



Vers une alimentation plus durable en restauration collective

Ce document est édité par l'ADEME

ADEME

20, avenue du Grésillé
BP 90406 | 49004 Angers Cedex 01

Coordination technique : Sarah Martin : Service Forêt, Alimentation et Bioéconomie et Laurence Gouthière : Service Consommation et Prévention (ADEME)

Rédactrices : Sarah Martin, Anya Boulc'h : Service Forêt, Alimentation et Bioéconomie et Laurence Gouthière : Service Consommation et Prévention (ADEME)

Coordination éditoriale : Véronique Dalmasso : Service Mobilisation des Professionnels (ADEME)

Crédits photo : Shutterstock et istockphoto - © SurfUpVector - Elenabs - Cienpies - Pixdeluxe - Shapecharge - F8 studio - Wavebreakmedia

Création graphique : artcom-agence.com

Impression : Imprimé en France - Imprimerie Zimmermann, certifiés PEFC, Imprimvert, ISO 14001

Brochure réf. 011195

SBN Print : 979-10-297-1580-8

SBN Web : 979-10-297-1581-5

Dépôt légal : ©ADEME Éditions, septembre 2021

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite selon le Code de la propriété intellectuelle (art. L 122-4) et constitue une contrefaçon réprimée par le Code pénal. Seules sont autorisées (art. 122-5) les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé de copiste et non destinées à une utilisation collective, ainsi que les analyses et courtes citations justifiées par le caractère critique, pédagogique ou d'information de l'oeuvre à laquelle elles sont incorporées, sous réserve, toutefois, du respect des dispositions des articles L 122-10 à L 122-12 du même Code, relatives à la reproduction par reprographie.

ÉDITO



Jérôme Mousset, directeur Bioéconomie et Energies Renouvelables

La crise sanitaire que traverse notre planète l'a rappelé : l'alimentation est un besoin vital, ses qualités peuvent aggraver ou atténuer les effets de telles crises à moyen et à long terme, et la restauration collective en est un acteur clé, sur un plan social mais également économique.

Bien manger contribue à une vie de qualité, en bonne santé. Manger durable, c'est aussi préserver les éco-systèmes, les ressources naturelles, améliorer la résilience de notre planète aux changements climatiques.

La restauration collective fournit chaque jour des repas équilibrés, diversifiés, à coût modéré, à des millions de personnes en France : scolaires, collégiens et lycéens, étudiants, salariés, malades, prisonniers, personnes âgées etc... L'arrêt brutal des activités lié au confinement du printemps 2020 a mis en évidence l'importance de ces repas et leur caractère social, pour tous ceux qui en ont été privés du jour au lendemain. Il a également montré la capacité des acteurs de la restauration, ces femmes et hommes qui y œuvrent au quotidien, à s'adapter du jour au lendemain et à faire preuve de solidarité. Enfin, il a aussi souligné leur importance dans la structuration des filières agroalimentaires, notamment locales.

La restauration de demain s'invente aujourd'hui : c'est une restauration qui s'appuiera sur des produits de qualité et durables, sobres en ressources, faibles en impacts et respectueux des écosystèmes. C'est une restauration proposant des repas diversifiés et équilibrés, riches en végétaux et en couleurs, gustatifs et attractifs. Elle sera également solidaire et sociale, vis-à-vis de l'ensemble des générations mais en particulier des plus jeunes et des plus fragiles. Publique comme privée, elle se doit d'être exemplaire, et également pédagogique vis-à-vis des plus jeunes, formatrice pour les professionnels, et engagée dans la voie de l'alimentation durable.

Pourquoi ce guide ?

p.04

Les approvisionnements

p.12

Les pratiques alimentaires

p.16

La lutte contre le gaspillage alimentaire

p.20

En résumé

p.25

Une restauration collective durable, c'est possible !

Source de plaisir et réponse aux besoins vitaux, l'alimentation est au cœur des enjeux environnementaux, sanitaires et économiques.

Présente au quotidien tout au long de la vie des citoyens, la restauration collective est prête à relever le défi : proposer au plus grand nombre des repas sains et de qualité, limitant les impacts environnementaux et la pression sur les ressources, accessibles, tout en permettant la juste rémunération des acteurs ayant contribué à leur élaboration.

POURQUOI CE GUIDE ?

Ce guide a été conçu afin d'apporter des éléments concrets aux acteurs de la restauration collective sur la mise en place d'une alimentation durable dans leurs structures, notamment dans le cadre de la mise en oeuvre des objectifs de la Loi EGalim.



Pour relever ce défi, femmes et hommes de la filière alimentaire se mobilisent.

Les leviers sont nombreux et doivent se combiner. **Faire évoluer ses approvisionnements** vers des produits durables et de qualité, permet de réduire l'impact de la production alimentaire tout en améliorant la qualité gustative et nutritionnelle des repas. **Modifier la composition de l'assiette**, en respectant le cycle des saisons et en réintroduisant des légumes secs et produits céréaliers complets par exemple, ouvre à de nouvelles recettes bonnes pour la santé et pour la planète. **Réduire, faire disparaître le gaspillage alimentaire** permet de redonner de la valeur à l'alimentation et de reconnaître le travail de ceux qui l'ont produite, transformée et servie.

DÉFINITIONS

L'alimentation durable

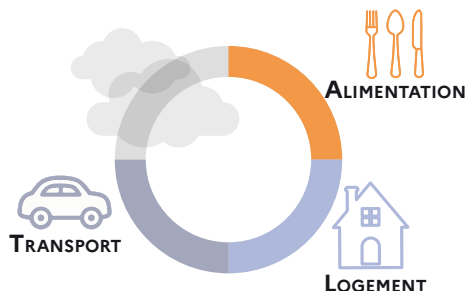
Il s'agit de l'ensemble des pratiques alimentaires qui visent à nourrir les êtres humains en qualité et en quantité suffisante, aujourd'hui et demain, dans le respect de l'environnement, en étant accessible économiquement et rémunératrice sur l'ensemble de la chaîne alimentaire. (Ademe 2019).

Le gaspillage alimentaire

« Toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée. » (Loi AGECE, février 2020).

CHIFFRES CLÉS

- **L'alimentation représente ¼ de nos émissions de Gaz à effet de serre** (scc ADEME), autant que le transport et le logement.

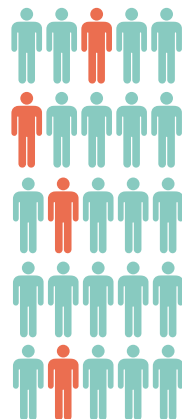


- **26 millions d'hectares sont nécessaires pour nourrir les français** (scc CECAM, 2019).
- **Dans le monde**, un tiers des denrées alimentaires sont jetées chaque année. Ce gaspillage est réparti tout au long de la chaîne alimentaire depuis la production jusqu'à la consommation, en passant par les étapes de transport, de transformation et de distribution.



En France, le gaspillage alimentaire représente 30 kg par an et par habitant, dont 7 kg d'aliments encore emballés.

- **17% des adultes français souffrent d'obésité** et 32% sont en surpoids (données 2015, étude Esteban, Santé Publique France).
- **12% de la population est en insécurité alimentaire** (INCA3, en hausse avec la crise sanitaire).



