

## Compte-rendu de la Journée technique

« Des menus végétariens, savoureux et sans gaspillage en restauration collective, c'est possible ! »

**Mercredi 27 septembre 2023**

**à Mouthiers-sur-Boëme - Charente**



**Journée co-organisée avec Grand Angoulême**



Avec le soutien de :



### **Animation de la journée assurée par l'équipe du CREPAQ :**

- Dorothée DESPAGNE GATTI, Directrice
- Charlotte BOULAY, Chargée de mission transition écologique
- Matthias IACONO, Chargé de mission transition écologique
- Marion SALOMÉ, Chargée de mission transition écologique

### **Objectifs de la journée technique :**

L'objectif de la journée est **d'apporter des solutions et des approches complémentaires aux problématiques que rencontrent les services de restauration collective dans la mise en place des menus végétariens hebdomadaires**, imposée par la Loi Climat et résilience depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2021 en restauration scolaire.

**Lieu** : Salle Gilles Ploquin, Mouthiers-sur-Boëme (16)

**Nombre de participants** : 28

### **La journée technique était structurée en quatre temps :**

- Introduction de la journée, présentation du CREPAQ, du RÉGAL Nouvelle-Aquitaine et des enjeux liés aux menus végétariens ;
- Interventions et témoignages : Mouthiers-sur-Boëme, La Couronne et Fléac ;
- La pause-déjeuner préparée par la commune de Mouthiers-sur-Boëme et offerte par le Grand Angoulême ;
- Ateliers participatifs animés par les membres du CREPAQ.

## JOURNÉE TECHNIQUE DU RÉGAL NOUVELLE-AQUITAINE

Organisée et animée par le CREPAQ en partenariat avec le PAAT du Grand Angoulême

**Mercredi 27 septembre 2023**

**À la salle Gilles Ploquin – Mouthiers-sur-Boëme (16)**

### DES MENUS VÉGÉTARIENS SAVOUREUX ET SANS GASPILLAGE EN RESTAURATION COLLECTIVE, C'EST POSSIBLE !

- 09h00 **Accueil des participants et café de bienvenue offert par le Grand Angoulême et le CREPAQ**
- 09h30 **Introduction de la journée**
- 09h45 **Présentation du CREPAQ et du RÉGAL Nouvelle-Aquitaine – Rappel du contexte réglementaire en restauration collective**  
Dorothee DESPAGNE GATTI, Directrice du CREPAQ
- 10h00 **Le PAAT du Grand Angoulême s'engage en faveur des menus végétariens en restauration scolaire**  
Audrey LANNURIEN, Chargée de mission Agriculture et Alimentation au Grand Angoulême
- 10h15 **Les enjeux nutritionnels, environnementaux et financiers liés aux menus végétariens**  
Marion SALOMÉ, Chargée de mission Transition écologique au CREPAQ
- 10h45 **Pause**
- 11h00 **Témoignages et table ronde : Comment introduire les menus végétariens, sans générer de gaspillage alimentaire supplémentaire, en impliquant l'ensemble des parties prenantes ?**  
- Noëlle JOUVIN, Diététicienne à Mouthiers-sur-Boëme  
- Jacky BONNET, Maire adjoint de la Couronne en charge de la restauration collective et Léo POMETTI, coordinateur périscolaire à La Couronne  
- Daniel BAUD BERTHIER, Gestionnaire de la restauration scolaire de Fléac
- 12h30 **Repas convivial préparé par la commune de Mouthiers-sur-Boëme et offert par le Grand Angoulême**
- 13h30 **Atelier collectif de partage de recettes végétariennes à succès**
- 14h00 **Ateliers participatifs**  
- Comment composer un menu sans viande ni poisson ?  
- Comment mettre en valeur un produit peu apprécié ou connu ?
- 15h45 **Conclusion de la journée**

**Salle Gilles Ploquin**  
34 avenue du 24 août 1944,  
16440 Mouthiers-sur-Boëme



Association CREPAQ  
6 rue des Douves -33800  
Bordeaux  
[www.crepaq.org](http://www.crepaq.org)  
[www.reseau-regal-aquitaine.org](http://www.reseau-regal-aquitaine.org)

