

SESSION 2026

---

**CAPLP ET CAFEP**  
CONCOURS EXTERNE

Section  
**HÔTELLERIE – RESTAURATION**

Option  
**SERVICE ET COMMERCIALISATION**

**Épreuve écrite disciplinaire appliquée**

*L'épreuve porte sur la conception d'une séquence d'enseignement dans l'option choisie à partir d'une analyse critique et argumentée d'une documentation proposée par le sujet. Le sujet de l'épreuve est spécifique à l'option choisie.*

**Durée : 5 heures**

---

L'usage de la calculatrice est autorisé dans les strictes modalités relevant de la circulaire du 17 juin 2021 publiée au BOEN du 29 juillet 2021.

Il appartient au candidat de vérifier qu'il a reçu un sujet complet et correspondant à l'épreuve à laquelle il se présente.

Si vous repérez ce qui vous semble être une erreur d'énoncé, vous devez le signaler très lisiblement sur votre copie, en proposer la correction et poursuivre l'épreuve en conséquence. De même, si cela vous conduit à formuler une ou plusieurs hypothèses, vous devez la (ou les) mentionner explicitement.

**NB : Conformément au principe d'anonymat, votre copie ne doit comporter aucun signe distinctif, tel que nom, signature, origine, etc. Si le travail qui vous est demandé consiste notamment en la rédaction d'un projet ou d'une note, vous devrez impérativement vous abstenir de la signer ou de l'identifier. Le fait de rendre une copie blanche est éliminatoire.**

**Tournez la page S.V.P.**

### INFORMATION AUX CANDIDATS

Vous trouverez ci-après les codes nécessaires vous permettant de compléter les rubriques figurant en en-tête de votre copie. Ces codes doivent être reportés sur chacune des copies que vous remettrez.

#### ► Concours externe du CAPLP de l'enseignement public :

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EFE	8520J	102	9312

#### ► Concours externe du CAFEP/CAPLP de l'enseignement privé :

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EFE	8520J	102	9312



---

## SOMMAIRE

---

SUJET ..... Page 2

### **CORPUS DOCUMENTAIRE**

Annexe 1	Extrait du référentiel de certification du Baccalauréat Professionnel spécialité Commercialisation et services en restauration	Page 3
Annexe 2	Bien accueillir les personnes handicapées	Page 4 et 5
Annexe 3	Saluer en Langue des Signes Française	Page 6 et 7
Annexe 4	Tendances alimentaires : zoom sur les nouveaux modes d'alimentation	Page 8 et 9
Annexe 5	Différents types de régimes alimentaires	Page 10
Annexe 6	Rendre son restaurant accessible aux personnes en situation de handicap	Page 11 et 12
Annexe 7	Comment accueillir et se montrer disponible ?	Page 13
Annexe 8	Les régimes alimentaires des sportifs, un concept pour les restaurants ?	Page 14
Annexe 9	Vidéo : les allergies alimentaires	Page 15
Annexe 10	Bien manger pendant ma grossesse	Page 16
Annexe 11	Alimentation et diabète	Page 17
Annexe 12	10 principes à connaître pour accueillir des clients britanniques	Page 18
Annexe 13	Menus programmés d'un restaurant d'application	Page 19
Annexe 14	Logos	Page 20
Annexe 15	Les interdits alimentaires selon les religions	Page 21

---

## SUJET

---

À partir de vos connaissances et des ressources documentaires fournies dans le dossier joint, il vous est demandé de proposer une séquence pédagogique relative à l'enseignement du service et de la commercialisation au restaurant en classe de **Première du Baccalauréat Professionnel « Commercialisation et services en restauration »** sur la thématique : « **Les attentes de la clientèle à besoins spécifiques au restaurant** ».

Dans ce cadre, vous préciserez, en les justifiant, chacun des points suivants :

- le contexte de la séquence (positionnement dans l'année, diversité des parcours des apprenants, ...)
- le déroulement de la séquence, les objectifs en termes de compétences et les modalités d'évaluation, les équipements mobilisés ;
- les objectifs de chacune des séances composant cette séquence ;
- la nature des travaux demandés aux apprenants.

Tout au long de la construction de votre séquence :

- vous justifierez de vos choix didactiques ainsi que de la mobilisation des divers apports scientifiques nécessaires ;
- vous veillerez à produire une analyse critique et argumentée des ressources documentaires exploitées. Vous préciserez les éventuelles modifications que vous y aurez apportées.

**Annexe 1 - Extrait du référentiel de certification du Baccalauréat Professionnel spécialité Commercialisation et services en restauration**

<b>COMPÉTENCES DU PÔLE D'ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES N° 1 :</b> COMMUNICATION, DÉMARCHE COMMERCIALE ET RELATION CLIENTÈLE		
<b>C1-1</b>		
<b>COMPÉTENCES OPÉRATIONNELLES en français et en langue vivante étrangère</b>	<b>CONDITIONS DE RÉALISATION</b> <i>et de mise en situation professionnelle en fonction des concepts de restauration</i>	<b>CRITÈRES ET INDICATEURS DE PERFORMANCE</b>
C1-1.3 Recueillir les besoins et les attentes de la clientèle	Clientèle avec différents profils Contexte professionnel (Locaux et matériel professionnel liés à la vente) Fiches de procédures commerciales Politique commerciale de l'entreprise	Repérage des éléments verbaux et non verbaux (écoute active) permettant de caractériser le profil et/ou les attentes de la clientèle Identification des besoins de la clientèle Adaptation de la communication au type de restauration

<b>COMPÉTENCES DU PÔLE D'ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES N° 5 :</b> ORGANISATION ET SERVICES EN RESTAURATION		
<b>C5-1</b>		
<b>COMPÉTENCES OPÉRATIONNELLES en français et en langue vivante étrangère</b>	<b>CONDITIONS DE RÉALISATION</b> <i>et de mise en situation professionnelle en fonction des concepts de restauration</i>	<b>CRITÈRES ET INDICATEURS DE PERFORMANCE</b>
C5-1.1 Être à l'écoute de la clientèle	Client actuel et potentiel Enquêtes de satisfaction Remarques, besoins de la clientèle (y compris spécifiques : menus végétarien, végétarien...)	Qualité de la prise en compte des remarques de la clientèle, des comportements de consommation Identification des besoins et des attentes de la clientèle, et précision des informations transmises à la hiérarchie
C5-1.4 Appliquer des principes de nutrition et de diététique	Fiche technique (avec mention de la valeur énergétique) Matières premières, fiches produit Plan national nutrition santé Plan alimentaire Menus, cartes, supports de vente Tableau énergétique des aliments Besoins spécifiques de la clientèle (menu végétarien, végétarien...)	Préservation des valeurs nutritionnelles des produits par un traitement approprié (préparation, cuisson...) Maîtrise des équilibres alimentaires : dans une présentation, dans un menu... Prise en compte de la notion d'équilibre alimentaire dans les conseils à apporter à la clientèle Calcul approprié de la valeur énergétique d'une fabrication Réponse adaptée aux besoins de la clientèle (choix des produits, des techniques de cuisson...)

Autres compétences pouvant être ciblées	C1-1.2	Accueillir la clientèle
	C1-1.5	Conseiller la clientèle, proposer une argumentation commerciale
	C1-1.7	Gérer les réclamations et les objections éventuelles
	C1-2.1	Communiquer avant le service avec les équipes (cuisine, bar, cave, réception...)
	C1-2.2	Communiquer en situation de service avec les équipes (cantine, bar, cave, réception)
	C3-2.3	Proposer et/ou mettre en œuvre les actions d'optimisation et/ou correctives
	C5.2.5	S'inscrire dans une démarche de veille, de recherche et de développement (innovation, créativité...)

