menu) + date de production



---

## 5.2 Que faire en cas d'incident alimentaire ?

Contactez immédiatement le responsable de l'exploitation.

En l'absence du responsable de l'exploitation, se référer à la « pyramide de communication » pour savoir qui informer.

Le responsable (ou son remplaçant) prend contact avec l'équipe Food Safety en suivant la procédure dans l'ABC Food Safety.

OU

en dehors des heures de bureau, via le numéro d'urgence : 02/507.22.53.



*sodexo* 