Contact journée technique :  
Charlotte BOULAY  
[charlotte.boulay@crepaq.org](mailto:charlotte.boulay@crepaq.org)  
Tél : 05 35 54 80 23

Grand Angoulême  
25 Boulevard Besson Bey  
16000 Angoulême  
<http://www.grandangouleme.fr/>

Contact journée technique :  
Audrey LANNURIEN  
[a.lannurien@grandangouleme.fr](mailto:a.lannurien@grandangouleme.fr)  
Tél : 06 29 51 08 79

Avec le soutien de :

## I – Accueil et introduction de la journée

### 1.1. Accueil

Les participants ont été accueillis à l'entrée de la salle Gilles Ploquin pour signer la feuille d'émargement. Ils ont ensuite été invités à prendre un café d'accueil offert par le CREPAQ et le Grand Angoulême.



### 1.2. Introduction de la journée et présentations

- Michel CARTERET, maire de Mouthiers-sur-Boëme ;
- Dorothee DESPAGNE-GATTI, directrice du CREPAQ.

**Dorothee DESPAGNE GATTI** a souhaité la bienvenue aux participants, en rappelant les objectifs de mise en réseau des acteurs de la Nouvelle-Aquitaine œuvrant à la lutte contre le gaspillage alimentaire et à la promotion d'une alimentation durable.

**Michel CARTERET** a rappelé que la ville de Mouthiers-sur-Boëme est investie dans le bien manger à l'école car l'alimentation joue un rôle primordial pour notre santé et qu'il est du devoir des communes de garantir une bonne alimentation à l'école. L'obésité infantile est de plus en plus présente et l'école doit être considérée comme un levier d'action de prévention pour insuffler de bonnes habitudes alimentaires dès le plus jeune âge.



**Dorothee DESPAGNE-GATTI** a ensuite introduit la journée par une présentation du programme.

## II – Intervention du CREPAQ

### 2.1. Présentation du CREPAQ et du RÉGAL Nouvelle-Aquitaine

– Dorothee DESPAGNE GATTI, directrice, CREPAQ



**Présentation du CREPAQ**

**Statuts** : Association régionale loi 1901 à but non lucratif d'intérêt général, créée en 1996

**Objet** : Agir pour la transition écologique et solidaire dans la région Nouvelle-Aquitaine en mobilisant les citoyens et acteurs des territoires dans une démarche « Penser global, Agir local »

**5 Missions** : Information et sensibilisation ; Accompagnement ; Éducation à l'environnement ; Formation ; Études et expertises

**8 pôles thématiques**

**Équipe** : 6 salariés

**Siège social** : Bordeaux

- Lutte contre le gaspillage alimentaire
- Prévention des déchets & économie circulaire
- Éco-consommation
- Éco-mobilité
- Alimentation durable
- Climat & Énergie
- Associations d'usagers
- Qualité environnementale

**Le RÉGAL Nouvelle-Aquitaine : prévenir le gaspillage alimentaire**

→ Réseau créé et animé par le CREPAQ

→ Depuis 2013

→ Soutien des partenaires institutionnels

→ Mobiliser l'intelligence collective des acteurs néo-aquitains de la chaîne alimentaire afin de contribuer à la mise en œuvre des lois qui encadrent le gaspillage alimentaire

→ Rencontres, sensibilisation des élus locaux, conférences débats, webinaires, politiques publiques territoriales...

