



## **Introduction en restauration scolaire du pain « Bio d'Ile de France »®**

**Pour les écoles primaires, collèges, et lycées  
d'Ile de France**



**Un projet citoyen contribuant au  
développement d'une filière agricole durable**

GAB Région IDF  
10, rue des Frères Lumière  
77 100 Meaux  
Tel : 01 60 24 71 84  
Fax : 01 60 44 09 88  
[Bioidf@aol.com](mailto:Bioidf@aol.com)  
[www.bioiledefrance.fr/pain](http://www.bioiledefrance.fr/pain)



## Sommaire

I. Pourquoi introduire du pain « Bio d’Ile de France »® dans les restaurants scolaires ? .....	3
A. Encourager l’agriculture bio pour protéger l’environnement.....	3
B. Choisir un pain bio de qualité pour répondre aux objectifs nutritionnels prioritaires du PNNS .....	4
II. Du pain « Bio d’Ile de France »® à la cantine, c’est possible ! .....	5
A. Une filière biologique régionale organisée .....	5
1. La production de blé biologique en Ile de France : qualité et quantité !.....	5
2. Le savoir faire des meuniers franciliens .....	6
3. La boulangerie : une étape déterminante pour la qualité .....	7
4. Une dynamique régionale : .....	7
B. Les garanties du pain « Bio d’Ile de France »® : la qualité à toutes les étapes	9
C. Un accompagnement complet pour répondre à vos besoins .....	10
1. Concevoir un projet adapté .....	10
2. Eduquer et informer les élèves.....	10

## I. Pourquoi introduire du pain « Bio d'Ile de France »® dans les restaurants scolaires ?

### Quels sont les intérêts d'un tel projet ?

#### A. Encourager l'agriculture bio pour protéger l'environnement

L'agriculture biologique est un mode de production naturel qui n'utilise :

- ni engrais,
- ni pesticides chimiques
- ni OGM.



Les agriculteurs biologiques développent des méthodes de cultures basées sur le respect des équilibres naturels, la rotation des cultures et l'entretien de la fertilité du sol.



Leurs pratiques respectent ainsi parfaitement la qualité de l'eau, de l'air et de la terre. De plus l'agriculture biologique favorise la biodiversité de la faune et de la flore locale, ainsi que le maintien de paysages variés.



Le pain « Bio d'Ile de France »® est élaboré dans notre région, exclusivement à partir de blés biologiques franciliens. Manger du pain « Bio d'Ile de France »® permet d'offrir aux agriculteurs biologiques franciliens un débouché stable et fiable. **Cela contribue donc à consolider les exploitations biologiques actuelles** et à terme cela **devrait permettre de nouvelles conversions.**

*Ainsi, en choisissant le pain « Bio d'Ile de France »®, vous agissez de manière concrète, vous faites le choix de protéger votre environnement local (qualité de l'eau, de l'air, maintien de la biodiversité...) pour vous et les générations futures.*



#### L'agriculture biologique : un mode de production très contrôlé

L'agriculture biologique est encadrée par un règlement européen (CE 2092/91) et un cahier des charges français complémentaire pour les productions animales (CC-Repab F). Le respect de cette réglementation est contrôlé chez l'ensemble des opérateurs qui travaillent en bio (agriculteurs, transformateurs, distributeurs). Les contrôles sont effectués par des organismes indépendants agréés par l'Etat.

Pour être commercialisé comme « issu de l'agriculture biologique » et pour bénéficier du logo AB, le produit doit avoir été contrôlé et certifié par un organisme de contrôle.

## B. Choisir un pain bio de qualité pour répondre aux objectifs nutritionnels prioritaires du PNNS

Aujourd'hui le taux de croissance de l'obésité en France est de 5 % et 14.4 % des enfants de 5 – 6 ans sont en surpoids. Dans le cadre du Plan National de Nutrition Santé, l'Etat français s'attache à rétablir les équilibres nutritionnels, réel enjeu de santé publique.

On sait qu'il existe un lien étroit entre alimentation et santé, c'est pourquoi nous devons tous nous interroger sur l'évolution de nos pratiques alimentaires, pour nous et pour les enfants et adolescents dont nous avons la responsabilité à différents titres. Que nous soyons parents, professeur, élu local, gestionnaire d'un restaurant scolaire, cuisinier... nous avons tous une responsabilité dans l'alimentation des enfants à l'école.