Aujourd'hui, plus d'un repas sur six est pris à l'extérieur du domicile et cette tendance s'accroît progressivement. La restauration collective joue un rôle important dans la transition agricole et alimentaire à double titre : par le **potentiel d'entraînement et de structuration des filières** (y compris la participation à la rémunération juste et aux débouchés stables pour les agriculteurs), et **par leur caractère d'exemplarité et de pédagogie**, en s'adressant notamment aux générations futures, et plus globalement, à la quasi-totalité de la population française (familles, professionnels de la restauration, équipes pédagogiques, élus...).

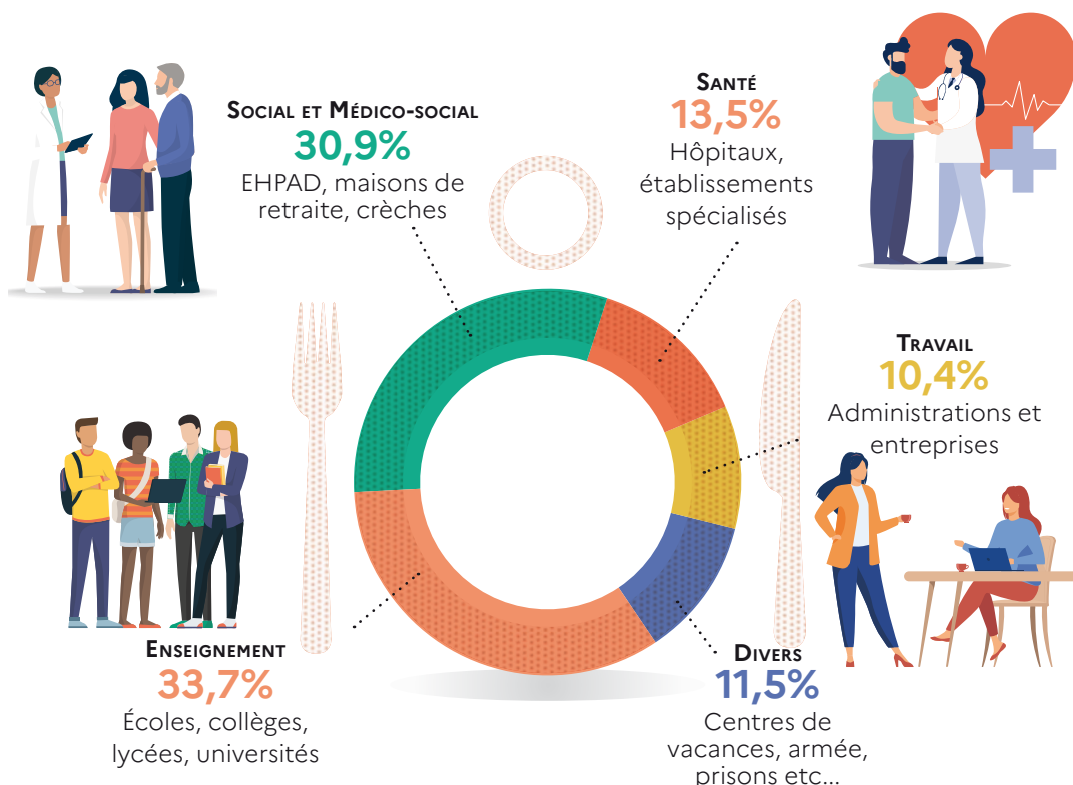
La restauration collective en France

7 millions
de repas/jour

110 000
salariés

20 milliards
d'euros de CA

RÉPARTITION DES REPAS SERVIS DANS LES DIFFÉRENTS TYPES DE RESTAURATION COLLECTIVE



(étude Xerfi, la restauration collective à l'horizon 2021)

Les

3 PILIERS

de l'alimentation durable



1

LES APPROVISIONNEMENTS

- Orientation vers une production agricole et des filières agro-alimentaires plus respectueuses de l'environnement
- Soutien à l'agroécologie et à l'agriculture biologique

2

LES PRATIQUES ALIMENTAIRES

- Diversification des sources de protéines (intégration des légumes secs et diminution des protéines d'origine animale)
- Respect de la saisonnalité des produits
- Favoriser des circuits courts de proximité

3

LA LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

- Réduction drastique des pertes et du gaspillage à chaque étape de la chaîne alimentaire
- Valorisation des excédents



Santé et environnement, un duo gagnant !

Le Programme National Nutrition Santé (PNNS, 2019-2023) est désormais lié au Programme National pour l'Alimentation (PNA) et intègre des recommandations convergentes avec les enjeux environnementaux, telles que l'introduction de produits issus de l'agriculture biologique, la consommation de fruits et légumes de saison, et la réduction de la consommation de viande.

Recommandations à retrouver sur :

<https://www.mangerbouger.fr/>

L'enjeu de la réduction des plastiques

La réduction ou suppression de l'usage des plastiques vise à répondre à un double enjeu : **sanitaire** au regard des risques de migration de substances telles que les perturbateurs endocriniens, et **environnemental** pour réduire les quantités de déchets. Mi 2021, sur le marché, aucun contenant alimentaire à usage unique, même biosourcé, n'a été identifié comme conforme à la définition « sans plastique » : les seules solutions existantes aujourd'hui pour la

restauration collective sont donc des contenants réemployables, nécessitant souvent de changements de pratiques et d'organisations.

Détails dans l'avis du Conseil National de l'Alimentation : <https://cna-alimentation.fr/download/avis-n87-03-2021-substitution-des-contenants-composes-de-plastique-en-restauration-collective/>



RÉGLEMENTATION POUR LA RESTAURATION COLLECTIVE

La loi EGalim du 30 octobre 2018, pose un cadre d'évolution ambitieux pour la restauration collective. Elle a été complétée en 2020 et 2021 par les lois AGEC et Climat-Résilience.

En vigueur :

- > À partir de 200 couverts/jour, les gestionnaires en restauration publique doivent présenter un plan pluriannuel de diversification des protéines.
- > Développement de l'achat des produits issus des Projets Alimentaires Territoriaux (PAT).
- > Introduction d'un menu végétarien hebdomadaire en restauration scolaire. Expérimentation d'une option végétarienne quotidienne en restauration scolaire pour les collectivités volontaires
- > Information annuelle des usagers de la part des produits durables et de qualité dans les menus et de la part de produits issus des PAT. Affichage permanent de cette information dans le restaurant.
- > Fin des bouteilles d'eau plate en plastique en restauration scolaire, interdiction des ustensiles à usage unique en matière plastique (ex : gobelets, assiettes, pailles).
- > Interdiction de dénaturer toute denrée encore consommable.
- > Tous les établissements de restauration collective doivent avoir réalisé un diagnostic et défini une démarche de réduction du gaspillage alimentaire.
- > Pour les établissements produisant plus de 3 000 repas/jour, obligation de proposer un partenariat de don.

1^{er} janvier 2022

- > Au moins 50% de produits de qualité et/ou durables et/ou issus du commerce équitable, dont au moins 20% de produits issus de l'agriculture biologique (en valeur d'achat).
- > Dès 4 livraisons par semaine, le portage à domicile de repas pour les personnes âgées ou fragiles devra être fait avec de la vaisselle réemployable

1^{er} janvier 2023

- > Alternative végétarienne quotidienne obligatoire dans les restaurants de l'Etat.

