



METTRE EN PLACE UNE RESTAURATION COLLECTIVE DURABLE

Les préoccupations croissantes des consommateur.trice.s pour une alimentation saine, biologique, locale, s'expliquent par leur volonté de répondre aux problèmes sanitaires et environnementaux de notre époque.

L'augmentation du végétarisme peut s'expliquer pour les mêmes raisons, mais aussi par la volonté de certain.e.s consommateur.trice.s de résoudre les problèmes de bien-être animal et/ou de déforestation. La production de viande est également très consommatrice d'eau.

En élevage industriel, la production d'un kilo de bœuf absorbe par exemple 13 500 litres d'eau

(source : Le Monde, *Pourquoi la viande est-elle si nocive pour la santé ?*, 2018).



Manger végétarien, c'est avant tout lutter contre le réchauffement climatique : une étude d'Oxford a montré que les végétarien.ne.s émettent 3,81 kilos équivalent CO₂ contre 5,63 pour les consommateur.trice.s de viande moyen.ne.s (source : *Libération*, « Les végétaliens et vegans ont-ils un impact environnemental moins important que ceux qui mangent de la viande ? »).

DESCRIPTION DE L' ACTION

Afin de répondre à ces nouveaux besoins, il est possible de mettre en place au sein de votre structure, ou de veiller à ce que votre restaurant d'entreprise ait mis en place, une restauration durable, composée en partie de menus biologiques, locaux, en partie végétariens, et sans emballages plastiques.



LES OBJECTIFS DE DÉVELOPPEMENT DURABLE CONCERNÉS



ÉTAPES DE MISE EN ŒUVRE DE L'ACTION ET PARTIES PRENANTES À MOBILISER

1 • Bien penser son projet et mettre en place une équipe de salarié.e.s volontaires



Interroger ses collègues pour savoir qui souhaiterait vous aider à monter le projet.



Définir et connaître précisément ses besoins : consulter les membres de la structure pour savoir combien de personnes :

- **souhaiteraient manger végétarien,**
- trouvent important de passer à **une alimentation biologique et/ou locale.**



Fixer des **objectifs** clairement définis en termes de **qualité de nourriture** ; cela peut se traduire par la rédaction d'une charte co-signée par les salarié.e.s.



Impliquer la direction et la gouvernance de votre structure dans ce projet.



>>> ÉTAPES DE MISE EN ŒUVRE DE L'ACTION ET PARTIES PRENANTES À MOBILISER

2 • Identifier des leviers financiers pour pouvoir ensuite acheter des produits de meilleure qualité

a / La lutte contre le gaspillage alimentaire comme premier levier financier. Cette étape nécessite de mobiliser tant le personnel de cuisine, que les membres de la structure.

- 

Regarder les dates : si c'est écrit « à consommer de préférence avant le » (et non « à consommer avant le »), je peux manger mon aliment bien après la date dépassée.
- 

Laisser le choix à chacun.e de **choisir sa portion en fonction de ses besoins**.
- 

Repenser la poubelle : mettre plutôt des bacs avec une inscription « **Stop au gaspillage alimentaire !** » et des infographies qui rappellent les chiffres-clés du gaspillage alimentaire chaque année afin de responsabiliser les membres de la structure.
- 

Proposer comme alternative aux salarié.e.s des **tupperwares fournis par la structure**, ou leur proposer d'apporter leur propre tupperware, **pour ramener leurs restes à la maison**.
- 

Contactez des associations locales de lutte contre la précarité ou de lutte contre le gaspillage alimentaire pour leur proposer de leur donner les produits achetés et non consommés.

b / Proposer des menus végétariens permet également de réduire les dépenses : utiliser pour cela plus de produits frais, et de légumineuses, des céréales, et moins de protéines animales.

- 

La mise en place d'une restauration plus durable, en proposant des plats végétariens permet tout d'abord de **rendre plus attractif votre service de restauration collective**, en diversifiant les choix proposés, afin de pouvoir également **répondre à la diversité des besoins des salarié.e.s** de votre structure.
- 

Cela permet aussi de **répondre aux préoccupations croissantes** des salarié.e.s, qui s'expliquent par leur volonté de répondre aux **problèmes sanitaires et environnementaux** de notre époque, ainsi qu'aux **problèmes de bien-être animal et/ou de déforestation**.