## Annexe 2 – Bien accueillir les personnes handicapées

Ministère de la transition écologique et solidaire, 5 février 2025, [ecologie.gouv.fr](https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/publications/plaquette_web_bien%20accueillir%20PH.pdf)  
[https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/publications/plaquette\\_web\\_bien%20accueillir%20PH.pdf](https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/publications/plaquette_web_bien%20accueillir%20PH.pdf)  
Consulté le 24 septembre 2025

### Bien accueillir les personnes handicapées

#### I. Accueillir les personnes handicapées

Voici quelques conseils généraux et communs à tous les types de handicap :

- ➔ Montrez-vous disponible, à l'écoute et faites preuve de patience.
- ➔ Ne dévisagez pas la personne, soyez naturel.
- ➔ Considérez la personne handicapée comme un client, un usager ou un patient ordinaire : adressez-vous à elle directement et non à son accompagnateur s'il y en a un, ne l'infantilisez pas et vouvoyez-la.
- ➔ Proposez, mais n'imposez jamais votre aide.

Attention : vous devez accepter dans votre établissement les chiens guides d'aveugles et les chiens d'assistance. Ne les dérangez pas en les caressant ou les distrayant : ils travaillent.

#### II. Accueillir des personnes avec une déficience motrice

##### 1) Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- + Les déplacements ;
- + Les obstacles dans les déplacements : marches et escaliers, les pentes ;
- + La largeur des couloirs et des portes ;
- + La station debout et les attentes prolongées ;
- + Prendre ou saisir des objets et parfois la parole.



MINISTÈRE DE LA TRANSITION  
ÉCOLOGIQUE ET SOLIDAIRE  
[www.ecologie.gouv.fr](https://www.ecologie.gouv.fr)

MINISTÈRE DE LA COHÉSION  
DES TERRITOIRES  
[www.cohesion-territoires.gouv.fr](https://www.cohesion-territoires.gouv.fr)

#### 2) Comment les pallier ?

- ➔ Assurez-vous que les espaces de circulation sont suffisamment larges et dégagés.
- ➔ Mettez, si possible, à disposition des bancs et sièges de repos.
- ➔ Informez la personne du niveau d'accessibilité de l'environnement afin qu'elle puisse juger si elle a besoin d'aide ou pas.

#### III. Accueillir des personnes avec une déficience sensorielle

##### A/ Accueillir des personnes avec une déficience auditive



##### 1) Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- + La communication orale ;
- + L'accès aux informations sonores ;
- + Le manque d'informations écrites.

#### 2) Comment les pallier ?

- ➔ Vérifiez que la personne vous regarde pour commencer à parler.
- ➔ Parlez face à la personne, distinctement, en adoptant un débit normal, sans exagérer l'articulation et sans crier.
- ➔ Privilégiez les phrases courtes et un vocabulaire simple.
- ➔ Utilisez le langage corporel pour accompagner votre discours : pointer du doigt, expressions du visage...
- ➔ Proposez de quoi écrire.
- ➔ Veillez à afficher, de manière visible, lisible et bien contrastée, les prestations proposées, et leurs prix.

##### B/ Accueillir des personnes avec une déficience visuelle



##### 1) Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- + Le repérage des lieux et des entrées ;
- + Les déplacements et l'identification des obstacles ;
- + L'usage de l'écriture et de la lecture.

## 2) Comment les pallier ?

- ➔ Présentez-vous oralement en donnant votre fonction. Si l'environnement est bruyant, parlez bien en face de la personne.
- ➔ Informez la personne des actions que vous réalisez pour la servir. Précisez si vous vous éloignez et si vous revenez.
- ➔ S'il faut se déplacer, proposez votre bras et marchez un peu devant pour guider, en adaptant votre rythme.
- ➔ Informez la personne handicapée sur l'environnement, en décrivant précisément et méthodiquement l'organisation spatiale du lieu, ou encore de la table, d'une assiette...
- ➔ Si la personne est amenée à s'asseoir, guidez sa main sur le dossier et laissez-la s'asseoir.
- ➔ Si de la documentation est remise (menu, catalogue...), proposez d'en faire la lecture ou le résumé.
- ➔ Veillez à concevoir une documentation adaptée en gros caractères (lettres bâton, taille de police minimum 4,5 mm) ou imagée, et bien contrastée.
- ➔ Certaines personnes peuvent signer des documents. Dans ce cas, il suffit de placer la pointe du stylo à l'endroit où elles vont apposer leur signature.
- ➔ N'hésitez pas à proposer votre aide si la personne semble perdue.

## IV. Accueillir des personnes avec une déficience mentale



### A/ Accueillir des personnes avec une déficience intellectuelle ou cognitive

- 1) Principales difficultés rencontrées par ces personnes
  - ➔ La communication (difficultés à s'exprimer et à comprendre) ;
  - ➔ Le déchiffrage et la mémorisation des informations orales et sonores ;
  - ➔ La maîtrise de la lecture, de l'écriture et du calcul ;
  - ➔ Le repérage dans le temps et l'espace ;
  - ➔ L'utilisation des appareils et automates.

## 2) Comment les pallier ?

- ➔ Parlez normalement avec des phrases simples en utilisant des mots faciles à comprendre. N'infantilisez pas la personne et vouvoyez-la.
- ➔ Laissez la personne réaliser seule certaines tâches, même si cela prend du temps.
- ➔ Faites appel à l'image, à la reformulation, à la gestuelle en cas d'incompréhension.
- ➔ Utilisez des écrits en « facile à lire et à comprendre » (FALC).
- ➔ Proposez d'accompagner la personne dans son achat et de l'aider pour le règlement.

## B/ Accueillir des personnes avec une déficience psychique

### 1) Principales difficultés rencontrées par ces personnes

- ➔ Un stress important ;
- ➔ Des réactions inadaptées au contexte ou des comportements incontrôlés ;
- ➔ La communication.

### 2) Comment les pallier ?

- ➔ Dialoguez dans le calme, sans appuyer le regard.
- ➔ Soyez précis dans vos propos, au besoin, répétez calmement.
- ➔ En cas de tension, ne la contredisez pas, ne faites pas de reproche et rassurez-la.

Pour en savoir plus sur la manière d'accueillir une personne handicapée :  
<http://www.developpement-durable.gouv.fr/Bien-accueillir-les-personnes.html>

Conçu par la DMA en partenariat avec :

APAJH, CDC, CFPAA, CGAD, CGPME, FCD, SYNHORCAT, UMIV, UNAPEI.

Conception - Recherche - WTS-MC/SG-SPSS/WTJ/Reverit Coëchin

## Annexe 3 – Saluer en Langue des Signes Française

Rébecca Frasset, 28 février 2023, Informations handicap, <https://informations.handicap.fr/a-serveurs-saluent-en-lsf-restaurant-entreprise-34509.php>  
Consulté le 24 septembre 2025

*Saluer en LSF\* au restaurant d'entreprise ou comment faire une place aux travailleurs handicapés ! Dans la restauration, ils ne sont que 3,4 %. Mais certains établissements s'impliquent davantage et ne le regrettent pas...*

Raouf Labidi et Kais Laouti trônent, souriants, sur des affiches à l'entrée du restaurant d'entreprise. Ces deux employés, déficients auditifs, y disent bonjour en langue des signes. Un accueil rare en entreprise où les personnes handicapées sont souvent peu présentes ou invisibles. *"Lorsqu'ils travaillaient en salle, des convives se plaignaient : il ne me répond pas !"*, rapporte Olga Boulay, la directrice du restaurant inter-entreprises Bercy Lumière où viennent se restaurer les salariés des banques *BNP Paribas* et *ING*, de l'enseigne de prêt-à-porter *Zara* ou encore du ministère de l'Intérieur. *"Depuis qu'on a mis l'affiche, les clients disent bonjour à Raouf et Kais en langue des signes, certains enchaînent 'bonjour, s'il vous plaît !'",* dit-elle, ravie.