1^{er} janvier 2024

- > Plan de diversification protéique et objectif de 50% de produits de qualité/durables étendus à la restauration privée. Sous-objectif de 60% de viandes et poissons plus durables pour tous (100% pour les restaurants de l'Etat)
- > Obligation de tri à la source des biodéchets

1^{er} janvier 2025

- > Interdiction des contenants alimentaires de cuisson, de réchauffe ou de service en matière plastique, en restauration scolaire, universitaire, crèche, ainsi que dans les services de pédiatrie, obstétrique et de maternité (échéance différée à 2028 pour les collectivités de moins de 2 000 habitants).
- > Objectif de réduction du gaspillage alimentaire de 50% en 2025 par rapport au niveau de 2015.

Détail à retrouver sur :

<https://optigede.ademe.fr/alimentation-durable-restaurationcollective-cadre-reglementaire>

Responsables et personnels de cuisine,
gestionnaires de restaurants collectifs,
acheteurs et élus de collectivités...

Ce guide s'adresse à vous !



5 bonnes raisons d'agir

1. Offrir une alimentation de qualité, diversifiée et équilibrée aux convives.
2. Accompagner la transition de la chaîne agro-alimentaire, avec une alimentation ancrée dans le territoire qui rémunère justement les différents acteurs.
3. Répondre aux obligations réglementaires (Loi EGAlim etc...).
4. Maîtriser les coûts, en limitant les pertes et gaspillages, en diminuant les quantités de viande, en réduisant les coûts de gestion des déchets.
5. Redonner du sens aux métiers de la restauration en mobilisant les équipes avec des projets autour de l'alimentation durable.

Les clés du succès

AGIR À TOUS LES NIVEAUX

> Au-delà de l'implication du chef de cuisine et de la sensibilisation des convives, il est essentiel de mobiliser tous les acteurs de la structure pour obtenir des résultats et pérenniser les acquis. Le panel est large : équipes de cuisine et de service, équipes administratives et pédagogiques, convives, parents d'élèves, fournisseurs et prestataires...

ETABLIR UN ÉTAT DES LIEUX

> Pour agir sur les différents leviers, il est indispensable de savoir d'où l'on part. Le diagnostic permet de fixer des objectifs adaptés, de rendre concret les gains obtenus et de valoriser les efforts de tous.

CIBLER LES ACTIONS À MENER

> Pour obtenir des résultats, il est nécessaire d'identifier des actions prioritaires immédiates et de planifier celles qui demandent plus de temps : révision des marchés, investissements, réorganisation du personnel... Mener certaines démarches en parallèle permet de faciliter leur mise en œuvre : ainsi, réduire le gaspillage alimentaire permet de réinvestir les économies réalisées dans des produits de qualité.



NOMMER UN RÉFÉRENT

> Celui-ci suivra et relancera la démarche chaque fois que nécessaire. Il est essentiel que le référent soit volontaire et motivé.

A noter : Il est possible de s'inscrire dans une démarche de progrès existante : par exemple « Mon Restau Responsable » proposé par Restau'Co et la Fondation pour la Nature et l'Homme.



<https://www.monrestauresponsable.org/>

LES OUTILS



OPTIGEDE est une boîte à outils de l'ADEME comprenant une plate-forme destinée aux acteurs de la restauration collective. De nombreuses ressources sont disponibles concernant l'approvisionnement, les pratiques alimentaires, le gaspillage alimentaire, etc... On y retrouve le rappel du cadre réglementaire, des outils pratiques et méthodologiques ainsi qu'un espace de partage d'expériences.

<https://optigede.ademe.fr/alimentation-durable-restauration-collective-cadre-reglementaire>



ma cantine

MA CANTINE est un site gouvernemental évolutif qui recense l'ensemble des productions collectives existantes et à venir du CNRC- Conseil National de la Restauration Collective (guides, bouquet de ressources du CNFPT). Il sera aussi la référence pour le dé-cryptage de la loi et le renvoi vers différents outils élaborés par des partenaires.

<https://ma-cantine.beta.gouv.fr/>

Bio et qualité pour des convives comblés !

L'approvisionnement est un levier clé pour introduire des aliments de qualité et issus de modes de production durables dans l'offre de restauration. À ce stade, il est également possible d'ancrer l'alimentation dans le territoire et de valoriser les produits et acteurs locaux. Associé aux savoir-faire des équipes professionnelles, cet approvisionnement fera la différence dans l'offre de prestation. De plus, cela répond à une évolution des attentes des convives.

QUELQUES CHIFFRES

- En 2019, **65% des établissements de la restauration collective proposent des produits bios**, selon l'Agence Bio, contre seulement 3,5% en 2007, illustrant la forte progression de la demande. Cette proportion représente 86% dans le secteur scolaire, 58% en restauration du travail et 38% en santé et social.
- En moyenne, les achats de produits bios représentent en valeur **5,6% des achats de produits alimentaires** en restauration collective, toujours selon l'Agence bio. 72% des produits bios achetés sont d'origine France, dont 50% d'origine régionale, témoignant d'une attention portée à la provenance des produits et leur ancrage dans les territoires. Les principaux produits bios achetés sont les fruits et légumes frais ainsi que les laitages.

Cette évolution répond à une attente : **90% des Français** se disent intéressés par des repas avec des produits issus de l'agriculture biologique à l'école.



Des produits durables et/ou de qualité dans les plateaux : la loi EGAlim



Liste exhaustive des produits durables et/ou de qualité « EGAlim » :

- > Les produits issus de l'agriculture biologique (à hauteur de 20 % minimum). Les produits végétaux étiquetés « en conversion » entrent dans le décompte, s'il s'agit de produits bruts ou transformés composés d'un seul ingrédient d'origine végétale et issus d'une exploitation qui est en conversion depuis plus d'un an.
- > Les produits bénéficiant des autres signes officiels d'identification de la qualité et de l'origine (SIQO) ou des mentions valorisantes suivantes : le Label rouge, l'appellation d'origine (AOC/AOP), l'indication géographique (IGP), la Spécialité traditionnelle garantie (STG), la mention « issu d'une exploitation à Haute Valeur Environnementale » (HVE), la mention « fermier » ou « produit de la ferme » ou « produit à la ferme », uniquement pour les produits pour lesquels il existe une définition réglementaire des conditions de production (œufs et laitages, volailles, viande rouge).
- > Jusqu'au 31/12/2026 uniquement, les produits issus d'une exploitation bénéficiant

de la certification environnementale HVE de niveau 2.

- > Les produits issus de la pêche maritime bénéficiant de l'écolabel Pêche durable.
- > Les produits bénéficiant du logo « Région ultrapériphérique » (RUP).
- > Les produits issus du commerce équitable

À savoir

- > La législation européenne impose le recours possible à des « produits équivalents » dans la rédaction des marchés publics. Cette équivalence reste de la responsabilité de l'acheteur, qui la détermine sur des bases d'éléments de preuve apportés par le fournisseur.
- > L'acheteur peut introduire des critères d'analyse des offres dans ses marchés publics portant sur les coûts imputés aux externalités environnementales tout au long du cycle de vie, sur la performance environnementale ou en matière d'approvisionnement direct des produits. Il n'existe pas de référentiel ou de méthodologie officiels pour ces calculs, qui sont sous la responsabilité de l'acheteur et qui permettent sous certaines conditions d'intégrer les produits achetés dans les 50%.