Selon l'Association Végétarienne de France, « un **repas équilibré** est généralement composé d'une **source de céréales complètes**, de **légumineuses et/ou de tubercules** (sources majeures de protéines, glucides et fibres), ainsi que de **légumes et fruits** (source de vitamines et minéraux).

Choisissez de préférence des **fruits et légumes frais** et des **produits complets**. Les substituts de viande (produits à base de soja, burgers végétariens ou légumes secs) ne doivent pas automatiquement être présents à chaque repas, mais ils constituent une alternative intéressante pour les situations où le temps de préparation devient un facteur contraignant. »

(source : Association Végétarienne de France, *Une alimentation équilibrée*)

INDICATEURS d'évaluation et de suivi de l'action

(indicateurs fournis à titre indicatif)

INDICATEURS QUANTITATIFS



Nombre de jours par semaine où il est proposé un menu végétarien au sein du restaurant d'entreprise



Nombre de végétarien.ne.s/ flexitarien.ne.s inscrit.e.s par an ou semestre



Évolution du gaspillage alimentaire (les menus végétariens sont supposés entraîner moins de gaspillage alimentaire) : **tonnage de biodéchets jetés à la cantine par mois**



Évolution du coût des repas par an (supposé baisser)

INDICATEURS QUALITATIFS



Satisfaction des salarié.e.s de la structure de disposer d'un service de restauration durable

>>> ÉTAPES DE MISE EN ŒUVRE DE L'ACTION ET PARTIES PRENANTES À MOBILISER

3 • Utiliser ces gains financiers pour acheter des produits de meilleure qualité, et de préférence issus de l'agriculture biologique et locaux



Proposer l'idée à la personne en charge des achats de denrées alimentaires.



Consulter les cuisinier.ère.s pour leur parler de l'idée, et pour voir avec eux, elles comment mettre en place les nouveaux menus, et quelles seraient les différentes possibilités.



Avoir une connaissance fine des produits locaux disponibles et des structures en capacité d'approvisionner afin d'orienter ses besoins.



Choisir ses menus :

- Produits de base : boulghour, riz long blanc, couscous, pâtes
- Légumineuses à intégrer avec les céréales
- Légumes
- Protéines : penser à réduire la viande et ajouter des protéines végétales



Contacteur des fournisseurs pour connaître ou négocier les tarifs. Si possible, privilégier des fournisseurs qui proposent du vrac sans emballage.



Commander en quantité adaptée aux besoins réels afin d'éviter le gaspillage alimentaire.



Pour aller plus loin

Consulter, sur le site de l'Association Végétarienne de France, le guide « [Menus alternatifs dans les collectivités](#) »



Dans ce document, vous pourrez trouver des exemples de menus végétariens proposés par l'Alsacienne de Restauration, ainsi que par un chef cuisinier. Vous y trouverez également différentes sources d'approvisionnement dans toute la France.

• WWF, [Vers une alimentation bas carbone](#)

Quels produits choisir pour des menus plus durables ?

— Les signes d'identification de la qualité et de l'origine —



le label rouge, attestant la qualité supérieure



l'appellation d'origine



l'indication géographique et la spécialité traditionnelle garantie, attestant la qualité liée à l'origine ou à la tradition



la mention « agriculture biologique », attestant la qualité environnementale

— Les mentions valorisantes —



la dénomination « montagne »



la mention « issus d'une exploitation de haute valeur environnementale »



le qualificatif « fermier » ou la mention « produit de la ferme » ou « produit à la ferme »



les termes « produits pays » dans les territoires ultramarins

Sources : Association Végétarienne de France, [Menus alternatifs dans les collectivités](#) • Association Végétarienne de France, [Une alimentation équilibrée](#) • Libération, « [Les végétaliens et vegans ont-ils un impact environnemental moins important que ceux qui mangent de la viande ?](#) », 2018 • Le Monde, [Pourquoi la viande est-elle si nocive pour la santé ?](#), 2018 • WWF, [Vers une alimentation bas carbone](#) • ARPE Midi-Pyrénées, [Guide «comment concilier restauration collective et développement durable ?](#) » • ADEME : <https://www.ademe.fr/>