### Restauration : 3,4 % de salariés handicapés

Avoir 6 % de travailleurs handicapés dans leur effectif est une obligation pour les entreprises comptant au moins vingt salariés, mais moins d'un tiers d'entre elles s'y conforment : les autres abondent le fonds pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées. Dans l'hébergement et la restauration, selon les statistiques de la Dares, le taux d'emploi des personnes en situation de handicap était de 3,4 % en 2021,

contre 3,5 % tous secteurs confondus. Mais certaines entreprises comme *Arpège*, filiale haut de gamme du groupe de restauration collective *Elior* (lequel atteint 6,8 %), font plus d'efforts que d'autres et ne le regrettent pas.



© Photo d'illustration générale

### Postes variés et esprit de solidarité

Sourire lumineux, Marvin Haquin, 28 ans, embauche à 7h mais arrive dès 6h30. Ce matin, il dresse des entrées : frisée, mozzarella, tomates confites, olives. *"Ça fait neuf ans que je suis ici, j'apprends pas mal de choses, l'ambiance est pas mal, ce que j'aime le plus c'est la pâtisserie"*, explique le jeune homme autiste à l'AFP. *"En salle, j'aide les clients handicapés, je ramène leurs plateaux"*. La responsable des préparations froides Régine Kah acquiesce : *"Marvin aime toucher à tout, il écoute très bien"*. Toque noire sur le front et manches retroussées, Alexandre Bisson, lui aussi porteur d'un trouble du spectre de l'autisme, remplit de crème pâtissière des tartelettes qu'il garnit de fruits rouges et d'amandes effilées, guidé par la cheffe adjointe Myriam Konforti. *"C'est grand ici, il y a plusieurs postes, c'est varié, et si*

*quelqu'un a besoin d'aide, on vient l'aider", dit-il.*

## **"Moments de stress et petites blagues"**

*Alexandre "avait du mal avec la dextérité : on a beaucoup travaillé le pochage et maintenant il le fait sans problème. Il a une motivation énorme", affirme en souriant Mme Boulay. "C'est peut-être un peu plus long, il faut répéter, mettre en sécurité la personne... mais le résultat, on sait qu'on l'aura", dit-elle. Le matin, le jeune homme "enchaîne des tâches précises qu'il connaît par cœur, puis on lui confie par exemple la rosace sur le brownie", explique la cheffe adjointe Myriam Konforti. "Parfois, ça nous ralentit un peu", admet-elle. "Dans la restauration on a des moments de stress où on peut être un peu sanguins. Là il faut être patient : s'il se trompe je fais une petite blague... on en rigole après." Les personnes autistes et certaines autres ayant un handicap cognitif ou mental sont "très à l'aise avec nos métiers où il y a de la répétition : en cuisine, on peut trouver des tâches dans lesquelles elles seront très performantes", rapporte Fyntha*

Parant, responsable diversité et égalité des chances chez *Elior France*.

## **Un pôle dédié au maintien dans l'emploi**

*L'entreprise a créé en 2016 un pôle dédié au maintien dans l'emploi des collaborateurs touchés par la maladie ou le handicap, qui aménage les postes, accompagne les équipes... En dix ans, 60 personnes handicapées ont bénéficié du programme Passerelle d'Elior, mis en place en partenariat avec l'Académie de Paris, le centre de formation des apprentis (CFA) et l'Ecole de Paris des métiers de la table, et aussi expérimenté à Nîmes depuis septembre. Parmi ces 60 bénéficiaires, Alexandre, qui a enchaîné avec un CAP cuisine en alternance chez Arpège. "Un poste d'apprenti pâtissier se libérait en septembre, j'ai eu plusieurs candidatures mais je n'ai même pas regardé les CV. Après une année passée avec lui, il était évident que ce serait Alexandre, confie Mme Boulay dans un sourire rayonnant. L'école devra s'adapter à son rythme mais je suis sûre qu'il y arrivera haut la main*

\* Langue des Signes Française

## **Annexe 4 – Tendances alimentaires : zoom sur les nouveaux modes d'alimentation**

*Ma vie en couleurs, <https://www.mavieencouleurs.fr/cuisine/bouillon/tendances-alimentaires-zoom-sur-les-nouveaux-modes-d'alimentation>*

*Consulté le 24 septembre 2025*

### **Tendances alimentaires : zoom sur les nouveaux modes d'alimentation**

**Qu'est ce qui est vert, sain, frais, sans gluten, et qui se mange avec plaisir ? Franchement, depuis quelques années, on ne sait plus trop, pas vous ? Voilà que fleurissent dans nos menus et sur nos rayons tout un nouveau vocabulaire et de nouveaux régimes alimentaires qui remettent totalement en question nos habitudes traditionnelles. Du crudivorisme au sans gluten, en passant par le végétalisme ou le sans lactose ou sans sel, et si finalement, il n'y avait pas de régime miracle, mais juste une grande liberté, et des choix guidés par des motivations personnelles. Comment s'y retrouver ? Quelles sont ces tendances alimentaires et les motivations de ceux qui les suivent ? Voici un guide pour y voir plus clair dans cette « alimentation moderne » et qui se veut toujours plus responsable. A table.**

[...]

#### **Une alimentation qui préserve l'environnement**

Végétarisme, véganisme ou locavorisme ont un point commun (outre leur terminaison) : ce sont trois modes d'alimentation qui entendent réduire l'impact de notre consommation sur l'environnement (protection de la vie des animaux, préservation de la biodiversité, baisse de la pollution, etc.), sans toutefois perdre le goût des bonnes choses ! (manquerait plus que ça !) On vous dit tout sur ces nouvelles tendances food pour manger sain et atteindre un certain équilibre alimentaire !

#### **Végétarisme, un mode d'alimentation antique**

Respecter les animaux, en évitant tout simplement de les consommer est le fondement du régime végétarien. Datant des philosophes grecs, qui l'appelaient « la diète végétale » et qui faisaient preuve de beaucoup de compassion envers les animaux, le régime « veggie » exclut toutes les viandes de l'assiette. Rassurez-vous, le végétarien n'est pas seulement un mangeur de salades : ce mode d'alimentation fait la part belle à toutes les autres catégories de denrées (légumes, féculents, céréales, légumineuses, fruits frais et secs, etc.). Bien suffisantes pour garder la forme et manger sain.

Un cran plus loin que le végétarisme dans la recherche d'aliments, le végétalisme, lui, prône une consommation d'aliments issus uniquement du monde végétal. Vous l'aurez donc compris, poissons, fruits de mer, produits laitiers, œufs, et même miel ne trôneront sur leur table. Pour remplacer les protéines animales, les végétalistes misent sur les légumineuses (lentilles, pois, fèves), le soja, les noix et les graines (tournesol, chia, lin, etc.). Par ailleurs, l'association régulière de légumes verts (haricots, chou, cresson, épinards, etc.) et de légumineuses couvre les besoins en fer. Et non, les végétaliens n'ont pas le teint livide !