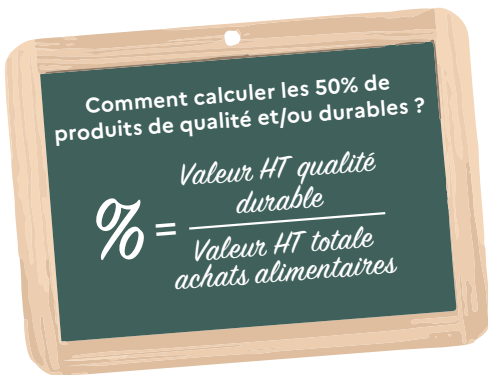
Se poser les bonnes questions

Où j'en suis ?

DIAGNOSTIC / ÉTAT DES LIEUX PAR RAPPORT À EGALIM : SAVOIR IDENTIFIER ET CALCULER

1. Le pourcentage de produits EGALim « de qualité et/ou durables », dont le bio

Ce pourcentage doit être calculé de manière séparée pour les viandes et poissons, qui bénéficient d'un sous-objectif spécifique (60% de produits de qualité et/ou durables).



2. Le pourcentage de produits issus de la production ou transformation de proximité (ou des PAT)

Pour compléter ce diagnostic et identifier les marges de progrès et les leviers, il convient d'analyser également le type de produits utilisés (frais, bruts, de saison/hors saison, 4^{ème} ou 5^{ème} gamme, part de produits transformés ou très transformés...)

Avec ce diagnostic :

- > Vous identifiez les catégories sur lesquelles des actions ont déjà été menées, pour mieux cibler les actions à venir.
- > Vous communiquez auprès des équipes et des convives ou parties prenantes, sur le point de départ et le chemin à parcourir.
- > Vous mettez en place un dispositif de collecte et de suivi pérenne de ces données.

ATTENTION :

- le taux ne se calcule pas en nombre de composantes, mais à partir des factures d'achat. En gestion directe, il sera nécessaire de mettre en place un suivi à partir des factures des fournisseurs. En gestion concédée, le suivi doit être demandé à la société prestataire. Des contrôles peuvent être effectués dans le cadre du marché.
- Les produits « locaux » n'entrent dans le calcul des 50% que s'ils répondent aux critères durables et/ou de qualité (point 1) ! Mais intégrer des produits de proximité favorise le maintien ou le développement d'emplois et de filières de qualité ancrés sur le territoire et permettent de créer du lien avec les acteurs de la production et la transformation : visites de fermes ou d'entreprises agro-alimentaire, présentation de produits par les producteurs, valorisation des métiers et savoir-faire auprès des convives...

Qu'est ce qu'un produit issu du commerce équitable ?

Le commerce équitable s'engage sur la réduction des inégalités sociales et environnementales, en garantissant notamment un prix juste pour les producteurs. Des labels garantissant des engagements précis permettent d'identifier les produits issus du commerce équitable, qu'ils concernent les échanges Nord-Sud ou origine France :

<https://ma-cantine-1.gitbook.io/ma-cantine-egalim/au-moins-50-de-produits-de-qualite-et-durables-dont-20-de-bio/untitled-1>

Qu'est-ce qu'un produit de proximité ?

Pour faciliter l'identification à partir des factures, une approche pragmatique consiste à identifier les aliments produits ou transformés sur la région administrative, et le cas échéant sur les départements limitrophes.

Retrouvez un outil d'aide au calcul : <https://ma-cantine.beta.gouv.fr/>

Comment augmenter la part de produits durables et/ou de qualité ?

1. Recenser l'offre existante et la comparer aux achats actuels :

- > Quels produits durables et/ou de qualité, dont bios, peuvent être fournis de façon locale ? De nombreux outils référencent les productions locales, notamment issues de l'agriculture biologique : Agrilocal, Manger Bio Ici et Maintenant par exemple.
- > Pour les produits non locaux : quels produits sont proposés par vos fournisseurs actuels ?

Il est généralement plus facile de se concentrer sur des catégories entières de produits : par exemple, basculer le pain, les produits laitiers et les fruits de saison en bio, acheter de la viande label rouge...

Le recensement de l'offre doit dépasser les types de produits que vous achetez habituellement pour ouvrir le champ des possibles : notamment, même si vous n'avez pas de légumerie, analyser l'offre en produits bruts peut conduire à faire évoluer votre structure ou à travailler avec d'autres restaurants du secteur.

2. Analyser les enjeux contractuels, financiers et organisationnels

En restauration concédée :

- > Quelles sont les clauses et la durée de votre contrat ?
- > Votre prestataire est-il proactif vis-à-vis de la loi EGAlim ?

En gestion directe : voir le « **Guide pratique pour un approvisionnement durable et de qualité** »

<https://www.commerceequitable.org/le-commerce-equitable/les-labels> et la boîte à outils LOCALIM des acheteurs publics de la restauration collective.

- > Quelles sont vos contraintes de marchés publics (en cours, seuils pour les contrats à renouveler) ?
- > Quelles adaptations peuvent être réalisées à court / moyen terme ?
- > Quelles sont vos contraintes sur le coût du repas ? Ces contraintes peuvent-elles évoluer ?
- > Connaissez-vous vos marges de manœuvre internes (organisationnelle, financière) ?

3. Élaborer un plan à court et moyen terme en graduant les actions

Niveau 1 : substitution d'un produit « conventionnel » par un produit similaire « EGAlim » (exemple : introduction de pain issu de l'agriculture biologique).

Niveau 2 : Faire évoluer votre plan de menus en prenant en compte la saisonnalité des produits et les ressources locales de qualité disponibles.

Niveau 3 : repenser votre organisation (délégation, légumerie, groupements...) pour une transition alimentaire durable.

INFO BUDGET

- > En restauration collective, seule une partie du coût du repas est généralement facturée au convive ! En restauration scolaire par exemple, 50 à 70% du coût du repas restent ainsi à charge de la collectivité (Source AMF 2020).
- > La part des approvisionnements dans le coût de la restauration scolaire représente « seulement » 20 à 25% du coût total ; l'essentiel des coûts est constitué par les frais de personnel.
- > Manger bio et des produits de qualité ne coûte pas toujours plus cher : 62% des collectivités ayant entrepris une démarche tournée vers un approvisionnement plus durable n'ont pas observé de surcoûts budgétaires (observatoire de la restauration collective bio et durable 2018).

- > Mettre en place un approvisionnement en produits plus respectueux de l'environnement et des producteurs, sans surcoût budgétaire, nécessite un travail simultané sur les menus, les pratiques alimentaires et la réduction des pertes.

LE + COMMUNICATION

Depuis le 1^{er} janvier 2020, vous devez informer annuellement les usagers et prévoir un affichage permanent sur le site de restauration, de la part des produits de qualité et durables et des produits issus des PAT dans les menus servis.

Au-delà de l'obligation, informer convives, salariés et parties prenantes sur ces produits, sur leur provenance, c'est valoriser les actions mises en place et le travail des hommes et femmes des filières et sur les territoires !

Le végétal, c'est un régal !

