saveurs & vie x QUITOQUE

Communiqué de presse, septembre 2025

popote & papilles

Saveurs et Vie et Quitoque s'associent pour proposer une solution de repas adaptée aux personnes en perte d'autonomie.

Quand le spécialiste de la nutrition santé à domicile et le leader français des box à cuisiner livrées à domicile s'unissent : **ça donne une offre inédite adressée à une large population aux besoins et attentes spécifiques.**

L'offre « Popote et Papilles » a été conçue pour accompagner les personnes en situation de perte d'autonomie, vivant avec une maladie chronique ou un handicap, mais aussi pour les seniors qui souhaitent adapter leur manière de cuisiner et de manger — sans renoncer au plaisir ni à l'équilibre.

Cette solution vise également à **soulager les proches aidants ou professionnels,** grâce à un service simple, flexible et rassurant.

Pour le lancement, place à la formule Équilibre : **une box hebdomadaire pour une ou deux personnes, combinant des plats à réchauffer et des recettes à cuisiner, selon les envies.** Déjeuner, dîner, ou les deux, jusqu'à six jours par semaine : une solution complète, flexible et savoureuse, pensée pour s'adapter aux besoins de chacun.

Cerise sur le panier, **un bilan nutritionnel en téléconsultation** et **deux suivis** proposés gratuitement par l'équipe de diététiciens-nutritionnistes de Saveurs et Vie Conseil.

Saveurs et Vie et Quitoque : unis pour le bon et pour le meilleur

Popote et Papilles s'adresse aussi bien aux personnes concernées qu'à leurs proches ou accompagnants, souvent en quête de solutions fiables, pratiques et équilibrées pour bien manger au quotidien.

C'est une réponse concrète à une préoccupation récurrente : **comment concilier alimentation adaptée, plaisir et simplicité, semaine après semaine.**

C'est cette réalité quotidienne qui a nourri la réflexion de Saveurs et Vie et de Quitoque et a donné naissance à une réponse commune :

« Popote et Papilles », c'est une offre pensée pour celles et ceux dont l'alimentation doit rimer avec simplicité, goût et équilibre. Nous avons voulu allier l'expertise nutritionnelle et la liberté de choisir chaque jour ce qui fait du bien ».

Valérie Langlois, Directrice marketing de Saveurs et Vie

« Nous avons trouvé en Saveurs et Vie un partenaire tout à fait complémentaire : nous proposons aux personnes en situation de fragilité une solution simple pour garder le plaisir de cuisiner et de bien manger, grâce à des recettes savoureuses et faciles à réaliser, et une logistique des courses ultra simplifiée ! »

Anne-Victoire Franc, Directrice marketing de Quitoque

La « good innovation » : un panier sur-mesure qui inclut un accompagnement nutritionnel

Pensée pour manger bon et manger bien, cette offre comprend **un panier sur-mesure et un service d'accompagnement nutritionnel en téléconsultation à la carte.**

Le menu pour une période de 4 à 6 jours est composé de repas préparés et de recettes rapides à cuisiner. La box livrée à domicile comprend entre 4 et 12 repas parfaitement équilibrés, pour une ou deux personnes, ainsi qu'une sélection de produits complémentaires (petits déjeuner, fromage, fruits, dessert).

Chaque client choisit la proportion de repas préparés et de plats à cuisiner qu'il souhaite :

- 50 % cuisine, 50 % repas à réchauffer : un mix entre cuisine et plats préparés, le juste équilibre entre praticité et culinarité
- 30 % cuisine, 70 % repas à réchauffer : pour alterner des plats préparés et des moments de cuisine.

28 % la proportion de personnes âgées de 65 ans et plus à l'horizon 2030.
Les seniors autonomes pour les actes de la vie courante (GIR 6[1]) à celles en perte d'autonomie partielle (GIR 4) représentent une part importante de la population nécessitant des repas adaptés et un suivi nutritionnel.

12 % la proportion d'adultes en situation de handicap en France, dont 6 % reçoivent une aide humaine régulière.

15 millions : le nombre de personnes en France souffrant d'au moins une maladie chronique.
On estime que ce nombre atteindra 18 millions en 2030 en raison du vieillissement de la population.

9,3 millions : c'est le nombre de proches aidants en France[2].