Quant au véganisme, il exclut de son quotidien tout produit portant atteinte à la vie des animaux : nourriture, mais aussi habillement (cuir, laine, etc.) et produits cosmétiques testés sur les animaux. Ce qui n'empêche pas d'apprécier les plaisirs de la table et d'être un véritable hédoniste, question de créativité ! La preuve avec cette recette de macédoine végane sur carpaccio d'avocat, riche en saveurs.

Moins radical, cela existe aussi ! Aujourd'hui, beaucoup décident de réduire leur consommation de viande et adoptent ce qu'on appelle le flexitarisme : prenant conscience des effets nocifs de

l'élevage intensif pour l'environnement, ils deviennent quasiment végétariens, mais acceptent toutefois de savourer viandes et poissons, de préférence de productions locales, et de manière très occasionnelle.

Les recettes végétariennes ou véganes ouvrent aujourd'hui bien des horizons culinaires et de nouvelles alternatives pour ceux qui aiment concocter de bons petits plats. Testez ces recettes de nems végétariens ou de gaspacho végan Amora® ... elles feront le bonheur de toute la famille !

[...]

### **Locavorisme : circuit court... toujours**

Le locavore, malgré son nom un peu effrayant, n'a rien d'un marginal. Privilégier le local et limiter son impact environnemental : tel est le credo des locavores qui ne consomment que de la nourriture produite à moins de 200 kilomètres de chez eux. Du frais et du produit « pas très loin » qui recouvrent d'autres motivations : le soutien à des agriculteurs qui travaillent au rythme des saisons, dans le respect de la terre et de la biodiversité. Cette démarche est d'ailleurs conduite depuis dix ans à travers le programme Harmony de la marque LU® qui soutient les bonnes pratiques agricoles de 1 700 producteurs de blé à travers une charte spécifique.



Par ailleurs, le locavorisme est une invitation à réduire son impact écologique, puisque ce mode de consommation limite la présence d'aliments transportés ou importés. Ce sont donc les fruits et légumes frais de saison et du terroir qui seront privilégiés par rapport aux produits venant de l'autre côté de la planète ! Ou comment se laisser porter par les saisons, tout simplement.

[...]

### **Jamais trop bio pour la santé**

Sans trop de surprise, depuis une dizaine d'années, le bio fait l'unanimité. Et pour cause ! Selon des rapports de l'OMS, il est avéré que les produits issus de l'agriculture biologique comportent des teneurs moindres en nitrates et en résidus de pesticides. Fruits, légumes, viandes, fromages, œufs frais et produits dérivés comme le vin sont soumis à des cahiers des charges stricts limitant l'usage de produits chimiques, d'OGM, d'engrais, etc. Dans l'élevage, les animaux bénéficient d'une nourriture répondant aux mêmes critères. Une qualité de nutrition qui fait de plus en plus d'adeptes. [...]

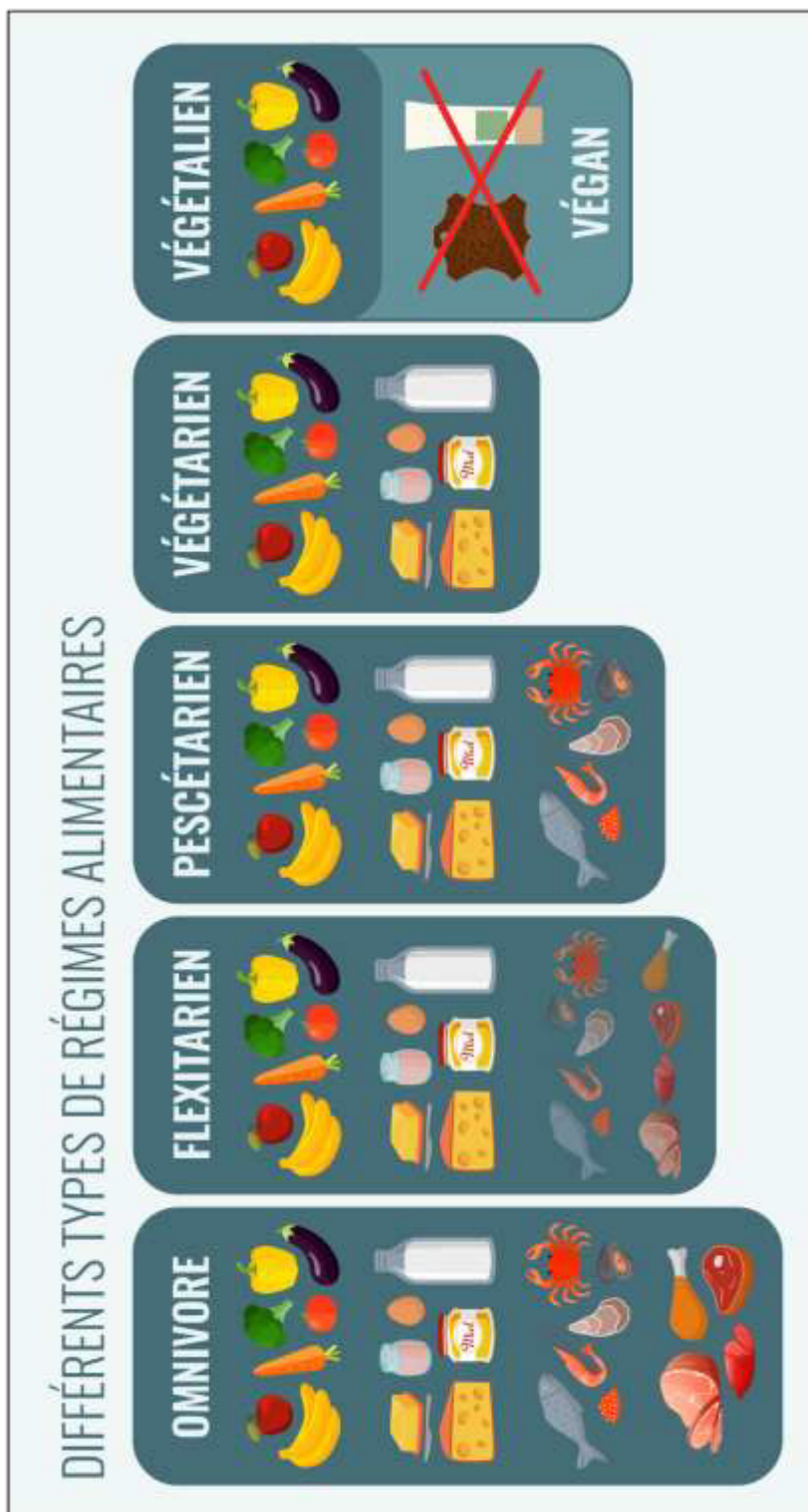
### **Le sans gluten et le sans lactose, pour une vie plus légère**

Contrairement à ce qu'on pourrait penser, il ne s'agit pas d'une mode marketing, ou d'un régime amincissant, mais d'une préoccupation pour la santé. Le gluten et le lait, en raison de leurs molécules protéiniques, peuvent être difficiles à assimiler par l'organisme de certains. De plus en plus de personnes sont intolérantes ou allergiques au blé ou au lait de vache. Dans le pire des cas, certaines souffrent de la maladie coéliqua, une infection chronique de l'intestin qui ne peut être traitée que par l'exclusion du gluten de l'alimentation. Il s'agit alors de supprimer, pour atteindre un équilibre alimentaire, tout ce qui se fait à partir de farine de blé, d'orge et de seigle : pain, pâtisseries, pâtes, etc. Mais avant d'agir, il est important de consulter votre médecin à ce sujet et de suivre ses recommandations en matière de nutrition.