Faire évoluer vos approvisionnements va de pair avec un accompagnement de l'évolution des pratiques alimentaires de vos convives. Réduire la part de produits animaux tout en renforçant leur qualité, redonner sa place au végétal, cuisiner des produits frais et de saison, permet d'équilibrer les assiettes, en préservant la santé, l'environnement et le plaisir de nos papilles !

POURQUOI DIVERSIFIER LES SOURCES DE PROTÉINES ?

1- Pour réduire notre empreinte environnementale : les émissions de gaz à effet de serre de notre alimentation et son empreinte sol dépendent très fortement de la part de produits animaux dans l'assiette. Ainsi, un menu végétarien peut avoir une empreinte GES (Gaz à Effet de Serre) et sol 4 fois inférieure à un menu comportant de la viande bovine. Alternier les différents types de menus, via une diversification des plats pro-tidiques proposés et une adaptation des quantités de viande et poisson, permet de réduire significativement cette empreinte.

2- Pour notre santé : En France, les recommandations du PNNS (Programme National Nutrition Santé, à retrouver sur le site www.mangerbouger.fr), préconisent notamment aux consommateurs de diminuer leurs consommations de viande (bœuf, porc, mouton...) et charcuteries et de s'orienter vers une alimentation plus riche en végétaux, notamment en légumes secs, riches en protéines végétales et en fibres, en céréales complètes, sources de glucides complexes et riches en fibres, en fruits et légumes peu transformés pour les fibres, les minéraux et les vitamines.

3- Pour faire découvrir de nouveaux plats et de nouvelles saveurs aux convives : au travers de la cuisine traditionnelle comme la cuisine du monde riche en épices. Diversifier les menus avec des protéines végétales permet de développer le goût tout en se faisant plaisir !

4- Pour améliorer la qualité des produits proposés, notamment la viande : en proposer moins doit permettre de réinvestir les économies dans l'achat de viandes de qualité issues du territoire.

LA LOI EGALIM : DIVERSIFICATION DES PROTÉINES ET MENU VÉGÉTARIEN

- > Pour les restaurants collectifs servant plus de 200 couverts par jour en moyenne, les gestionnaires sont tenus de présenter à leurs structures dirigeantes un plan pluriannuel de diversification des protéines au sein de leurs menus.
- > Les cantines scolaires de la maternelle au lycée doivent proposer un menu végétarien au moins une fois par semaine.
- > A titre expérimental, les collectivités volontaires peuvent proposer une alternative végétarienne quotidienne. Les restaurants de l'Etat doivent proposer cette alternative végétarienne quotidienne.



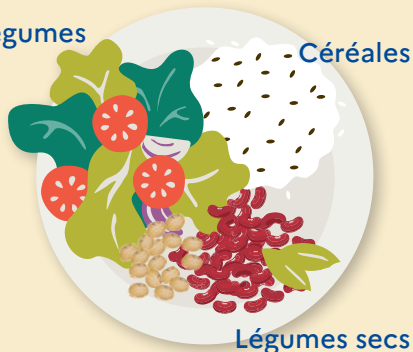
OÙ EN EST-ON EN FRANCE ?

D'après les études conduites par GreenPeace et par l'AMF en 2020, la quasi totalité des villes (73 à 89%) proposent un menu végétarien hebdomadaire en cantine scolaire, avec une bonne variété de menus proposés et une répartition équilibrée des plats principaux végétariens à base d'œufs, de produits laitiers, de produits transformés ou intégralement à base de végétaux. Cette proportion est plus faible dans les collèges (59% seulement proposent un menu végétarien hebdomadaire) et les lycées (52%), avec des plats moins diversifiés, pour moitié à base d'œufs et moins de 20% à base de végétaux uniquement.

En restauration universitaire ou d'entreprise, les alternatives végétariennes se développent en réponse à la demande sociétale notamment, éventuellement sur l'impulsion d'initiatives telles que le «Lundi vert» ou «Jeudi veggie».

ASSIETTE VÉGÉTARIENNE

Légumes



Céréales

Légumes secs

Un menu végétarien exclut toutes viandes rouges, viandes blanches, poissons, mollusques et crustacés. Mais il peut contenir des produits issus des animaux comme les produits laitiers ou les œufs.

DES FREINS QUI PERSISTENT

Manque de connaissances des bienfaits nutritionnels des végétaux ou de la réglementation, besoin de compétences en cuisine adaptées au végétal - les formations initiales ne prévoient pas encore les plats végétariens, blocage culturel, force de l'habitude, les freins restent nombreux !

POINTS CLÉS

1- Savoir d'où vous partez : qui établit les menus ? Des menus végétariens sont-ils déjà servis, à tous ou comme une proposition alternative ? A quelle fréquence ? Existe-t-il des réticences dans les équipes de cuisine, de service, parmi les convives ?

2- Mettre en œuvre un plan d'action : identifier les recettes, établies de préférence à partir de produits bruts, les produits, si possible locaux et de qualité et repérer les fournisseurs ; revoir le plan de menus ; accompagner et former les équipes.

3- Sensibiliser les convives : en amont en lien avec les équipes pédagogiques, dans le cas de la restauration scolaire ; lors de la présentation de nouveaux plats, par le biais de journées thématiques, en se rapprochant d'une initiative nationale type «Lundi vert», en proposant une dégustation via une communication dédiée ou en faisant intervenir un fournisseur.

4- Evaluer la satisfaction des convives, ajuster les recettes, et ne pas se décourager : en restauration scolaire, un nouveau plat doit être présenté 7 fois pour être apprécié !

Végétaliser vos menus !

Les recommandations du Conseil National de la Restauration Collective : préserver la diversité des plats végétariens proposés

PRIVILÉGIER & AUGMENTER

- > Le «fait maison»
- > Les produits bruts
- > Les plats à base de légumes secs
- > Les féculents complets ou semi-complets
- > Les fruits et les légumes

LIMITER & PROPOSER EN ALTERNANCE

- > Les produits ultra-transformés (additifs et qualité nutritionnelle)
- > Les plats à base de fromage (riches en acides gras saturés)
- > Les plats à base de soja (vecteurs de phyto-oestrogènes)
- > Les plats à base d'oeuf (pour la diversité)

LES OUTILS

Le Conseil National de la Restauration Collective (CNRC) a élaboré un guide avec des recommandations nutritionnelles et de fréquence pour la restauration scolaire, ainsi qu'un recueil de recettes adaptées à la restauration collective.