**Cette année, le CREPAQ fête les 10 ans du RÉGAL Nouvelle-Aquitaine !**

**Le RÉGAL Nouvelle-Aquitaine : prévenir le gaspillage alimentaire**

1<sup>er</sup> réseau d'acteurs régional de lutte contre le gaspillage alimentaire en France

→ De par sa création, il y a 10 ans, une première en France, qui a servi de référence à d'autres créations de RÉGAL régionaux

→ De par l'étendue de sa couverture géographique (12 départements)

→ De par l'ampleur de son programme d'animation

### 2.2. Rappel du contexte réglementaire

– Charlotte BOULAY, Chargée de mission transition écologique, CREPAQ

**Réduction du gaspillage alimentaire en restauration collective**

**Définition du gaspillage alimentaire**  
→ Depuis 2020

« Toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée ou dégradée constitue le gaspillage alimentaire. »

**Réduction du gaspillage alimentaire en restauration collective**

Obligation de lutte contre le gaspillage alimentaire

Dans la **restauration collective publique**  
→ Depuis 2016

Dans la **restauration collective privée**  
→ Depuis 2018

**Diminution du gaspillage alimentaire de moitié d'ici 2025** (par rapport au niveau de 2015)

**Réglementation sur les menus végétariens en restauration scolaire**

**1 menu végétarien au moins une fois par semaine**  
→ Obligatoire depuis 2021 pour la restauration scolaire

Expérimentation d'1 **alternative végétarienne quotidienne**  
→ Depuis 2021 pour 2 ans pour les collectivités territoriales

**1 menu végétarien quotidien dans tous les restaurants collectifs sous la responsabilité de l'État et les entreprises publiques nationales**  
→ Au plus tard le 1<sup>er</sup> janvier 2023 lorsque l'établissement propose un choix multiple de menus

**Réglementation concernant l'approvisionnement**

**50% de produits de qualité et durables**

**20% de produits bio**  
→ Dès 2022 pour la restauration collective publique  
→ Dès 2024 pour la restauration collective privée

**Informers les usagers sur les labels de qualité des produits**  
→ Depuis 2020 pour la restauration collective publique  
→ Dès 2022 pour la restauration collective privée

**100% de viandes / produits de la mer durables**  
→ Dès 2022 pour les restaurants collectifs de l'État

**60% de viandes / produits de la mer durables**  
→ Dès 2024 pour les autres restaurants

**Proposer des produits de meilleure qualité sans réduire le gaspillage alimentaire est un non-sens !**

### Echanges/ remarques des participants :

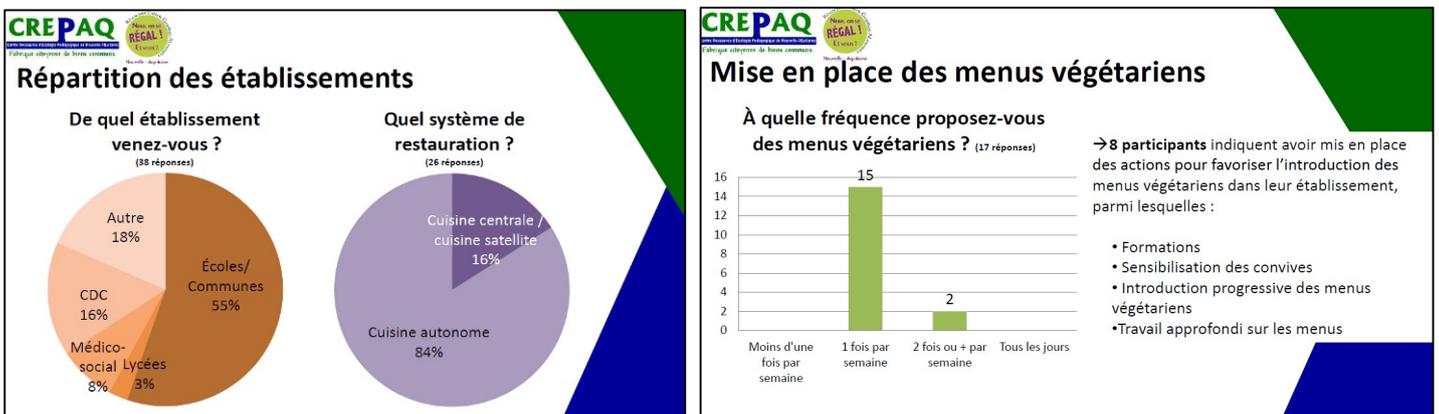
Q : Il n'y a pas de mesures coercitives vis-à-vis de toutes ces lois, c'est difficile de les faire appliquer dans ces conditions.