Les intolérants et allergiques peuvent ainsi souffrir de ballonnements et autres dysfonctionnements intestinaux, voire être fatigués. Supprimer le gluten et le lactose de son alimentation, quand on est allergique ou intolérant, c'est trouver le moyen le plus simple de conserver son confort digestif sans toutefois perdre le goût des bonnes choses ! [...]

## Annexe 5 – Différents types de régimes alimentaires

La chaire bien-être animal, <https://chaire-bea.vetagro-sup.fr/la-proportion-de-personnes-adoptant-des-regimes-sans-viande-est-de-plus-en-plus-importante-vrai-ou-faux/>  
Consulté le 24 septembre 2025



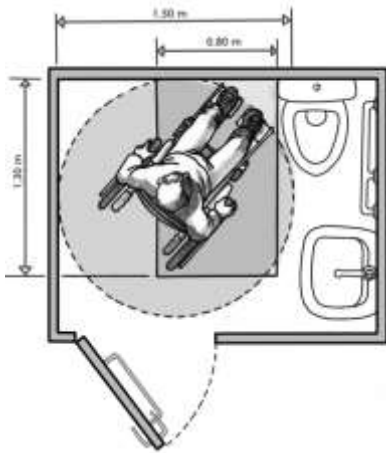
## Annexe 6 – Rendre son restaurant accessible aux personnes en situation de handicap

3 avril 2025, Handinorme, <https://www.handinorme.com/accessibilite-handicap/169-restaurants-laccessibilite-de-votre-restaurant-decryptee-la-voirie-le-buffet-les-sanitaires-?srsltid=AfmBOooAdgJZuJRcRVgUKFyRQUFNEY0KARjTiGr2tj0LhJ3jW8rw1vA>  
Consulté le 24 septembre 2025

Pour offrir à chacun de vos clients une expérience fluide et sécurisée, votre restaurant doit répondre aux exigences de la Loi n° 2005-102 et de l'Arrêté du 1er août 2006. Dans ce guide, nous détaillons pas-à-pas les aménagements indispensables — de l'accès depuis la voirie aux sanitaires — pour transformer votre établissement en un lieu authentiquement inclusif.

Points Clés mise en accessibilité d'un restaurant

- Loi n° 2005-102 & Arrêté 1er août 2006 : tout ERP doit être accessible aux personnes handicapées. [...]
- **Parking** : ≥ 2 % de places adaptées, marquage vertical + horizontal.
- **Salle** : 2 places PMR pour ≤ 50 couverts, + 1 par tranche de 50 ; cheminement 1,20 m, giration Ø 1,50 m, tables à 70 cm.
- **Sanitaires** : WC PMR avec demi-tour Ø 1,50 m, barre d'appui (0,70–0,80 m), lave-main ≤ 0,85 m.



- Cas de **dérogation** : impossibilité technique, contraintes patrimoniales ou disproportion manifeste.
- **Registre d'accessibilité** : document public décrivant le degré d'accessibilité et les prestations.

[...]

Comment rendre accessible votre restaurant depuis la voirie ?

Selon l'arrêté du 1<sup>er</sup> août 2006, **il est important que votre restaurant soit accessible depuis la voirie.**

- L'**entrée principale** de votre restaurant doit également être clairement indiquée pour permettre aux personnes malvoyantes de la repérer facilement.
- **Les vitrines ou surfaces vitrées doivent faire l'objet d'une signalisation** à l'aide d'éléments contrastés disposés entre 1,10 et 1,60 mètre de hauteur, par exemple à l'aide de bandes de signalisation pour vitres.
- **Le cheminement ne doit pas présenter d'obstacle** : l'entrée doit être dégagée pour permettre non seulement le passage des personnes en fauteuil roulant mais aussi des personnes utilisant une canne ou étant accompagnées d'un chien d'aveugle.
- L'installation d'une rampe d'accès est **obligatoire en cas de présence de marches**.

[...]

Comment rendre accessible une salle de restaurant ?

Combien de places accessibles PMR doit on prévoir dans un restaurant ?

La loi prévoit

- au moins **2 places** pour les personnes en situation de handicap et à mobilité réduite lorsque la salle compte **jusqu'à 50 places assises**,  
et

- **un emplacement supplémentaire par tranche de 50 places en plus**. La table doit être à une hauteur minimum de 70cm.

[...]

Quelles sont les dimensions à respecter pour un cheminement adéquat dans son restaurant ? Les personnes avec un handicap moteur devront pouvoir circuler librement et en toute autonomie au sein de votre restaurant ; il faut donc **créer un cheminement assez large (120 cm) avec des espaces de manœuvre** permettant au fauteuil roulant de faire demi-tour (**giration de 150 cm**). De plus votre cheminement ne pourra pas comporter de pente de plus de 2 %. Pour permettre une circulation sûre et si votre restaurant dispose de tapis de sol, ceux-ci doivent être posés ou encastrés, durs et ne pas présenter de ressaut de plus de 2 cm.

Un espace de manœuvre de porte devra aussi être pensé, deux possibilités existent :

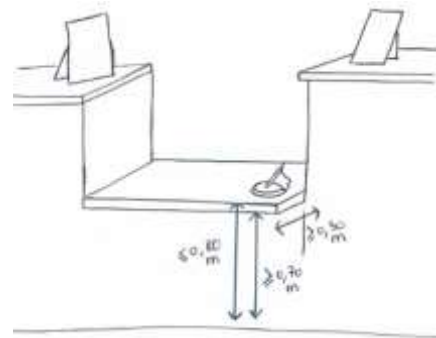
- Ouverture des portes en poussant = longueur minimale de l'espace de manœuvre de porte de 170 cm
- Ouverture des portes en tirant = longueur minimale de l'espace de manœuvre de porte de 220 cm

**Vos tables devront présenter un vide de 70 cm de haut minimum** (profondeur 60 cm et largeur 90 cm) **sans obstacles**.

[...]

**Si le paiement peut s'effectuer à la caisse et non à table, il est nécessaire d'installer un comptoir pour personnes handicapées et à mobilité réduite**. Les dimensions sont : une hauteur de 0,80 m maximum, une largeur de minimum 0,60 m et une profondeur de minimum 0,30 m.

- **Hauteur maximum** : 0,80 m.
- **Vide sous comptoir** :  $\geq 0,30$  m prof.  $\times$  0,60 m L  $\times$  0,70 m H.
- **Signalétique** : pictogramme "comptoir accessible". [...]



## Annexe 7 – Comment accueillir et se montrer disponible ?

Accueillir une personne à déficience visuelle, 18 octobre 2012, Cine-sens, [https://cine-sens.fr/wp-content/uploads/2014/04/Guide-FAF-accueil\\_en\\_erp.pdf](https://cine-sens.fr/wp-content/uploads/2014/04/Guide-FAF-accueil_en_erp.pdf)  
Consulté le 24 septembre 2025