**C'est pourquoi les partenaires de la filière Pain « Bio d'Ile de France »<sup>®</sup> ont fait le choix de proposer aux enfants et aux jeunes de la région, un pain qui est non seulement issu de l'agriculture biologique mais aussi un produit de haute qualité nutritionnelle.**

Le pain blanc consommé traditionnellement dans les cantines scolaires ne contient que des sucres «rapides» et est dépourvu des  $\frac{3}{4}$  des vitamines, minéraux et fibres qui étaient présents dans le grain de blé au départ. De plus il est souvent trop salé pour compenser son absence de goût. **Le pain blanc est donc loin d'être l'idéal sur le plan nutritionnel.**

### L'avis du nutritionniste :

« Dans un esprit de santé publique, il serait nécessaire d'améliorer le plus rapidement possible la qualité nutritionnelle du pain. En effet de nombreuses études épidémiologiques suggèrent que la consommation de céréales complètes aurait un effet particulièrement favorable sur le maintien de la santé. Leur consommation est associée à un moindre risque de maladies cardio-vasculaires, de diabète, de certains cancers, et des allégations santé portant sur des céréales complètes ont été autorisées dans certains pays. Dans la mesure où les céréales complètes sont difficiles à panifier et conduisent à des pains très éloignés du pain blanc habituel, un juste compromis serait d'utiliser couramment en panification des farines moins raffinées que le type 55, **au moins de type 80, ce qui correspond à une augmentation de la teneur en micronutriments d'environ 40 %.** »

**Christian Rémésy** – Chercheur en nutrition humaine – INRA – paru dans Libération – 17/10/2005.

Ainsi **les préconisations du PNNS et les nutritionnistes encouragent à augmenter la consommation d'aliments céréaliers plus complets**, car ceux-ci apportent des quantités significatives **de fibres et de sucres lents** et sont beaucoup **plus riches en micronutriments**.

De plus, l'Agence Française de Sécurité Sanitaire de Aliments recommande de diminuer la teneur en sel des aliments vecteurs de sel (dont le pain fait partie).

**« Nous avons donc choisi de nous engager sur ces aspects nutritionnels particuliers, afin de proposer un produit adapté aux besoins des enfant. Ainsi, le pain « Bio d'Ile de France »<sup>®</sup> est fabriqué :**

- **à bases de farines semi complètes**
- **et la quantité de sel est limitée à 18g/kg** ». (Plus de détails au II. B.).

### **Si le pain complet n'est pas bio, attention aux pesticides !**

« Lorsqu'on choisit de consommer des céréales complètes, on s'expose aussi davantage aux produits phytosanitaires utilisés sur le blé en culture conventionnelle. En effet ceux-ci se retrouvent principalement sur l'enveloppe du grain et donc de manière importante dans les produits céréaliers complets. Seule l'agriculture biologique qui l'exclut totalement l'usage de pesticides permet de manger du pain complet en toute sérénité ! ».



## II. Du pain « Bio d'Ile de France »® à la cantine, c'est possible !

Vous souhaitez participer activement à la protection de votre environnement local ainsi qu'à la protection de la santé des enfants, vous souhaitez approvisionner les restaurants scolaires de votre collectivité en pain « Bio d'Ile de France »®, **aujourd'hui c'est facile !**

### A. Une filière biologique régionale organisée

La filière pain « Bio d'Ile de France »® a été créée à l'initiative des agriculteurs biologiques de la région. Elle regroupe différents professionnels (meuniers, boulangers) capables de fournir une offre régionale de pain biologique adaptée à la restauration scolaire.

#### 1. La production de blé biologique en Ile de France : qualité et quantité !

##### ➤ Du blé bio d'Ile de France en quantité importante

L'Ile de France compte **70 exploitations certifiées en agriculture biologique** en 2005, parmi lesquelles **30 produisent principalement des grandes cultures**.

Au total 3 500 hectares sont consacrés aux grandes cultures biologiques (céréales, oléagineux, protéagineux).



**Le blé** est de loin la culture principale et occupe près de **1 000 ha** chaque année, soit 28 % des surfaces destinées aux grandes cultures.

Le reste des surfaces est occupé par des céréales secondaires (orge, triticale, avoine), des légumineuses (pois, féveroles, luzerne) et d'autres cultures (tournesol, colza).

Cette diversité est essentielle en agriculture biologique pour permettre une bonne rotation des cultures, ceci permet de diminuer les problèmes de mauvaises herbes, de maladies ou de parasites.

En 2005, les 900 ha cultivés en blé ont produit près de **3 600 Tonnes de blé biologique**. Avec cette quantité de blé, on aurait pu produire **4 100 Tonnes de pain « Bio d'Ile de France »®**. **Ce potentiel de production est important, il correspond à l'approvisionnement en pain de 80 Millions de repas par an !**

De plus, si les besoins sont plus importants, de nouvelles conversions d'agriculteurs seront encouragées, augmentant ainsi les surfaces cultivées en bio dans la région.