→ Il est vrai que pour l'instant, il n'y a pas de contrôle sur les mesures relatives à la lutte contre le gaspillage alimentaire. Certains établissements tardent donc à les suivre.

*J. Bonnet (La Couronne) :* Concernant l'interdiction des contenants plastiques, la ville de La Couronne a fait une étude économique qui a montré qu'au bout de 2 ans et demi le coût d'investissement en contenants réemployables est rentabilisé par rapport aux barquettes plastiques (ROI = 2,5). Un des gros enjeux concerne les conditions de travail et il faut travailler sur ce point avec les équipes et adapter les solutions à la structure. AGORES a établi un livre blanc sur le sujet et présente différentes initiatives en fonction des types de cuisines.

### 2.3. Aperçu des participants de la journée

– Charlotte BOULAY, Chargée de mission transition écologique, CREPAQ



Plus de la moitié des participants est issue de la restauration scolaire, pour la plupart en cuisine autonome. La quasi-totalité des participants a instauré les repas végétariens une fois par semaine comme demandé par la loi Climat et Résilience. Seule la commune de La Couronne propose des repas végétariens deux fois par semaine.

La formation et la sensibilisation des convives constituent les actions les plus réalisées afin de favoriser l'introduction des menus végétariens (cf. témoignages).

### 2.4. Présentation du PAAT du Grand Angoulême qui s'engage en faveur des menus végétariens en restauration scolaire

– Audrey LANNURIEN, Chargée de mission Agriculture et Alimentation, Grand Angoulême



Mme LANNURIEN a expliqué que le Projet Agricole et Alimentaire du Grand Angoulême se décline en 12 objectifs à atteindre d'ici 2026. L'agglomération n'a pas la compétence « école » en tant que telle mais travaille avec les communes sur la **démarche « Bien manger à l'école, c'est l'affaire de ma commune »**. Renforcer cette démarche est l'un des objectifs du PAAT.

Audrey rappelle que dans le cadre de ce PAAT, les communes qui souhaitent mettre en place plus de menus végétariens ou réduire leur gaspillage alimentaire peuvent être accompagnées par Grand Angoulême.

## 2.5. Présentation des enjeux nutritionnels, environnementaux et financiers liés aux menus végétariens

– Marion SALOMÉ, Chargée de mission transition écologique, CREPAQ

Pour commencer, Marion a rappelé ce qu'était un **menu végétarien** :



**CREPAQ** Centre Régional de Prévention et d'Évaluation de la Santé

**Qu'est-ce qu'un menu végétarien ?**

Ne contient pas	Peut contenir

→ Pourquoi proposer un menu végétarien ?

<p>Amélioration de la santé</p>	<p>Lutte contre le changement climatique</p>	<p>Réponse à une demande sociétale</p>
---------------------------------	--	--

*1 français sur 4 déclare réduire ou exclure la consommation de viande (Enquête IFOP pour FranceAgriMer, 2021)*

20

Puis a présenté les **enjeux nutritionnels et de santé** liés aux menus végétariens :

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux nutritionnels et de santé

→ Augmenter la consommation de fibres et produits végétaux

Légumineuses	Au moins 2 fois / semaine	87%
Produits céréaliers complets ou semi-complets	Au moins 1 fois / jour	61%
Fruits et légumes	Au moins 5 fois / jour	72%

Des français ne respectent pas ces recommandations

42% des enfants consomment moins de 2 portions de fruits et légumes par jour (Source : CREDOX)

Source : Santé Publique France

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux nutritionnels et de santé

→ Réduction de la consommation de viande

Recommandations françaises de consommation de viande rouge et de charcuterie :

MOINS de 500 g/semaine (viande rouge)  
MOINS de 150 g/semaine (charcuterie)

→ soit environ 70g/jour MAXIMUM

1 personne sur 3 consomme trop de viande rouge  
2 personnes sur 3 consomment trop de charcuterie

Source : Santé Publique France

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux nutritionnels et de santé

→ Alimentation plus végétale = meilleure santé

Régime alimentaire avec une forte contribution des aliments végétaux

→ Moins de risque de développer une maladie non-transmissible (AVC, diabète, cancer, ...)

