

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 20 (1990)  
**Heft:** 3

**Artikel:** 60 menus pour votre plaisir grâce à la surgélation  
**Autor:** R.H.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-829190>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## 60 menus pour votre plaisir grâce à la surgélation


**Etre diabétique et bien manger n'est plus incompatible**

Des conseils pratiques pour une alimentation spécialement adaptée aux besoins des diabétiques



**REPAS À DOMICILE**

Savourer des mets digestes et variés



Conseils et suggestions pour une alimentation appropriée en cas de troubles du foie, de l'estomac ou de la vésicule biliaire.

A s'offrir ou à se faire offrir  
**tous les vendredis de mars et avril**  
**action retraités**  
**de**  
**Spanatours**  
**7 jours en Espagne pour Fr. 210.-**

Transport en car très confortable, assistance d'hôtesse et boissons gratuites dans le car.

**Hôtel Don Juan**, trois étoiles, bon chauffage, chambre double tout confort, tous les jours orchestre et animation. Pension complète, trois plats plus dessert (cuisine internationale).

Nombreuses visites et excursions facultatives.

Vous pouvez vous renseigner auprès de

**Spanatours**, tél. 027/22 83 07 ou 22 85 74.

Grand choix de **MONTURES**  
**DE LUNETTES**  
 et de **LOUPES**

**Jean-Claude Bühler, opticien**

Avenue Juste-Olivier 9, 1006 Lausanne, ☎ (021) 23 51 43

A Cressier (NE), une gigantesque entreprise s'est spécialisée dans le traitement de la pomme de terre. Rendez-vous compte: en 1989, 59 000 tonnes de patates y ont été transformées en frites, flocons, purée ou rôtis congelés, cela pour les grandes chaînes d'alimentation et de restauration de Suisse. Un monde gigantesque et extraordinaire qui, à lui seul, prendrait la place d'un reportage complet. Cependant, l'une des filiales de cette entreprise est née le 1<sup>er</sup> janvier 1989: **Apetito**. Son but est de mettre à la disposition des organisations sociales une palette de menus congelés, permettant une amélioration notoire du service de repas à domicile, tant au niveau de la qualité qu'à celui de la simplicité.

M. Rudolf Jost, directeur commercial d'Apetito, est formel: «Notre formule a un grand avenir, mais elle n'est pas encore toujours entrée dans les mœurs...» Aujourd'hui déjà, à peine une année après le démarrage de l'opération, les collectivités sociales ont déjà à leur disposition un choix de 60 menus, allant, par exemple, du ragoût de bœuf aux champignons de Paris, spätzli et chou rouge, au gratin de cornettes à la bernoise, en passant par l'omelette paysanne avec des épinards à la crème. Nous avons dégusté quelques-uns de ces plateaux repas et tant le goût que la qualité des mets proposés nous ont enthousiasmé.

### Le principe

Alors que, jusqu'ici, on connaissait la solution des sachets que l'on plongeait dans l'eau bouillante pour les réchauffer, au risque de se brûler les doigts, la formule de la surgélation permet d'éviter l'adjonction de produits de conservation. «Nos produits peuvent se conserver au congélateur de six mois à un an», précise M. Jost. «Une fois livré, le plateau-repas peut être déposé sur un petit four spécial, sur lequel il se réchauffe selon la formule du bain-marie. Le prix de l'un de ces fours est de Fr. 60.-, il est automatique et une sonnerie retentit lorsque le repas est prêt pour être servi.» La consommation de courant pour réchauffer un repas représente environ 3 centimes. Les organisations de distribution peuvent disposer d'un énorme choix et composer allégrement divers menus pour deux ou trois semaines.