#### **Ordre de grandeur :**

En Ile de France, 250 000 élèves de lycées sont demi-pensionnaires, ce qui représente 43 millions de repas par an. Il faudrait 2 625 tonnes de pain « bio d'Ile de France » pour approvisionner tous les lycées tous les jours de l'année : c'est possible !

Cela correspond environ à la moitié de la production actuelle de blé bio d'Ile de France.





### ➤ Un fort engagement pour la qualité des blés

Le blé biologique est cultivé par une trentaine de producteurs présents sur l'ensemble des grands départements agricoles de la région (Seine et Marne, Yvelines, Val d'Oise et Essonne). Cette large zone de culture permet de bénéficier des qualités spécifiques des différents micro-terroirs et de leur complémentarité pour la fabrication d'un pain biologique régional de qualité. (Voir carte A) 4.)

Les blés ont été spécifiquement sélectionnés par les producteurs pour leur haute qualité boulangère, en vue d'approvisionner la filière pain « bio d'Ile de France »®. **Les agriculteurs biologiques d'Ile de France se sont en effet engagés à cultiver des variétés de blé de haute qualité (blés améliorants et blés de force) et à mettre en œuvre des pratiques favorisant la qualité boulangère finale**, afin que la filière Pain « Bio d'Ile de France »® puisse produire du pain de qualité sans additifs et sans améliorants.

Ce travail technique sur la qualité des blés est mené en partenariat avec les chambres d'Agriculture locales.



## 2. Le savoir faire des meuniers franciliens



L'Ile de France possède 4 outils de première transformation des céréales certifiés pour les produits biologiques. Ces moulins produisent environ un tiers des volumes nationaux de farine biologique (34%).

Les moulins partenaires de la filière « Bio d'Ile de France »® sont tous deux des **spécialistes de la mouture sur meules de pierre**.

La mouture sur meule consiste à écraser les grains de blé entre deux meules de pierre horizontales. Cette technique traditionnelle permet de conserver naturellement l'intégralité du germe du blé, qui contient de nombreuses vitamines (B1, B6 et E) et de nombreux minéraux (Magnésium, fer potassium). Elle permet aussi une micronisation d'une partie du son (enveloppe du grain de blé), apportant ainsi des fibres alimentaires assimilables. Cette technique est donc utilisée pour produire des farines de haute qualité nutritionnelle.

**La farine sur meule de pierre est plus colorée, plus riche en micronutriments et donne plus de goût au pain** que la mouture sur cylindre, généralement utilisée aujourd'hui dans l'industrie meunière.



### 3. La boulangerie : une étape déterminante pour la qualité

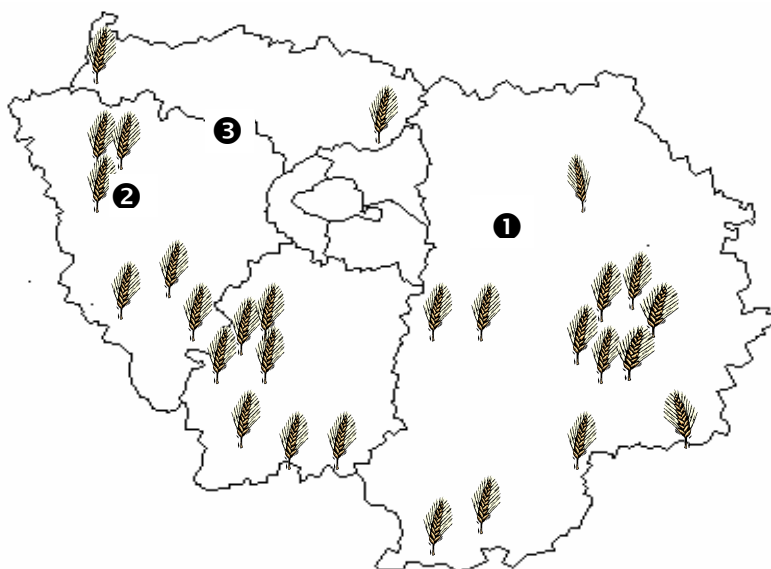
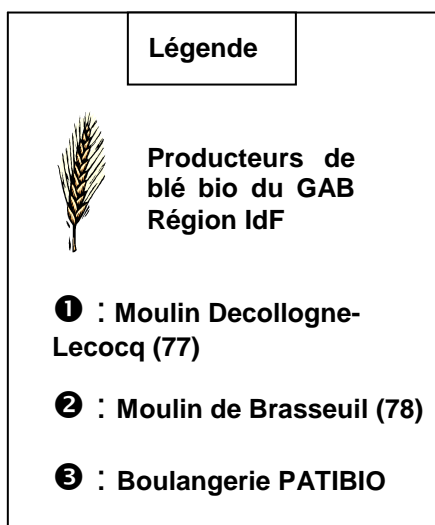