Source : Organisation Mondiale de la Santé

Identification d'un régime alimentaire sain et durable  
Source : EAT-Lancet

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux nutritionnels et de santé

Rapport d'appui scientifique et technique de l'Anses anses (Septembre 2021)

« L'introduction de menus sans viande ni poisson de 0 à 100% des déjeuners de la cantine ne modifie pas l'adéquation des apports en nutriments des enfants »

Apports en protéines rapportés à la référence nutritionnelle selon la fréquence (en %) de repas sans viande ni poisson

+ de 2,5 fois les besoins en protéines

→ Il est possible de proposer des menus végétariens tous les jours

Puis les **enjeux environnementaux** :

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux environnementaux

→ Alimentation et émissions de gaz à effet de serre

Emprise carbone moyenne en France en 2019

Objectif 2050 : 2tCO<sub>2</sub>e/personne

L'alimentation = 2<sup>ème</sup> secteur d'émissions de GES après les transports



**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux environnementaux

→ Alimentation et émissions de gaz à effet de serre

L'élevage = 85% des émissions de GES de la phase agricole en France

PRODUCTION

Données : Agribalyse

**CREPAQ** REGALI  
Fabrique citoyenne de biens communs

### Enjeux environnementaux

→ Utilisation des sols de l'élevage

80% de la surface agricole nécessaire à l'alimentation de la population française est dédiée à l'élevage

Surfaces dédiées aux animaux  
Cultures pour nourrir les animaux

Réduction de la consommation de viande → Moins de surfaces agricoles mobilisées

Développement agriculture biologique → Surface agricoles plus importantes à mobiliser

Approche complémentaire

**CREPAQ** Fabrique citoyenne de biens communs

**Enjeux environnementaux**  
→ Comment réduire l'empreinte environnementale des repas de la restauration collective ?

**COMPARAISON DES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFETS DE SERRE DE 3 MENUS EN KILO ÉQUIVALENT CO<sub>2</sub>EQ (kg)**

- Menu 1: 5.19 kg CO<sub>2</sub>eq (Salade de tomates de saison 0.1, Pommes frites 4.09, Steak frites 0.91)
- Menu 2: 2.46 kg CO<sub>2</sub>eq (Salade verte avec carotte 0.06, Omelette à la vanille 0.23, Poulet au curry avec riz 2.17)
- Menu 3: 2.21 kg CO<sub>2</sub>eq (Salade verte avec carotte 0.06, Tartiflette 0.48, Légumes végétariens 1.67)

**COMMENT RÉDUIRE L'IMPACT DE MON ALIMENTATION ? EN FAIT C'EST SIMPLE !**

- RENFORCER LES PROTÉINES ANIMALES
- REMPLACER LA VIANDE ROUGE
- PRÉFÉRER LES PRODUITS DE SAISON
- PRÉFÉRER LES PRODUITS LOCAUX
- PRÉFÉRER LES PRODUITS VÉGÉTARIENS DE SAISON

Source : Émissions de gaz à effet de serre pour une portion moyenne adulte | Food G&S 2018

Et enfin, les **enjeux économiques** :

**CREPAQ** Fabrique citoyenne de biens communs

**Intérêts économiques**  
→ Des économies permettant d'investir dans des produits de meilleure qualité

↳ Limiter les impacts de l'inflation

Favoriser les **produits de qualité** pour atteindre les objectifs des lois EGalim et Climat & Résilience

Favoriser les approvisionnements et les **producteurs locaux**  
Aujourd'hui, + de 50% de la viande consommée en restauration scolaire est importée (source : Ministère de l'Agriculture et de la souveraineté alimentaire)

40

**CREPAQ** Fabrique citoyenne de biens communs

**Intérêts économiques**  
→ Des économies permettant d'augmenter la part du bio

Observatoire de la restauration collective 2020

Part de bio moyenne selon la fréquence des menus végétariens

Fréquence	Part de bio (%)
Menus végét. quotidiens	52%
Menus végét. hebdomadaires	35%
Pas de menus végét.	28%

