

LES RÈGLES DE BASE

DE LA CONSERVATION

DES ALIMENTS



Au programme

- ▶ **Les denrées alimentaires**
- ▶ **L'hygiène et la santé autour de la préparation des repas**
- ▶ **La maîtrise des températures**
- ▶ **La traçabilité et la gestion des toxi-infections alimentaires**
- ▶ **Le recueil, la conservation et le transport du lait maternel**

Respecter la chaîne du froid des aliments :

Dès le lieu d'achat :

- ▶ Achetez les produits réfrigérés et surgelés en dernier.
- ▶ Utilisez des sacs isothermes pour le transport et limitez le temps de trajet entre le magasin et le domicile.

Une fois à la maison :

- ▶ Ôtez les sur-emballages (cartons de yaourts, etc.) et pensez au tri sélectif pour leur recyclage.
- ▶ Conservez les aliments sensibles (viandes, poissons, plats cuisinés) dans la zone la plus froide du réfrigérateur (4°C maximum)

Lors de la consommation :

- ▶ Respectez strictement la **date limite de consommation** (DLC) et limitez l'exposition des aliments sensibles à température ambiante
- ▶ Remettez-les au réfrigérateur immédiatement après usage et consommez-les dans les 3 jours une fois entamés.

CONTRÔLE DES PRODUITS

AVANT UTILISATION

Vérifiez toujours :

- ▶ Les dates limites de consommation (jetez tout produit périmé). Privilégiez l'anti-gaspillage en valorisant les produits consommables et compostez les déchets organiques.
- ▶ L'intégrité des conditionnements (pas de déchirure, conserve bombée, endommagée ou rouillée)
- ▶ La qualité des produits (absence de moisissure, gonflement, odeur désagréable)
- ▶ L'ouverture normale des conserves (doit faire un «pop» à l'ouverture)

Règles spécifiques :

- ▶ **Œufs** : coquille propre et intacte, ne pas les laver avant utilisation



- ▶ **Transport** : respectez la chaîne du froid avec sac réfrigéré et pain de glace
- ▶ **Préparations maison** : indiquez obligatoirement la date de fabrication
- ▶ **Préparations crues aux œufs** : déconseillées pour les jeunes enfants (mayonnaise, mousse au chocolat)

DÉLAIS DE STOCKAGE

ET DE CONSOMMATION



La règle générale impose une consommation immédiate des repas préparés.

Après chaque repas, les restes et préparations chauffées non consommées sont systématiquement jetés. Pour limiter le gaspillage, il convient d'adapter les portions aux besoins et d'orienter les déchets organiques vers le compostage quand c'est possible.

Seuls les produits conditionnés non ouverts peuvent être conservés jusqu'à leur date limite de consommation, contrairement aux produits achetés à la coupe qui nécessitent une consommation rapide.

LE LAIT

MATERNEL

Transport et conservation :

Le lait maternel doit être transporté congelé ou réfrigéré dans une glacière ou un sac isotherme avec pack de réfrigération, sans dépasser 1 heure de transport. Une fois arrivé, il se conserve dans le réfrigérateur (0 à 4°C) mais jamais dans la porte où les variations de température sont trop importantes. Le contenant doit obligatoirement porter le nom, prénom, jour, heure et quantité du recueil.

Consommation :

Le lait doit être consommé dans les 48h après le recueil ou dans les 24h après la sortie du congélateur. Pour le réchauffage,

utilisez l'eau chaude ou un chauffe-biberon (jamais de micro-ondes). Agitez le biberon pour mélanger le lait et testez la température sur le poignet avant de le donner. Il doit être consommé dans la demi-heure.

Bon à savoir : L'odeur et l'aspect du lait peuvent varier (trouble, mousseux, couleur variable), c'est courant.



La conservation varie selon la température : un biberon préparé à température ambiante se conserve une heure, mais seulement trente minutes après réchauffage en raison du développement accéléré des germes.

Les biberons de lait liquide prêts à l'emploi constituent un cas particulier puisqu'ils ne se conservent pas après réchauffage.

HYGIÈNE

DES PERSONNES



Les personnes souffrant de troubles gastro-intestinaux doivent être **préférentiellement exclues de la préparation des repas**.

Toute blessure ou coupure **nécessite une protection adaptée** (gants à usage unique, pansements) lors de la manipulation des aliments.

Lors d'affections rhino-pharyngées (angine, rhume), les assistantes maternelles portent un masque couvrant nez et bouche pendant la manipulation des denrées alimentaires, en le remplaçant aussi souvent que nécessaire.