La panification est une étape primordiale dans l'élaboration de la qualité gustative mais aussi nutritionnelle du pain. Pour faire du bon pain, il faut le savoir-faire d'un bon boulanger et du temps ! En effet pour faire un **pain de bonne qualité**, c'est-à-dire un pain **qui a bon goût et qui respecte les qualités nutritionnelles de la farine**, il faut laisser le temps aux fermentations de développer les arômes et de faire lever la pâte lentement.

Les boulangers partenaires de la filière Pain «Bio d'Ile de France»® travaillent dans cet état d'esprit. Ils se sont engagés à respecter un cahier des charges strict spécifique au Pain « Bio d'Ile de France »® qui donne un cadre à la panification. Ils fabriquent le pain à l'aide de **levain naturel** ou de **levure** selon les règles de la panification **de tradition française (sans additifs, sans pétrissage intensif...)**. (Voir II. B).

Ils sont aussi certifiés biologiques par un organisme de contrôle indépendant, agréé par l'Etat.

### 4. Une dynamique régionale



#### Localisation des acteurs de la filière Pain «Bio d'Ile de France »®

La filière pain « Bio d'Ile de France »® est une **filiale entièrement régionale**. Du champs jusqu'au restaurant scolaire tout se passe en Ile de France ! Ce choix permet de **limiter au maximum les transports** et de **favoriser des échanges économiques cohérents** au niveau d'un territoire.

#### ➤ Un plus pour le développement local

La dimension régionale de ce projet a permis de développer des partenariats innovants entre différents acteurs locaux : agriculteurs, moulins, boulangers, collectivités locales, écoles... Cette démarche collective participe au développement local et son aboutissement devrait être bénéfique pour l'ensemble des franciliens : amélioration de l'alimentation des enfants,



protection de l'environnement, consolidation des filières biologiques, développement de l'activité économique...

De plus la construction de cette filière se fait sur la base de partenariats, où les différents opérateurs collaborent tous pour les mêmes objectifs. Cela permet de mettre en place des échanges plus justes et plus équitables, permettant à chaque opérateur d'assurer son activité dans le long terme.

➤ **Moins de transport, donc moins de pollution !**

**Les partenaires de la filière « Bio d'Ile de France »® souhaitent travailler dans un espace géographique limité afin de réduire au maximum les coûts et les nuisances liées au transport.**

Transformer et consommer sur place le blé produit localement paraît être une évidence et pourtant aujourd'hui les blés, les farines et mêmes les pains peuvent parcourir des centaines de kilomètres avant d'arriver au consommateur. La filière « Bio d'Ile de France »® attache une grande attention à la diminution des transports.

L'objectif final est par exemple de développer un réseau de boulangers dans toute l'Ile de France, afin de diminuer au maximum les distances liées aux livraisons du pain.





## B. Les garanties du pain « Bio d'Ile de France »® : la qualité à toutes les étapes



Garanties du Pain bio d'IDF	Intérêts
<b>Blés cultivés en Ile de France</b> selon les règles de l' <b>agriculture biologique</b>	L'agriculture bio <b>respecte votre environnement</b> : qualité de l'eau, fertilité des sols, entretien des paysages ...
	En cultivant sans utiliser ni engrais chimiques, ni pesticides de synthèse, les agriculteurs bios récoltent des <b>blés exempts de résidus</b> de produits chimiques.
<b>Une farine de Haute densité nutritionnelle :</b> - farine bise, - moulue à la meule de pierre (taux de cendres supérieur à 0.75)	Le grain de blé accumule vitamines et minéraux dans son enveloppe externe. La farine bise est semi complète, elle contient donc une partie de cette enveloppe. Elle <b>conserve ainsi les qualités nutritionnelles du grain</b> . Comparée à de la farine blanche, la farine bise contient : plus de fibres, et <b>40% de plus de micronutriments</b> (Magnésium, phosphore, calcium, cuivre, fer et zinc).
	La mouture à la meule de pierre permet de recueillir une grande partie du <b>germe de blé, riche en acides gras essentiels et vitamines</b> .
	Le choix d'une farine semi complète permet aux enfants de <b>découvrir « en douceur » un pain au goût nouveau</b> .
<b>Panification au levain naturel</b> <b>Ou à la levure de type tradition française.</b> - absence totale d'additifs - limitation du sel	La panification au levain naturel, originaire d'une fermentation spontanée naturelle, permet une <b>meilleure assimilation des minéraux</b> .
	Une <b>panification traditionnelle</b> au levain ou à la levure garantit un pain de bonne qualité gustative et respecte la qualité nutritionnelle de la farine.
	L'utilisation du sel est <b>limitée à 18g par kg de farine</b> , conformément aux préconisations de l'AFSSA, dans le cadre de la prévention contre les maladies cardio-vasculaires.
	Le pain au levain ou de tradition française <b>se conserve mieux</b> qu'un pain classique.