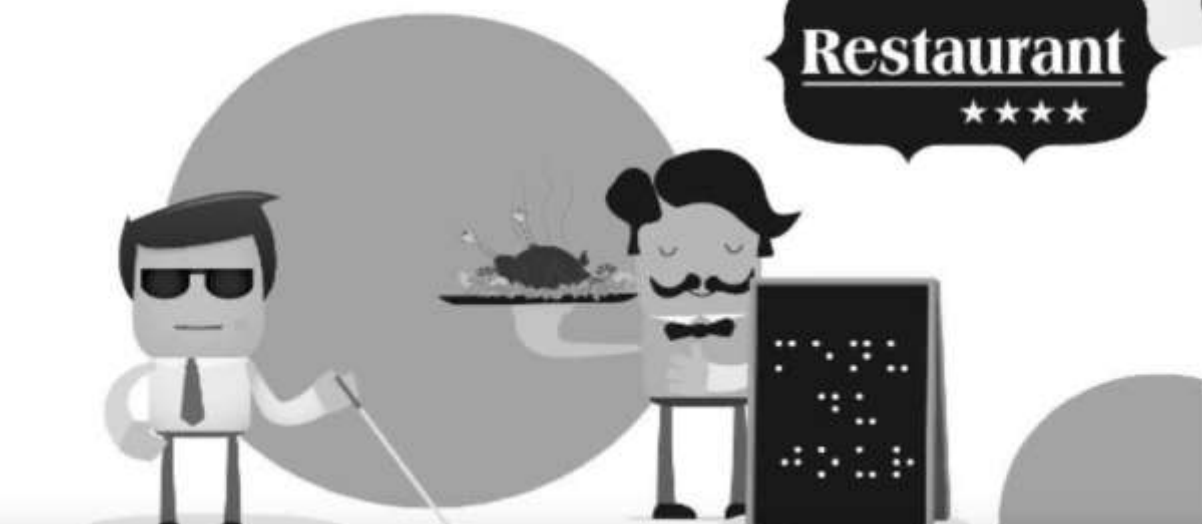
### Comment accueillir et se montrer disponible ?

**En France, le terme « accueil » ou « information » ne porte pas toujours bien son nom. Quand la personne déficiente visuelle se présente à l'entrée ou à l'accueil de votre établissement, faute de capter un regard, elle risque d'attendre longtemps et d'avoir un comportement qui paraît inadapté et sera mal compris.**

Quand un client ou un usager déficient visuel se présente dans votre établissement, allez vers lui ou guidez-le de la voix pour qu'il se dirige dans votre direction. Un « Bonjour Monsieur » suffira pour qu'il trouve son chemin jusqu'à vous. Vous pouvez cependant ajouter « Je suis actuellement occupé, mais je suis à vous après les deux dames qui sont déjà là ». Rien de plus agréable quand on ne voit pas que ce petit mot qui permet de patienter en restant zen. En agissant ainsi, tout est clair et la conversation peut s'établir très naturellement entre vos clientes et la personne déficiente visuelle.



Ne dites pas « Tenez » en tendant quelque chose. Posez l'objet sur la table et indiquez : « J'ai posé la serviette à droite de votre assiette »  
Prévenez la personne à chaque fois que vous la quittez.  
En fin de repas, soyez aimable en lui indiquant, discrètement, si elle a une tache sur un vêtement, elle pourra l'éliminer plus facilement.



## Annexe 8 – Les régimes alimentaires des sportifs, un concept pour les restaurants

1<sup>er</sup> septembre 2017, <https://www.fourniresto.com/blog/les-regimes-alimentaires-des-sportifs-un-concept-pour-les-restaurants/>  
Consulté le 24 septembre 2025

### Les Régimes Alimentaires des Sportifs, un Concept pour les Restaurants ?

Manger sainement n'est pas une simple tendance pour les sportifs, c'est un vrai mode de vie. Les restaurants ont commencé à s'inspirer des régimes sportifs et des habitudes alimentaires des athlètes pour confectionner des repas sportifs.

Près de 70% des objectifs sportifs dépendent de l'alimentation. De nombreux sportifs suivent des régimes riches en protéines qu'ils consomment avant et/ou après une séance de sport. Cela permet au corps de gagner un maximum d'énergie. Une alimentation saine et équilibrée est privilégiée. Les professionnels de la restauration cherchent à plaire à un maximum de personnes en répondant aux habitudes alimentaires de tous. C'est pour cette raison qu'ils commencent à proposer des plats pour les sportifs.

Que vous soyez un sportif de haut niveau, une adepte du fitness ou un sportif du dimanche, vous trouverez toujours un bon petit plat répondant aux

apports caloriques et énergiques dont vous allez avoir besoin pour votre séance de sport. Les bars à jus ou à smoothies mettent en place des boissons avec des protéines... Super sympathique à emporter en allant à votre salle de sport préférée...

A présent, les restaurants pour sportifs se déploient. En France, le restaurant **Liife** a mis en place un concept innovant et révolutionnaire inspiré des restaurants "healthy" des Etats-Unis. Leur carte propose des plats adaptés à un type de routine sportive précise. Ils mettent en avant des plats bons pour la santé mais aussi pour les papilles des plus gourmands. Les repas répondent tous aux besoins nutritionnels de tout bon sportif. Sur chaque repas, les calories, nombre de lipides, sucres ou encore protéines sont notés afin de donner un maximum d'informations sur l'apport nutritionnel de ce qui est proposé sur la carte.

### Que mange un sportif ?

Au petit-déjeuner, les fruits sont bons à consommer. Mais il est possible d'avoir un petit-déjeuner rempli de protéines : yaourt au lait ou au soja, des œufs... On peut aussi déguster un bon porridge avec des fruits secs et un peu de miel. Les sportifs évitent tout ce qui est céréales industrielles, biscottes trop sucrées...

Au déjeuner, viande et poisson sont au menu. Il faut éviter les mauvaises associations alimentaires pour ne pas perturber la digestion. On favorise les

protéines animales et/ou d'origines végétales comme les lentilles, le tofu... avec un peu de céréales et des légumes.

Le soir, on dîne léger. Les cuissons douces sont à privilégier pour que les aliments gardent un maximum de nutriments et de vitamines. Le mieux est de se concocter un repas 100% végétarien le soir.

Les sportifs n'hésitent pas à manger des collations entre les repas : un petit carré de chocolat noir, des fruits...

## Annexe 9 – Vidéo : les allergies alimentaires

Institut P., 19 décembre 2012, YouTube, [https://www.yout-ube.com/watch?v=bD8\\_Pywd0es](https://www.yout-ube.com/watch?v=bD8_Pywd0es)  
Consulté le 24 septembre 2025



Cette vidéo de l'Institut Pasteur d'une durée de 4 minutes et 41 secondes apporte un éclairage sur les allergies alimentaires. Elle commence par définir ce qu'est une allergie : une réaction inappropriée et excessive du système immunitaire face à certaines protéines présentes dans des aliments. Les symptômes sont variés, allant de simples démangeaisons ou rougeurs cutanées jusqu'à des réactions plus graves comme des difficultés respiratoires ou un choc anaphylactique.

La vidéo défait également plusieurs idées reçues, par exemple la confusion entre allergie et intolérance alimentaire. Elle s'appuie sur des données chiffrées pour montrer l'ampleur du phénomène : un nombre croissant de personnes, enfants comme adultes, sont aujourd'hui concernées.

Les principaux aliments déclencheurs sont présentés, ainsi que la liste officielle des 14 allergènes devant obligatoirement être signalés dans la restauration.

Enfin, la vidéo propose des conseils pratiques pour mieux gérer les allergies au quotidien : vigilance dans la lecture des étiquettes, adaptation des repas, sensibilisation de l'entourage et recours à un suivi médical spécialisé.

## Annexe 10 – Bien manger pendant ma grossesse

Gouvernement de la Nouvelle Calédonie, [dass.gouv.nc](https://dass.gouv.nc), <https://dass.gouv.nc/alimentation-1000premiersjours>  
Consulté le 24 septembre 2025

# Bien manger pendant ma grossesse

## Aliments à privilégier

-  • Poissons gras : maquereau, sardine... en conserve au naturel, poissons frais du lagon
-  • Des légumes verts à chaque repas, cuits, bien lavés si crus, frais ou surgelés de préférence
-  • Des féculents à chaque repas, en quantités modérées, (pensez aux légumes secs : lentilles, ambrevades...)
-  • Au moins 1 produit laitier/jour : lait, fromages, yaourts, au lait pasteurisé
-  • Eau sans sucres ajoutés : 1,5 litre/jour (10 verres)
-  • Une poignée d'oléagineux sans sel ajouté (noix de bancoule, de badamier, noisettes de cayenne...)