### Le fonctionnement de la chaîne

Aujourd'hui déjà, l'entreprise travaille avec plusieurs sections de Pro Senectute. 350 appareils de réchauffage sont en circulation et environ 350 menus sont livrés chaque jour. Le prix moyen d'un repas se situe entre Fr. 6.- et Fr. 9.80. Les retraités qui en bénéficient aujourd'hui? Ils se trouvent en ville de Berne, à Aarau, à Altstätten, dans la vallée du Rhin, dans les cantons de Nidwald et dans les

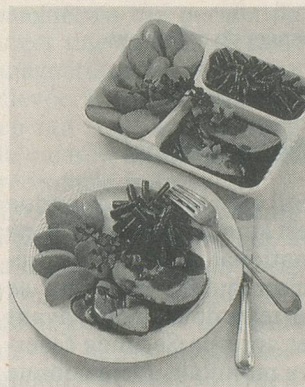


60 menus proposés  
dans les pages du catalogue.



L'appareil  
permettant  
de réchauffer  
les menus Apetito.

En barquette ou sur votre assiette,  
un menu de choix à votre goût.



Grisons. Une décision prochaine doit être prise pour Fribourg et les villes valaisannes de Sion, Sierre et Saxon. Dans la clientèle potentielle de cette chaîne du froid d'un nouveau genre, on trouve encore quelques homes pour les diabétiques (l'assortiment de menus prévoit certains d'entre eux réservés aux diabétiques), quelques groupes de Frauenverein de Suisse alémanique, plusieurs milieux religieux, les services sociaux communaux et certains médecins. Un avantage de cette formule: les plats sont toujours mangés chauds, quelle que soit l'heure à laquelle ils sont distribués. Les me-

nus sont composés par des diététiciens et la surgélation évite tout risque de salmonellose, dont les suites peuvent être graves pour les personnes âgées.

### Pourquoi le 3<sup>e</sup> âge?

Apetito a concentré ses efforts sur le marché des aînés, pourquoi?

— «Les études de marché que nous avons faites



nous ont montré qu'il y avait un besoin dans ce secteur, précise M. Jost. Actuellement les services de repas à domicile souffrent d'un certain nombre de lacunes: difficultés de recruter du personnel pour la distribution et problème de maintien au chaud des repas livrés. D'autre part, il y a toujours plus de personnes âgées qui restent à domicile. Nous avons constaté que les systèmes actuels représentaient souvent un peu la «nourriture du pauvre», raison pour laquelle certains retraités se distancent parfois de ce service. Il fallait mettre à disposition un choix de menus assez vaste et une nourriture saine!» Rencontrez-vous des problèmes avec votre formule?

— «Rien n'est facile au départ. Il nous faut tout d'abord faire passer le message et encourager les services concernés à réviser leurs structures (ce qui n'est pas simple). Ensuite, il faut aussi changer les habitudes des personnes âgées. A 80 ou 85 ans, il est parfois fastidieux de les habituer à la congélation. Mais nous sommes confiants parce que, visiblement, notre formule intéresse les autorités et

satisfait visiblement ceux qui en sont les bénéficiaires: les aînés!»

Ce sont des cuisiniers chevronnés qui préparent ces menus, les spécialités proposées sont dignes de celles d'un bon restaurant. Tout est bien cuit et pas trop épicé (on peut toujours rajouter de l'assaisonnement si l'on veut en relever le goût). Ces produits, qui répondent aux plus hauts critères de qualité, subissent régulièrement de sévères contrôles. Pourquoi ne les trouve-t-on pas dans le commerce? Tout simplement parce leur destination est avant tout la distribution par les services sociaux et qu'il est difficile de mélanger les deux choses. La méthode Apetito est appelée à se développer; certes, les résultats enregistrés au lendemain du premier anniversaire de l'entreprise prouvent qu'elle est sur le bon chemin. Il lui reste maintenant à défricher de nouveaux marchés, particulièrement en Suisse romande. Une formule qui rendra certainement service à bien des retraités!

R. H.

Voir «Aînés» n° 2, février 1990, Les surgelés dans votre assiette.