Coût moyen par repas selon la fréquence des menus végétariens

Fréquence	Coût moyen (€)
Menus végét. quotidiens	1,90€
Menus végét. hebdomadaires	2,08€
Pas de menus végét.	2,30€

Observatoire de la restauration collective 2021

**PART DES CANTINES PROPOSANT DE LA VIANDE BIO, SELON LA FRÉQUENCE DES MENUS VÉGÉTARIENS**

Fréquence	N'achète pas de viande bio (%)	Achète de la viande bio (%)
Menus végét. quotidiens	38%	62%
Menus végét. hebdomadaires	63%	37%

60

**CREPAQ** Fabrique citoyenne de biens communs

**Intérêts économiques**  
→ Répartition du gaspillage alimentaire

Composition du gaspillage alimentaire par catégorie d'aliments

Catégorie	Pourcentage
Légumes	30%
Viande, poisson, œufs	21%
Céréales	12%
Fruits	7%
Pain	6%
Légumineuses	4%
Yaourts et desserts	2%
Sauces et condiments	2%
Fromage et pâtisseries	2%
Fromages, pâtes, sauces, mayonnaise, sel, sucre	1.3%

Répartition financière du gaspillage alimentaire par catégorie d'aliments

Catégorie	Pourcentage
Viande, poisson, œufs	40%
Légumes	27%
Céréales	7%
Fromage, pâtes, sauces, mayonnaise, sel, sucre	4%
Yaourts et desserts	3%
Pâtisseries	3%
Fromage	3%
Divers (beurre, sauces, accompagnements)	4%
Légumineuses et yaourts	3%

Source : Rapport ADEME, Approche du coût complet des pertes et gaspillage alimentaire en restauration collective, 2016

41

**CREPAQ** Fabrique citoyenne de biens communs

**Comment ne pas induire de gaspillage alimentaire avec les plats végétariens ?**

- Formation et accompagnement des équipes de cuisine
- Privilégier le « fait-maison » plutôt que des produits industriels
- Commencer par des plats simples et appréciés
- Communiquer avec les convives : affichages, animations, dégustations, ...
- En cas de menus à choix multiple : mettre en valeur le plat végétarien

Ne pas l'appeler plat végétarien ! ~~végétariens~~ → Lasagnes aubergines mozzarella

61

Le **rapport** du CGAAER (Conseil général de l'alimentation, de l'agriculture et des espaces ruraux) sur l'évaluation de l'expérimentation du menu végétarien hebdomadaire en restauration collective scolaire montre **qu'il n'y a pas d'augmentation des coûts pour la cuisine sauf si cette dernière achète des produits végétariens transformés.**

La pratique du fait-maison serait plus propice à la réalisation d'économies qui peuvent être réinvesties dans des produits de meilleure qualité.

Échanges/ remarques des participants :

*J. Bonnet (La Couronne) : Attention à l'utilisation du lait et des œufs dans les recettes. La facilité est de remplacer la viande par ces produits pour le menu végétarien. Or les œufs et le lait sont une catastrophe s'ils sont produits de manière industrielle. Il va falloir valoriser les protéines végétales, à travers le PAAT notamment, en produisant des légumineuses sur le territoire. On peut faire des plats à base de protéines végétales très savoureux.*

*Également, il ne faut pas oublier l'eau qui représente une problématique majeure en ce qui concerne la production de viande.*

*D. Baud-Berthier (Fléac) : La réduction des cheptels préconisée par l'ADEME est pertinente uniquement si elle s'accompagne d'une baisse de la consommation de viande. Autrement, le risque est de se procurer de la viande étrangère.*

*O. Louis (Interbio) : Effectivement, il faut faire attention à ne pas bannir nos éleveurs locaux, ne pas les stigmatiser. Il faut les accompagner dans cette réduction, voir les former à la culture de légumineuses.*

*J. Bonnet (La Couronne) : On touche le fond du problème. On a longtemps décorrélé agriculture et alimentation. On est dans un phénomène de société, avec un changement à opérer mais des résistances énormes à lever. Il faut faire des révolutions locales pour tenter de casser ce modèle. En restauration collective, nous avons aussi une responsabilité d'éducation.*