Toutes ces garanties sont consignées dans un cahier des charges que chaque partenaire s'engage à respecter. Chaque critère technique a été choisi avec précision afin de garantir au consommateur final un pain de grande qualité environnementale, gustative et nutritionnelle.

## C. Un accompagnement complet pour répondre à vos besoins

### 1. Concevoir un projet adapté

Introduire du Pain «Bio d'Ile de France»® dans les restaurants scolaires de sa collectivité est un projet global qui implique de nombreuses personnes. Chacun a un rôle à jouer dans ce projet :

- le **gestionnaire du restaurant scolaire**, qui fait le choix des fournisseurs,
- les **cuisiniers et équipes de cuisine** qui préparent les repas,
- les **élus** qui peuvent encourager cette initiative en finançant une partie du projet,
- les **professeurs et équipe pédagogique** qui ont en charge de former les élèves.
- les **parents d'élèves**, qui peuvent soutenir cette opération,
- les **diététiciennes et infirmières**, qui peuvent ainsi aborder l'équilibre alimentaire,
- Et les **élèves** eux-mêmes (pour les plus grands) peuvent réaliser un travail particulier autour du Pain «Bio d'Ile de France»® et s'investir dans le projet d'introduction de ce pain à la cantine.

Le GAB Ile de France a déjà accompagné plusieurs projets et vous propose un **accompagnement personnalisé**.

**N'hésitez pas à nous appeler si vous souhaitez plus d'informations :**

**GAB Région Ile de France, Tél : 01.60.24.71.84 – [bioidf@aol.com](mailto:bioidf@aol.com)**

#### **Astuces :**

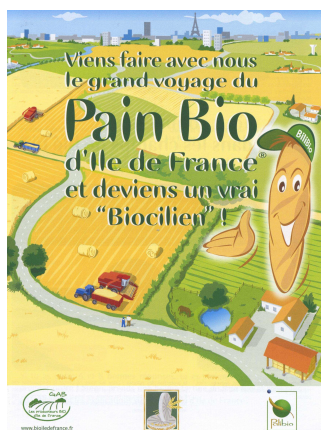
**Pour introduire des produits bios avec succès, mieux vaut avancer progressivement.**

- Mieux vaut d'abord travailler sur un seul produit. Dans la région la seule filière biologique organisée et adaptée à la restauration collective dans la région le Pain « Bio d'Ile de France »®.
- Puis on peut organiser une première journée d'expérience pour faire découvrir le produit, le tester auprès des enfants.
- A la suite de quoi, on peut mettre en place un approvisionnement régulier (hebdomadaire ou quotidien).
- Si besoin, on peut aussi introduire le pain biologique dans les appels d'offre.

**Pour plus d'information sur les appels d'offre en bio, contactez-nous.**

### 2. Eduquer et informer les élèves

Il est nécessaire et important de former les enfants et les jeunes au développement durable. Parce qu'il permet d'aborder les sujets du respect de l'environnement, de l'agriculture, du développement local, de l'équilibre alimentaire..., le **Pain «Bio d'Ile de France»® peut être un formidable support pédagogique.**



**Il est très important d'informer les élèves lorsqu'ils consomment du Pain « Bio d'Ile de France »® :** Pourquoi le pain est-il différent ? D'où vient-il ? Pourquoi dit-on qu'il est Bio ? Qu'est-ce que cela signifie ?

**C'est pourquoi le GAB Région Ile de France réalise des animations pédagogiques (dans la mesure de ses moyens) et réalise des outils pédagogiques destinés à informer au mieux les enfants.** (Ci-contre la plaquette destinée aux primaires).

Photos : Weck, Agence Bio et GAB Région Ile de France.