Lavez et épluchez vos légumes et vos fruits

### LES CLÉS D'UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE

- ▶ 3 repas/jour + 1 à 2 collations
- ▶ Ne sautez pas de repas
- ▶ Favorisez des aliments riches en fer : viande rouge, lentilles, choux kanak, légumes « feuilles »
- ▶ Mangez varié, votre bébé aura déjà tout goûté !



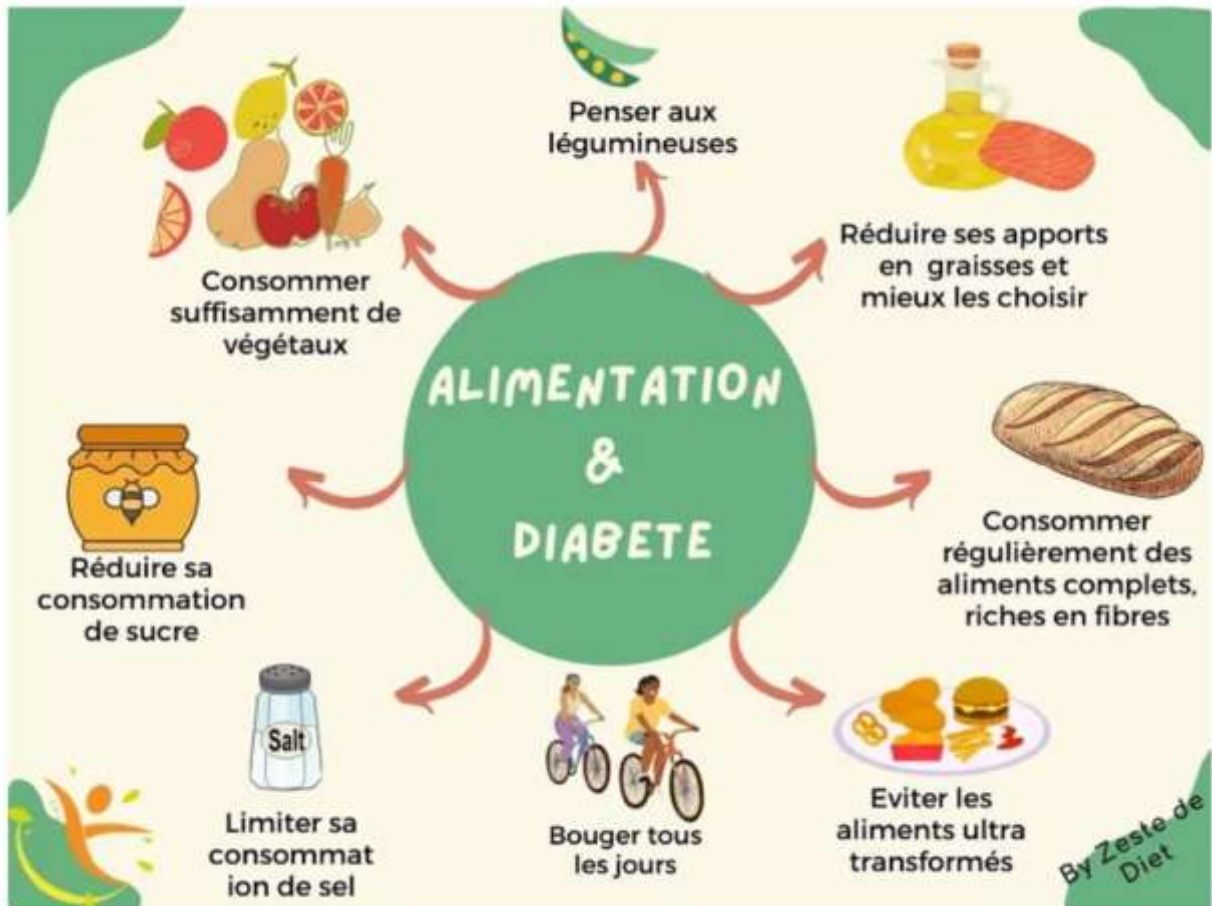
## Aliments à éviter

-  • Le poisson cru et certains poissons (marlin, espadon)
-  • Les poissons fumés (saumon, truite)
-  • Coquillages et fruits de mer
-  • Œufs crus et produits à base d'œufs crus : mousse au chocolat, mayonnaise maison...
-  • Fromages et yaourts au lait cru, lait cru
-  • Certaines charcuteries : rillettes, pâtés, foie gras, produits en gelée...
-  • La viande crue ou peu cuite



## Annexe 11 – Alimentation et diabète

Annaïck Ronarch, 9 novembre 2022, Zeste de diet, <https://zestedediet.fr/2022/11/14-novembre-journee-mondiale-du-diabete/>  
Consulté le 24 septembre 2025



## **Annexe 12 – 10 principes à connaître pour accueillir des clients britanniques**

*Vanessa GUERRIER-BUISINE, 15 février 2017, l'hôtellerie-restauration, <https://www.lhotellerie-restauration.fr/actualite/10-principes-a-connaître-pour-accueillir-des-clients-britanniques>  
Consulté le 24 septembre 2025*

### **10 principes à connaître pour accueillir des clients britanniques**

Première cible pour certaines destinations françaises, les Britanniques sont attachés à l'Hexagone pour des raisons géographiques, historiques et culturelles. Soigner l'accueil de cette clientèle fidèle est essentiel. - Publié le 15 février 2017 à 17:06

1. Si le client britannique est célèbre pour son flegme, il reste attaché aux valeurs traditionnelles. Un accueil dans les règles et la ponctualité seront donc appréciés.
2. Discret, il attend du personnel qu'il soit aimable et l'écoute. La barrière de la langue ne doit pas exister. Ne pas parler anglais dans l'hôtellerie d'aujourd'hui ne serait pas compris. Si le client tente le français, même de manière hésitante, répondez-lui en français pour ne pas le froisser.
3. Mettez à disposition des adaptateurs de prises ou des prises USB pour qu'ils puissent brancher leurs appareils.
4. Ils laissent volontiers des avis sur les sites spécialisés et répondent aux questionnaires de satisfaction. Attention à s'assurer de leur bien-être durant leur séjour pour s'éviter des déconvenues.
5. Pensez à communiquer au niveau local auprès des clients en résidence secondaire près de l'hôtel. Ils pourraient être intéressés par votre restaurant ou d'autres infrastructures de l'hôtel.

#### **Au restaurant**

6. Les Britanniques aiment la cuisine française, surtout au dîner, mais accordent une grande place au petit déjeuner, qui doit être copieux et proposer des mets sucrés et salés (œufs brouillés, bacon, saucisses...). Leur pause déjeuner se limite souvent à un repas froid.
7. La cuisson des viandes n'est pas la même pour eux. Lorsqu'ils demandent à point, comprenez bien cuite. Pour 10 % d'entre eux, qui sont végétariens, prévoyez une alternative aux plats de viande. Disposez eau et pain (de campagne si possible) dès le début du repas. Pensez à disposer de bières, surtout pour la Saint-Patrick (17 mars).
8. En matière de service, ils apprécient d'être accompagnés dans le choix des mets, vins et fromages et qu'on leur explique la composition et l'origine des produits.
9. Prévoyez une carte traduite en anglais, elle sera aussi utile pour d'autres clients étrangers anglophones.
10. Le tea time fait partie intégrante de la culture anglaise. Aussi, à défaut de proposer une offre tea time au bar ou au restaurant de l'hôtel, pensez à mettre à disposition dans les chambres bouilloire, sachets de thé de qualité et capsules de lait.