<https://agriculture.gouv.fr/restauration-scolaire-tout-savoir-sur-le-menu-vegetarien-hebdomadaire>

EXEMPLES DE PLATS À PROPOSER EN ALTERNANCE



A INTÉGRER EN PRIORITÉ
Plats protidiques à base de légumes secs et/ou céréales

- > Dahl de lentilles corail
- > Chili sin carne
- > Tajine de falafels et légumes



A ALTERNER
Plats protidiques à base d'oeufs

- > Omelette
- > Oeuf dur
- > Tortilla



A ALTERNER
Plats protidiques à base de fromage

- > Lasagne fromage et légumes
- > Pané fromager
- > Pâtes farcies aux fromage



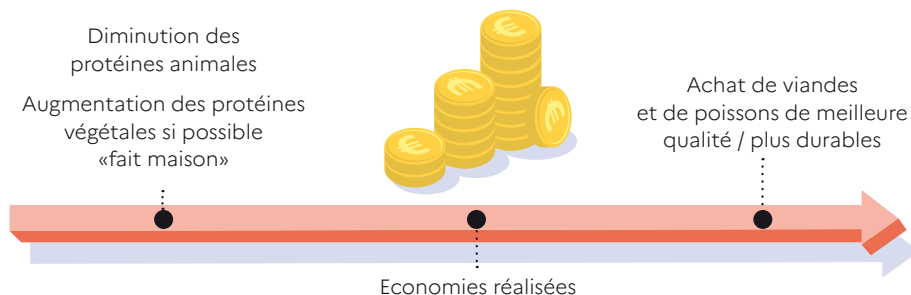
A ALTERNER
Plats protidiques transformés prêts à l'emploi

- (avec ou sans soja)
- > Nuggets végétariens
 - > Tofu
 - > Boulettes

MOINS MAIS MIEUX, TOUT LE MONDE Y GAGNE !

Réduire la part des produits animaux, qui représentent une part importante du coût des approvisionnements, soit en introduisant des repas végétariens à fréquences régulières ou comme alternative quotidienne, soit en jouant sur la taille des portions, permet généralement de réaliser des économies si les alternatives sont « faites maison ».

Celles-ci peuvent être réinvesties dans l'achat de produits de qualité, plus durables et issus du territoire : viande, poisson, œufs, produits laitiers, mais également fruits, légumes, céréales. Ainsi d'après l'Observatoire de la Restauration Bio et Durable, plus les cantines introduisent de menus végétariens, plus la viande proposée est bio et locale.



POURQUOI CONSOMMER DE SAISON ?

> **Pour les bienfaits nutritionnels et la qualité gustative des produits** : la consommation de produits de saison garantit des apports diversifiés en nutriments et favorise la couverture de l'ensemble des besoins en vitamines et minéraux. De plus, certains fruits et légumes de saison apportent des nutriments qui sont plus adaptés à des besoins plus spécifiques liés aux saisons, par exemple, en hiver les agrumes riches en vitamine C renforcent le système immunitaire. Tandis qu'en été, les fruits et légumes colorés sont riches en bêta-carotène qui prévient les effets du soleil sur la peau et en eau pour participer à la bonne hydratation de l'organisme.

> **Pour limiter son impact environnemental** :

Les cultures de produits hors saison sont très consommatrices d'énergie en raison du chauffage des serres. S'il s'agit de produits importés, le transport longue distance génère des dépenses énergétiques et des émissions de GES importantes.

Ex : 4 fois plus de kg eq CO₂ générés par une tomate produite hors saison par rapport à la même tomate produite à la bonne saison.

Voir le site : <https://mesfruitsetlegumesdesaison.fr/>



Astuces :

Concevoir les menus à l'aide d'un calendrier de produits de saison.

Inscrire sur les menus « fruits de saison » pour se laisser la possibilité d'adapter en fonction des disponibilités du moment, qui peut dépendre de la météo !



Priorité à la lutte contre le gaspillage alimentaire

Il n'y a plus à convaincre sur l'évidence que lutter contre le gaspillage alimentaire en restauration collective est devenu incontournable. C'est également une étape indispensable à une politique alimentaire durable.

CHIFFRES CLÉS

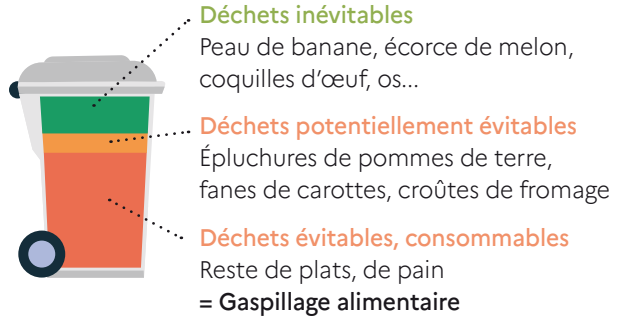
Le gaspillage alimentaire représente en France 10 millions de tonnes perdues sur l'ensemble de la chaîne alimentaire. 8% seraient attribués à la restauration collective.

Rapporté à chaque assiette, le gaspillage semble très faible (120 g en moyenne), mais rapporté à l'ensemble de l'établissement, les chiffres prennent une autre dimension : pour un restaurant servant 500 convives en moyenne 200 jours par an, le gaspillage alimentaire représente entre 15 et 20 tonnes par an, soit en termes de budget entre 30 000 et 40 000 euros par an de produits jetés.

OÙ J'EN SUIS ?

La clé de toute action de lutte anti-gaspi : le diagnostic de départ.

Que vous soyez débutant ou bien rodé à l'exercice de pesée, il est indispensable de réaliser régulièrement des campagnes de pesées pour suivre l'évolution du gaspillage alimentaire.



Plus les pesées seront fines, plus les actions mises en place seront adaptées et efficaces.

Mais réaliser des pesées ne s'improvise pas.

- > Quels aliments peser ?
- > Sur quelle durée ?
- > De quel matériel avez-vous besoin ?
- > Comment convertir les résultats en euros ?

LES OUTILS

Pour vous aider à réaliser vos pesées et vous permettre de saisir vos données, l'ADEME met à disposition un **tableur en libre accès**. Il vous permet de :

- > Repérer les aliments les plus gaspillés
- > Visualiser l'impact économique
- > Avoir une estimation de l'impact GES

Consultez le **tableur et la fiche mémo**

<https://www.optigede.ademe.fr/alimentation-durable-restauration-collective-outils-pratiques>



LES COÛTS CACHÉS DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Les pertes financières ne se limitent pas au prix d'achat des denrées non consommées. 60% sont en effet attribués à des coûts indirects mais bien réels !

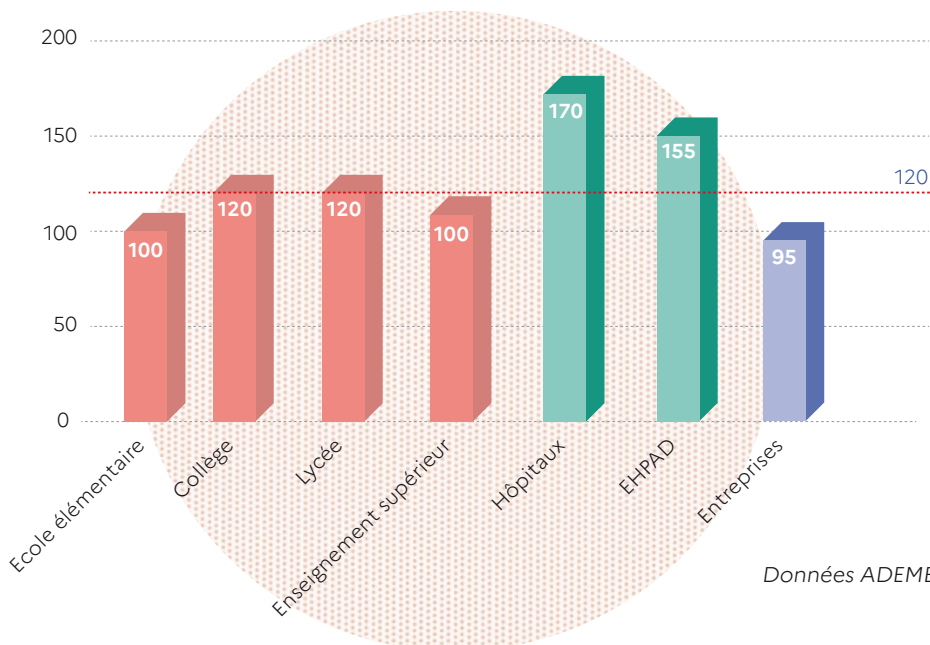
- > L'énergie pour la cuisson, la conservation...
- > Les moyens humains pour la préparation, le service, le nettoyage, etc.
- > La gestion des déchets

