

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
OCTOBRE 2026

L'AUTOMNE SE DÉGUSTE AVEC DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS

L'arrivée de l'automne est marquée par le lancement, le 1^{er} octobre, de la nouvelle campagne de communication Fraich'Action, un programme européen cofinancé par l'Union européenne. Au programme ce mois-ci : des conseils pour faire apprécier les fruits et légumes aux enfants, un focus sur la pomme et ses usages en restauration hors domicile (RHD), ainsi qu'une sélection des fruits et légumes frais à retrouver en ce moment sur les étals.



FRAICH'ACTION : UNE CAMPAGNE EUROPÉENNE POUR DONNER AUX ENFANTS LE GOÛT DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS

Du 1^{er} octobre au 30 novembre 2026, Interfel et ses partenaires, l'Association Interprofessionnelle de la Banane (AIB), l'AOPn Tomates et Concombres de France, la NAK (Hongrie) et l'APAQ-W (Belgique) lancent **European Fraich'Action**, un programme de sensibilisation cofinancé par l'Union européenne.

Son objectif : encourager les enfants de 4 à 10 ans à consommer davantage de fruits et légumes frais, en associant plaisir, découverte et jeu. Campagne digitale et TV, animations en restauration scolaire et événements familiaux rythmeront ces deux mois autour d'un message fédérateur : « **European Fraich'Action! - Tous les goûts sont permis : 5 par jour !** »



LE SAVIEZ-VOUS ?

DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS POUR TOUS LES MOMENTS DE LA JOURNÉE

CHAQUE MOMENT COMPTE !

Si le déjeuner et le dîner concentrent une grande partie des consommations, le petit-déjeuner et le goûter représentent déjà plus d'un tiers des consommations de fruits frais chez les enfants. De quoi multiplier les occasions de faire découvrir aux enfants de nouvelles saveurs.

Répartition de la consommation de fruits frais des enfants :



Répartition de la consommation de légumes frais des enfants :



Source : étude Nutrimétrie – Cabinet C-Ways, données 2024. L'étude porte sur 1 008 enfants de 3 à 17 ans et suit les consommations à domicile et hors domicile. Légumes frais (hors pomme de terre) et fruits frais de 4e gamme

À LA CANTINE, DES FRUITS ET LÉGUMES ADAPTÉS AUX ENFANTS

Disponible toute l'année sur les étals, la **pomme** fait partie des fruits incontournables du quotidien. Croquante, gourmande et facile à consommer, elle se décline en de nombreuses variétés et se déguste aussi bien entière que découpée.

En restauration scolaire, la **présentation des fruits** joue un rôle important pour donner envie aux enfants de les choisir et de les consommer. Pour favoriser leur consommation tout en limitant le gaspillage, les portions et les formats sont adaptés à l'âge et à l'appétit des jeunes convives : pour une pomme, cela peut passer par un petit calibre ou un découpage en quartiers, plus faciles à manger pour les plus jeunes. Une découpe réalisée peu avant le service permet de préserver sa fraîcheur et son aspect. **Régulièrement mise à l'honneur dans les animations d'Interfel auprès des enfants**, la pomme se prête ainsi à toutes les présentations : entière, découpée ou en quartiers.



Pour en savoir plus sur les actions anti-gaspillage en restauration scolaire : [cliquez ici](#)



LE MOT DE LA DIET

Cuisiner en famille devient une aventure gourmande : chacun participe à la préparation des recettes d'automne : des salades arc-en-ciel, des tartes salées et sucrées, des soupes, des brochettes de fruits, des smoothies. C'est l'occasion de découvrir de nouvelles saveurs comme le fenouil et le chou-fleur cru, ainsi que des variétés moins connues de pommes, de poires et de raisins. Les enfants apprennent ainsi à les redécouvrir tout en renforçant les liens autour de la table. Et c'est bien souvent "en mettant la main à la pâte" qu'ils sont plus enclins à goûter ce qu'ils ont aidé à préparer ! Alors à vos tabliers les petits chefs !