## Annexe 13 – Menus programmés d'un restaurant d'application

23 septembre 2025, document créé par les auteurs du sujet

### Menus programmés d'un restaurant d'application

DATES	T.P. : TRAVAUX PRATIQUES
<b>S 38</b> 15.09 au 19.09	Royale de St Jacques, champignons, sauce champagne <i>zzz</i> Trilogie de poisson façon pot au feu <i>zzz</i> Pavé de veau, poires rôties, mousseline de panais et légumes de saison <i>zzz</i> Dessert autour des saveurs d'automne
<b>S 39</b> 22.09 au 26.09	<b>Accueil d'une équipe nationale de handball féminin</b> Salade de pâtes façon méditerranéenne <i>zzz</i> Filet de poulet grillé au paprika fumé, patates douces rôties et brocolis vapeur <i>zzz</i> Compote de pomme maison
<b>S 48</b> 24.11 au 28.11	<b>DÉJEUNER À THÈME : ITALIE</b> Bruschetta à l'italienne <i>zzz</i> Picatta de volaille jaune au citron et câpres, risotto de pâtes riso, carotte et petits pois <i>zzz</i> Panacotta aux myrtilles
<b>S 50</b> 08.12 au 12.12	<b>MENU DE FÊTES</b> Tartare de Saint-Jacques aux clémentines <i>zzz</i> Dos de cabillaud au bouillon à la citronnelle <i>zzz</i> Ballottine de chapon aux morilles, flan de carotte, légumes verts et pommes Macaire <i>zzz</i> Bûche aux 3 chocolats
<b>S 51</b> 15.12 au 19.12	<b>MENU VÉGÉTARIEN</b> Tartelette de chèvre frais, figues et noix caramélisées <i>zzz</i> Carpaccio de betteraves multicolores, crème de roquette et noisettes torréfiées <i>zzz</i> Risotto crémeux aux champignons sauvages et asperges, chips de parmesan <i>zzz</i> Dôme chocolat noir, cœur coulant de framboise et crumble au sésame noir
<b>S 05</b> 26.01 au 30.01	<b>CARTE À CHOIX</b> <b>Entrées :</b> Inspiration autour des crevettes Risotto du jour L'œuf dans tous ses états Suggestion du marché
<b>S 06</b> 02.02 au 06.02	<b>Plats :</b> Création du jour autour du canard Porc selon l'inspiration du chef Poisson signature du jour Suggestion du marché
<b>S 07</b> 09.02 au 13.02	<b>Garnitures :</b> Légumineuses, carottes, endives <b>Desserts :</b> Chariot de desserts

## Annexe 14 – Logos

<https://www.virages.com/Panneau-Pictogramme-Securite/panneau-vertical-interdit-femmes-enceintes>

<https://www.diagnostic-accessibilite-handicapes.com/accessibilite/symboles-types/>

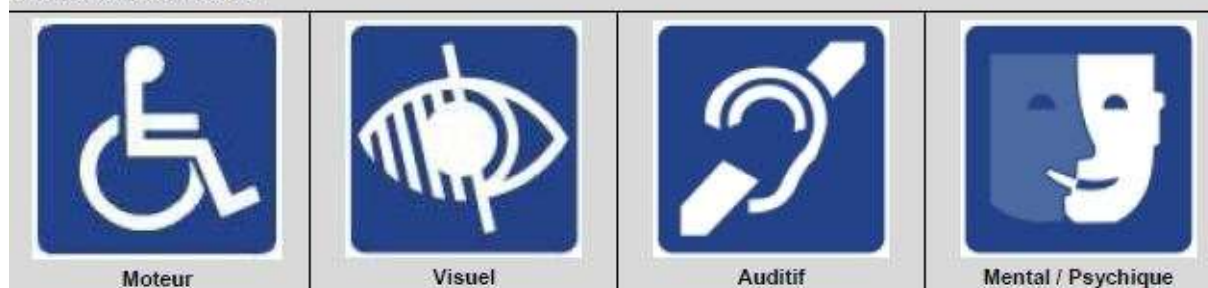
<https://www.ceed-diabete.org/scientific-council>

Consulté le 24 septembre 2025



<https://www.virages.com/Panneau-Pictogramme-Securite/panneau-vertical-interdit-femmes-enceintes>

### TYPES DE HANDICAP



<https://www.diagnostic-accessibilite-handicapes.com/accessibilite/symboles-types/>

# CEED

CENTRE EUROPÉEN  
D'ÉTUDE DU DIABÈTE

<https://www.ceed-diabete.org/scientific-council>

## Annexe 15 – Les interdits alimentaires selon les religions

24 septembre 2025, document créé par les auteurs du sujet

Religion	Prescriptions particulières	Aliments interdits	Conséquences en restauration
<b>Islam</b> (régis par la loi <i>halal</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>Abattage rituel halal</li> <li>Ramadan : jeûne du lever au coucher du soleil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Porc et dérivés (gélatine, saindoux, etc.)</li> <li>Sang</li> <li>Viande d'animaux morts naturellement ou non abattus rituellement</li> <li>Alcool</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proposer des plats sans porc</li> <li>Proposer une carte de produits sans alcool</li> <li>Proposer de la viande halal certifiée</li> </ul>
<b>Judaïsme</b> (régis par la loi <i>cashier</i> : <i>casherout</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>Séparation stricte de la viande et du lait (y compris pour les ustensiles et la vaisselle)</li> <li>Abattage rituel pratiqué par un boucher juif agréé</li> <li>Produits certifiés casher</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Porc</li> <li>Crustacés, fruits de mer</li> <li>Poissons sans nageoires et sans écailles</li> <li>Viande non abattue rituellement</li> <li>Sang</li> <li>Levures pendant la fête juive appelée Pessah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proposer de la viande et/ou du vin certifiés casher</li> <li>Ne pas mélanger les produits laitiers et carnés lors de la préparation, de la cuisson ou du service</li> </ul>
<b>Christianisme</b> (catholicisme, orthodoxie, protestantisme)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Périodes de jeûne ou d'abstinence (Carême, Vendredi Saint)</li> <li>Orthodoxes : nombreuses règles de jeûne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Viande le vendredi dans certaines pratiques</li> <li>Viande, poisson, produits laitiers, huile, vin selon les périodes pour certains chrétiens, comme les orthodoxes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prévoir des alternatives sans viande certains jours</li> </ul>
<b>Hindouisme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'un des principes centraux de l'hindouisme est la non-violence, ce qui explique que de nombreux hindous sont végétariens</li> <li>Jeûnes fréquents selon les fêtes et les traditions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bœuf (considéré comme sacré)</li> <li>Parfois porc et autres viandes ou même poisson selon les régions et les castes</li> <li>Ail, oignon (aliments considérés comme impurs) pour certains</li> <li>L'alcool est souvent déconseillé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prévoir des menus végétariens</li> <li>Exclure le bœuf des préparations</li> <li>Vérifier avec le client le niveau de restriction</li> </ul>
<b>Bouddhisme</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pas d'interdits universels mais souvent rejet de la viande (la pratique de la non-violence influence les choix alimentaires)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Viande</li> <li>Racines (oignon, ail, pomme de terre)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proposer des menus végétariens</li> <li>Prévoir des alternatives simples et naturelles</li> </ul>