SE COMPARER

Il est indispensable de vous comparer avec un établissement équivalent :

- > Secteur (scolaire, santé, entreprise)
- > Mode de gestion (directe ou concédée)
- > Mode de liaison (cuisine sur place ou en liaison depuis une cuisine centrale)

GASPILLAGE MOYEN EN RESTAURATION COLLECTIVE (en grammes par convive)



Régulièrement, l'ADEME récolte des données auprès des établissements, en 2020, ce sont plus de 1800 pesées qui permettent d'avoir une idée de l'évolution et de la répartition du gaspillage alimentaire.

Quelles conséquences des modes de gestion et de distribution ? Quelle répartition des restes d'assiette ? Pour en savoir plus, consultez l'infographie <https://www.ademe.fr/gaspillage-alimentaire-restauration-collective>



LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

DU DIAGNOSTIC AU PLAN D' ACTIONS

Les chiffres seuls ne sont qu'un indicateur parmi d'autres. Il est important de regarder à la loupe l'ensemble des causes possibles :

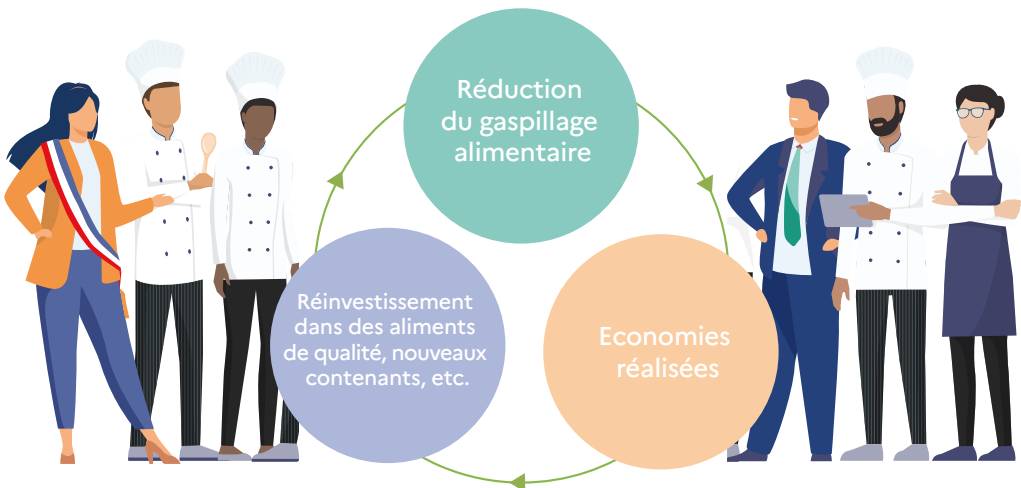
IDENTIFICATION DES PRINCIPALES CAUSES DE GASPILLAGE ALIMENTAIRE DU RESTAURANT	
Menu	Le menu est-il adapté aux convives ? Les convives sont-ils invités à faire part de leur avis ?
Production	Existe-t-il des variations importantes entre le nombre de convives prévu par le chef et l'effectif réel ?
Gestion des surplus	Même en ajustant au mieux, peut-il encore y avoir des excédents ? Pourquoi ?
Service	Les portions sont-elles adaptées aux différents faims ? L'environnement est-il propice pour déjeuner ? S'il y a des enfants, sont-ils accompagnés dans leur choix ?
Consommation	Quels sont les aliments prioritairement concernés par le gaspillage : pain, viande, légumes, féculents ?

En fonction des résultats du diagnostic, chaque structure devra identifier les actions qui lui permettront de réduire efficacement son gaspillage.

C'est en associant l'ensemble de vos équipes (cuisine, service, encadrement, gestionnaire, convives) que les actions pourront être proposées et testées. **Il sera ainsi possible d'agir à 3 niveaux :**

Production - menu 1	Service - distribution 2	Consommation 3
Le chef et le gestionnaire	Le personnel de cuisine et d'accompagnement	Les convives et les professionnels du site
pour changer les pratiques afin de réduire les quantités commandées	pour changer les pratiques afin d'ajuster les quantités servies et mieux accompagner les convives	pour sensibiliser au gaspillage et, plus largement, à l'équilibre alimentaire

BONNES PRATIQUES, VERS UNE BOUCLE VERTUEUSE :



À l'action !

Mobiliser l'ensemble des établissements scolaires d'une collectivité : opération 1000 écoles et collèges. Découvrez le bilan de l'opération et les résultats encourageants !

<https://librairie.ademe.fr/consommer-autrement/1180-bilan-de-l-operation-1000-ecoles-et-colleges-contre-le-gaspillage-alimentaire.html>

Parmi les causes qui reviennent souvent en restauration collective, **les questions de grammages et de portions**. Afin de clarifier les obligations et les recommandations, un guide regroupant des retours d'expériences très utiles est disponible.

<https://librairie.ademe.fr/dechets-economie-circulaire/769-reduire-le-gaspillage-alimentaire-en-restauration-collective-recommandations-et-bonnes-pratiques-pour-ajuster-les-grammages-des-portions.html>

A la recherche d'une action originale ? Testez le « **panier anti-gaspi** » ! : une fois les actions menées sur les quantités et la qualité, et sur le don si l'organisation le permet, il est possible d'envisager la vente de paniers constitués des excédents de préparation non servis.

<https://librairie.ademe.fr/dechets-economie-circulaire/3910-panier-anti-gaspi-en-restauration-collective-guide-operationnel.html>

Et si vous commenciez par mesurer le pain ?

Quoi de plus facile ? Le pain est l'aliment le plus facile à manipuler et à isoler quand vous souhaitez repérer les pertes alimentaires. Pour combiner l'exercice avec une touche de sensibilisation et de pédagogie, le mieux est d'utiliser le fameux « gachimètre ». Une vidéo tutorielle pour réaliser un « gachimètre » est disponible pour en fabriquer un à moindre coût.