Jordane Brosse, Diététicienne



CONSO : EN CE MOMENT SUR VOS ÉTALS

Les épisodes de fortes chaleurs et de sécheresse observés ces derniers mois en France et en Europe devraient avoir des répercussions sur les productions de fruits et légumes d'automne-hiver. Les récoltes pourraient notamment se caractériser par une proportion plus importante de petits calibres, en particulier pour certaines productions comme la **pomme** et la **carotte**. Si des incertitudes demeurent quant aux volumes définitifs des récoltes, les disponibilités devraient rester globalement satisfaisantes, malgré des rendements attendus en deçà d'une année normale.

CÔTÉ LÉGUMES

L'automne s'installe avec le retour des **courges** et **potirons**, dont la présence progressera sur les étals tout au long du mois. Les **champignons** sont également au rendez-vous. Crues ou cuites, les **endives** font leur retour dans les assiettes et se prêtent à de nombreuses préparations, à domicile comme en restauration hors domicile. Les **carottes** sont également bien présentes sur le marché, tandis que l'offre en **poireaux** démarre progressivement. Sans oublier les **choux**, qui déclinent leurs formes et leurs couleurs et retrouvent toute leur place dans les recettes de saison.



CÔTÉ FRUITS

La **pomme** s'installe pleinement sur les étals. La qualité gustative devrait être au rendez-vous, avec des taux de sucre élevés. Les **poires** sont également bien présentes, avec une offre légèrement supérieure à celle de la campagne précédente. Le **raisin** entre dans la dernière partie de sa saison avec de bons volumes disponibles et une large diversité de variétés. Les **prunes** jouent elles aussi les prolongations en octobre, avec leurs nombreuses couleurs.

L'automne marque également le retour des **fruits à coque**, avec des perspectives encourageantes pour les **châtaignes** et les **noix** malgré les conditions climatiques des derniers mois. Les premières variétés précoces de **kaki** font leur apparition, tandis que les petits agrumes commencent progressivement à prendre place sur les étals.



AUX FOURNEAUX



VELOUTÉ

DE CHÂTAIGNES

[À retrouver sur le site](#)



MINI PIZZA

PATATE DOUCE, CHÈVRE, POMME ET NOIX

[À retrouver sur le site](#)



MIJOTÉ

DE SAUCISSES AU CHOU

[À retrouver sur le site](#)

Chaque semaine, jamaistropheconome.fr publie la liste des fruits et légumes frais du moment, accompagnée d'un menu conçu par des spécialistes pour mettre en avant les meilleurs produits disponibles aux meilleurs prix. Des recettes, validées par les chefs et diététicien(e)s d'Interfel, sont également à retrouver sur les réseaux sociaux des fruits et légumes frais ([Instagram](#) et [Facebook](#)) ainsi que sur le site lesfruitsetlegumesfrais.com.

[S'inscrire à la médiathèque](#)

À PROPOS

Créée en 1976, Interfel rassemble l'ensemble des métiers de la filière fruits et légumes frais. Toutes les fonctions sont représentées : production, coopération, expédition, importation, exportation, commerce de gros, distribution (grandes surfaces, commerces spécialisés et restauration collective). Organisme de droit et d'initiative privés, Interfel est reconnue association interprofessionnelle nationale agricole par le droit rural français, ainsi que par l'Union européenne depuis le 21 novembre 1996 dans le cadre de l'Organisation commune de marché (OCM) unique.

www.interfel.com / www.lesfruitsetlegumesfrais.com

CONTACTS

Thomas Marko & Associés

Victoire Chatel – victoire.c@tmarkoagency.com

06 45 65 81 00

Margaux Le Foll – margaux.l@tmarkoagency.com

06 72 02 53 65

Interfel

Victoire Genest – v.genest@interfel.com

06 15 52 15 08

Eilina Kadem – e.kadem@interfel.com

06 58 63 22 86