Une réponse concrète aux besoins spécifiques des personnes en perte d'autonomie

Seules Saveurs et Vie et Quitoque pouvaient imaginer une telle offre, parce qu'elles cultivent des valeurs communes fortes : le respect du bien manger, l'attention portée à chaque profil nutritionnel, la volonté de simplifier le quotidien sans renoncer au plaisir, et l'exigence de qualité dans chaque plat. Ensemble, elles proposent des menus conçus avec le savoir-faire de chefs et de diététiciennes, des choix nutritionnels clairs, et **défendent une alimentation équilibrée, variée et accessible.**

Côté Quitoque : le plaisir de cuisiner sainement, sans les contraintes

- **Zéro corvée de courses :** les ingrédients sont livrés directement à domicile, en juste quantité, pour éviter les déplacements et le gaspillage.
- **Recettes faciles à réaliser prêtes en moins de 30 minutes :** chaque plat est accompagné d'une fiche pas à pas, claire et illustrée, pour cuisiner en toute simplicité, même avec peu d'expérience ou d'énergie.
- **Des assiettes équilibrées :** des produits frais et de saison, avec 130 additifs controversés exclus.
- **Pré-dosé, sans restes :** tout est pensé pour limiter les manipulations, les erreurs de dosage et les restes à gérer.
- **Un moment de plaisir :** cuisiner reste un moment agréable, valorisant et stimulant, même en cas de perte d'autonomie.

Côté Saveurs et Vie : des plats équilibrés, faciles à réchauffer et qui changent toutes les semaines

- **Des repas nutritionnellement adaptés :** élaborés par des diététiciens-nutritionnistes, les plats sont pensés pour répondre aux besoins spécifiques liés à l'âge, aux pathologies chroniques ou aux régimes particuliers.
- **Faciles à réchauffer :** les plats sont prêts à l'emploi, à réchauffer simplement au micro-ondes ou à la casserole.
- **Une variété chaque semaine :** pour éviter la lassitude alimentaire, les menus changent régulièrement, tout en respectant les recommandations nutritionnelles.
- **Un suivi nutritionnel à la carte :** des téléconsultations gratuites avec des professionnels de la nutrition sont proposées.

1. Le Groupe iso-ressources (GIR) correspond au niveau de perte d'autonomie d'une personne âgée, mesuré à partir de la grille nationale AGGIR, outil de référence pour déterminer le niveau de dépendance.
2. Source DREES 2021 https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/publications/etudes-et-resultats/93-millions-de-personnes-declarent-apporter-une-aide-reguliere-un

Que des ⊕ pour rendre le quotidien meilleur

⊕ d'équilibre

Cette offre est pensée pour apporter une alimentation saine et équilibré, avec des kits à préparer avec des ingrédients pré-dosés pour cuisiner facilement de bons petits plats ou des plats à réchauffer qui allient saveurs et apports nutritionnels adaptés.

⊕ de simplicité

Des fiches recettes avec des étapes claires à réaliser seul ou à plusieurs pour passer un bon moment, et un panier livré directement à la maison pour s'affranchir de la contrainte des courses alimentaires.

⊕ de service

Deux consultations nutritionnelles le premier mois puis la possibilité d'un suivi mensuel personnalisé.

Côté pratique !

Commande en ligne sur : https://www.saveursetvie.fr/ ou par téléphone au 01 41 733 733.

Les paniers sont livrés directement à domicile via Chronofresh en France à partir de 34,40 €.

saveurs & vie X QUITOQUE

À propos

Quitoque, c'est le plaisir de cuisiner chez soi, avec des produits frais, des ingrédients déjà dosés, des fiches recettes pédagogiques et des plats prêts en 20 à 30 minutes.

Quitoque, créée en 2015, s'est donnée pour devise : « La cuisine, c'est la vie ». Elle propose chaque semaine plus de 40 recettes sur son site et son app. Les clients choisissent celles qu'ils souhaitent cuisiner et sont livrés à domicile de tous les ingrédients nécessaires dans les bonnes quantités, avec des fiches recettes pour les guider pas à pas. Ce qui fait la force de Quitoque : la qualité des produits (frais, de saison, majoritairement français, labellisés, en circuit court, tous goûtés et sélectionnés avec soin par nos chefs), son engagement pour la santé, la planète et le plaisir de cuisiner. Basée à Paris, l'entreprise compte 130 salariés et fédère plusieurs dizaines de milliers de familles pour 500 000 repas distribués chaque mois.

Saveurs et Vie, c'est l'art de bien manger pour mieux vivre et la livraison de repas à domicile qui prend soin des personnes fragiles.

Saveurs et Vie, spécialiste de la nutrition santé à domicile, accompagne depuis 25 ans les personnes fragiles (seniors, handicap, maladies chroniques) avec des repas adaptés et un suivi personnalisé.

Le concept de Saveurs et Vie répond à un double objectif crucial : offrir des repas adaptés aux besoins nutritionnels des personnes en situation de fragilité tout en prenant en compte leurs préférences gustatives, le plaisir de l'alimentation et le lien social. Saveurs et Vie c'est : une équipe de 206 collaborateurs dont 130 veilleurs-livreurs et 31 diététiciens, et 7 sites basés en France.

NUTRIKÉO
Cultiver les Stratégies Nutrition

saveurs & vie