<https://www.youtube.com/watch?v=tulr46M1ne0>

Et retrouvez le guide complet « **Réduire le gaspillage alimentaire en restauration collective** »

<https://librairie.ademe.fr/dechets-economie-circulaire/1912-reduire-le-gaspillage-alimentaire-en-restauration-collective-9791029708794.html>

Retrouvez des modèles de conventions de don avec les associations d'aide alimentaire

<https://agriculture.gouv.fr/don-alimentaire-un-modele-de-convention-entre-distributeur-et-associations>



EN RÉSUMÉ

Les leviers à mettre en place pour se diriger vers une alimentation durable en évitant un surcoût budgétaire



Mettre en place des actions autour de l'alimentation durable dans votre établissement vise avant tout à redonner de la valeur à l'alimentation et au repas :

- > Redonner du sens au travail en cuisine
- > Rappeler d'où viennent les aliments et tout le travail nécessaire pour produire un aliment savoureux
- > Prioriser la qualité par rapport à la quantité
- > Faire du repas un moment de plaisir et de partage pour les convives : découverte de saveurs, plaisir des papilles, détente
- > Disposer d'un projet fédérateur pour tout l'établissement

Les clés pour réussir

SUIVRE RÉGULIÈREMENT LES RÉSULTATS SUR LES DIFFÉRENTS VOLETS

- > Le plan d'actions doit prévoir des objectifs quantifiés (dates, valeurs). Il est indispensable d'en assurer un suivi pour mesurer le chemin parcouru, avec une mise à jour des objectifs, si nécessaire.
- > Si elle existe, la commission « menu ou restauration » peut être un bon support.

INTÉGRER LES ACTIONS RÉUSSIES DANS LES PROCÉDURES

- > Intégrer les nouvelles pratiques dans les procédures de la structure, les fiches de poste et les consultations auprès des professionnels.
- > Prévoir une formation continue des professionnels sur le sujet.
- > Mobiliser régulièrement les différents acteurs.

COMMUNIQUER LES RÉSULTATS

Communiquer auprès des convives par différents biais : affichage sur site et sur le menu, site internet, lettre aux parents...

Organiser régulièrement des actions de communication autour des différents volets :

- > Invitation de producteurs à parler de leur métier ou visites de fermes, d'industries agro-alimentaires.
- > Intervention de nutritionnistes en lien avec les professeurs de sciences, l'infirmière de l'établissement...
- > Organisation de pesées et d'actions de mise en évidence du gaspillage alimentaire



Ces actions pourront se dérouler lors d'événements annuels :

- > La semaine du développement durable en juin.
- > La journée internationale de lutte contre le gaspillage alimentaire (29 septembre).
- > La semaine du goût en octobre.
- > La journée internationale de l'alimentation (16 octobre).
- > La semaine européenne de la réduction des déchets (novembre).

Pour aller plus loin

A qui faire appel pour vous accompagner dans votre démarche ?

> **Votre structure de tutelle ou de gestion :**
Collectivité locale, Conseil départemental, Conseil Régional, Rectorat...

> **Les structures de l'Etat :**
Agence régionale de santé, DRAAF, ADEME

> **Certains organismes de formation :**
CNFPT, IREPS...

> **Des associations locales :**
éducation, environnement, consommation, REGAL

> **Des réseaux nationaux / associations / syndicats :**
Restau'Co, AGORES...
(Charte Qualité Durable)

LES OUTILS

Une exposition sur l'alimentation durable pour les collègues :
<https://bibliothec.ademe.fr/consommer-autrement/1355-enjeu-planetaire-l-alimentation-durable-un.html>

Mtaterre, alimentation et environnement :
<https://www.mtaterre.fr/l'alimentation-durable>

OÙ TROUVER DES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

ADEME :

Centre de ressources pour la restauration collective :
<https://www.optigede.ademe.fr/alimentation-durable>

Site à destination des collégiens, lycéens, étudiants et leurs enseignants :
<https://www.mtaterre.fr/l'alimentation-durable>

Site à destination des collectivités et du secteur public :
<https://www.ademe.fr/collectivites-secteur-public/integrer-lenvironnement-domaines-dintervention/alimentation-durable-gaspillage-alimentaire>

Site à destination des citoyens :
<https://agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/conso/alimentation>

Guide sur les enjeux de l'alimentation sur l'environnement :
<https://bibliothec.ademe.fr/produire-autrement/2216-alimentation-et-environnement-9791029701955.html>

Etude sur les Freins et leviers à la mise en œuvre d'une restauration scolaire plus durable
<https://bibliothec.ademe.fr/consommer-autrement/4556-freins-et-leviers-pour-une-restauration-collective-scolaire-plus-durable.html>

ETAT :

MA CANTINE : <https://ma-cantine.beta.gouv.fr/>

L'ADEME remercie les personnes ayant contribué à la relecture de ce guide :

Vincent Dantonel (Framheim)

Corinne Delamaire (Santé Publique France)

Alice Gueudet et Prisca Van Paassen (ADEME)

Nathalie Jolliot (CNFPT)

Virginie Lanlo (AMF)

Frederika Lhuissier et Valérie Merle (MAA)

Sylvestre Nivet (AGORES)

L'ADEME EN BREF

À l'ADEME – l'Agence de la transition écologique – nous sommes résolument engagés dans la lutte contre le réchauffement climatique et la dégradation des ressources.

Sur tous les fronts, nous mobilisons les citoyens, les acteurs économiques et les territoires, leur donnons les moyens de progresser vers une société économe en ressources, plus sobre en carbone, plus juste et harmonieuse.

Dans tous les domaines - énergie, air, économie circulaire, alimentation, déchets, sols, etc., nous conseillons, facilitons et aidons au financement de nombreux projets, de la recherche jusqu'au partage des solutions.

À tous les niveaux, nous mettons nos capacités d'expertise et de prospective au service des politiques publiques.

L'ADEME est un établissement public sous la tutelle du ministère de la Transition écologique et du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation.

Les collections de l'ADEME



ILS L'ONT FAIT

L'ADEME catalyseur :

Les acteurs témoignent de leurs expériences et partagent leur savoir-faire.



EXPERTISES

L'ADEME expert :

Elle rend compte des résultats de recherches, études et réalisations collectives menées sous son regard.



FAITS ET CHIFFRES

L'ADEME référent :

Elle fournit des analyses objectives à partir d'indicateurs chiffrés régulièrement mis à jour.



CLÉS POUR AGIR

L'ADEME facilitateur : Elle élabore des guides pratiques pour aider les acteurs à mettre en oeuvre leurs projets de façon méthodique et/ou en conformité avec la réglementation.



HORIZONS

L'ADEME tournée vers l'avenir :

Elle propose une vision prospective et réaliste des enjeux de la transition énergétique et écologique, pour un futur désirable à construire ensemble.



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



CLÉS POUR AGIR

VERS UNE ALIMENTATION PLUS DURABLE EN RESTAURATION COLLECTIVE

Besoin vital, notre alimentation doit devenir plus respectueuse de l'environnement tout en restant accessible à tous. La restauration collective porte à ce titre de nombreux enjeux tout en étant soumise à de nombreuses contraintes réglementaires et économiques.

A destination des acteurs de la restauration collective, ce guide pratique a été conçu afin d'apporter des éléments concrets sur la mise en place d'une alimentation durable dans leurs structures, notamment dans le cadre de la mise en œuvre de la loi EGalim.

Au travers des piliers de l'alimentation durable, vous y trouverez les ingrédients pour y arriver : des chiffres clés pour vous comparer, des informations pour comprendre, des éléments de méthode, des outils pratiques...

A vous de jouer !

Qu'est ce qu'une alimentation durable en restauration collective ?

Comment répondre à la loi EGalim ?

Introduire des produits de qualité ou bio, changer ses pratiques, comment faire à budget contraint ?

Comment réduire le gaspillage alimentaire ?

Les réponses dans ce guide...



www.ademe.fr

011195



9 791029 715815