



ASSEMBLÉE NATIONALE

16ème législature

Carences du régime végétarien expérimenté dans la restauration scolaire

Question écrite n° 7299

Texte de la question

Mme Marine Hamelet interroge M. le ministre de l'éducation nationale et de la jeunesse sur les suites prévues à l'expérimentation de deux ans, dans le cadre de la loi EGalim, de l'obligation de proposer un menu végétarien par semaine dans la restauration scolaire. Mme la députée souhaite attirer l'attention de M. le ministre sur les préoccupations concernant les conséquences potentielles de ce régime alimentaire sur la santé des enfants et adolescents, en particulier les carences nutritionnelles, ainsi que les risques inhérents de complications médicales. La littérature scientifique montre que le régime végétarien peut entraîner des déficits en vitamine B12, des problèmes d'absorption de fer, de zinc et de calcium, un déficit chronique d'apports alimentaires en calcium pouvant conduire à des fractures ostéoporotiques, une diminution de la concentration en acides gras poly-insaturés n-3 et une augmentation de la concentration sanguine en homocystéine et thromboxane B2. Ces éléments pourraient présenter des risques pour la santé des élèves, notamment chez les enfants dont l'organisme est en formation. Elle lui demande donc quelles sont les mesures envisagées pour garantir que l'obligation d'un menu végétarien n'entraîne pas de conséquences préjudiciables pour la santé des élèves et quelles sont les perspectives d'avenir concernant cette expérimentation.

Texte de la réponse

En parallèle de l'instauration par la loi EGALIM de l'obligation de proposer un menu végétarien par semaine en restauration scolaire, les ministères chargés de la santé et de l'agriculture ont saisi l'agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) dans le cadre du groupe de travail « nutrition » du conseil national de la restauration collective (CNRC) afin de réaliser une analyse préliminaire des recommandations nutritionnelles pour la mise en place de cette expérimentation sur le menu végétarien hebdomadaire. Dans ce rapport du 17 janvier 2020, l'Anses indique que la présence d'un menu végétarien hebdomadaire ne pose aucun problème d'ordre nutritionnel si, lors de ces repas, les protéines animales sont remplacées par des protéines végétales. Dans son rapport suivant datant du 1er octobre 2021, l'Anses précise que leurs simulations révèlent que l'augmentation du nombre de menus en restauration scolaire sans viande ni poisson ne modifie pas l'adéquation des apports en nutriments au regard de l'atteinte des références nutritionnelles. Enfin, le travail interministériel mené devrait aboutir à une révision des repères nutritionnels en restauration collective, afin de proposer une option végétarienne « quotidienne » dans les établissements de la restauration scolaire. Le décret d'application travaillé en ce sens consistera ainsi à laisser une marge de manœuvre et un temps d'adaptation aux collectivités pour adapter les menus proposés, en y intégrant a minima deux plats protidiques à base de légumineuses chaque mois, tout en laissant la possibilité aux écoliers de choisir un menu carné lorsque le plat végétarien est proposé. Dans sa révision des repères alimentaires pour les enfants de 3 à 17 ans, le haut conseil de la santé publique précise par ailleurs qu'il n'est pas nécessaire de consommer de la volaille, du poisson des œufs ou de la viande à chaque repas. Il est possible pour certains repas de consommer des produits qui sont des sources alternatives de protéines (légumineuses, légumes secs, céréales peu ou pas raffinées). De plus, il met en évidence une limite supérieure de 500 grammes par semaine pour la consommation de viande hors volaille. Un guide d'accompagnement concernant le menu végétarien

hebdomadaire a été publié par le CNRC en juillet 2020. Il clarifie les modalités d'application de la loi, synthétise les avis d'expertise scientifique disponibles et propose des recommandations en termes de composition des menus végétariens pour assurer la qualité nutritionnelle des repas. Un livret de recette a été publié à la suite, en octobre 2020, afin de donner des outils aux cuisiniers pour élaborer des recettes savoureuses et équilibrées. L'expérimentation du menu végétarien hebdomadaire a été pérennisée par la loi climat et résilience publiée en août 2021 sur la base d'un rapport d'évaluation qui a été transmis au Parlement.

Données clés

Auteur : [Mme Marine Hamelet](#)

Circonscription : Tarn-et-Garonne (2^e circonscription) - Rassemblement National

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 7299

Rubrique : Enseignement

Ministère interrogé : Éducation nationale et jeunesse

Ministère attributaire : Agriculture et souveraineté alimentaire

Date(s) clé(s)

Question publiée au JO le : [18 avril 2023](#), page 3483

Réponse publiée au JO le : [13 juin 2023](#), page 5335