*Il y a un PLU (plan local d'urbanisme) et un SCOT (schéma de cohérence territoriale) en cours de rédaction sur le Grand Angoulême, il faut que l'agriculture soit intégrée dans ces discussions pour l'élaboration, or souvent les communes n'ont pas la compétence agriculture.*

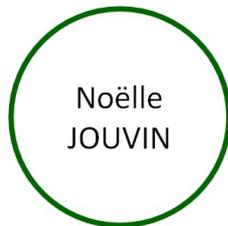
*S. Guédon (CDC Haute-Saintonge) : On a collé immédiatement la notion de « végétarien » sur certains plats ou des inscriptions en vert sur les menus, ce qui fait ressortir le côté « sans viande ni poisson » sans que cela soit nécessaire et donne l'impression qu'il s'agit d'un plat spécial.*

*→ CREPAQ : En effet, nous déconseillons de mettre en exergue le côté végétarien du menu, tout comme on ne parle pas de plats ou de menus carnés. Proposer le menu végétarien sur un jour fixe (tous les jeudis par exemple) peut également engendrer des réticences auprès des parents les plus réfractaires ;*

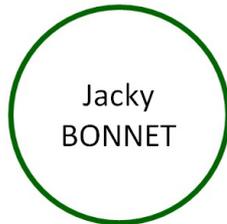
## 2.6. Témoignages : Comment introduire les menus végétariens, sans générer de gaspillage alimentaire supplémentaire, en impliquant l'ensemble des parties prenantes ?



### Intervenants



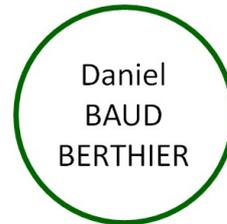
Diététicienne à  
**Mouthiers-sur-Boëme**



Maire adjoint en  
charge de la  
restauration collective



Coordinateur  
Périscolaire



Gestionnaire de la  
restauration  
scolaire de  
**Fléac**



**La Couronne**

66

### 2.6.1 Noëlle JOUVIN – Diététicienne à Mouthiers-sur-Boëme

#### PRESENTATION DE LA COLLECTIVITE

- 1998 : création de la caisse des écoles → gestion des affaires scolaires et notamment de la restauration
- 1 groupe scolaire accueillant en moyenne **200 enfants** (136 élémentaires + 56 maternelles à la rentrée 2023)
- **12 agents** (10,5 ETP) : 1 cuisinier / 2 aide cuisinières / 3 agents de service + 3 ATSEM + 2 agents surveillance périscolaire + 1 agent d'entretien des locaux
- + Contribution du centre social sur la pause méridienne pour **3 animateurs** (depuis septembre 2022)

#### SERVICE DE RESTAURATION



- Cuisine sur place en restauration chaude – 2 salles de restauration
- Volonté politique d'un service de qualité (approvisionnements sur territoire, moyens humains et matériels)
- Février 2015 : adhésion au Réseau *Bien Manger à L'Ecole*
- Sept 2022 : adhésion au dispositif *Cantine à 1€*

#### SITUATION ACTUELLE



**Répartition géographique des dépenses alimentaires (en HT)**

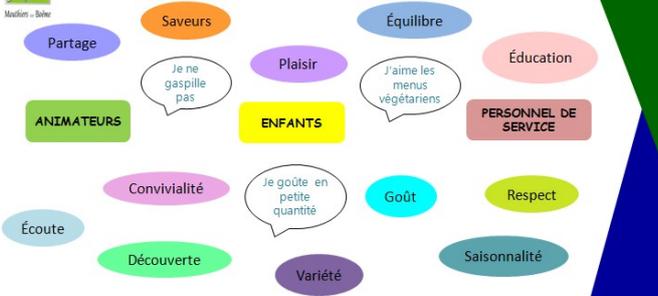
Catégorie	Pourcentage
autre FRANCE	35%
UE et non UE	13%
Charente	32%
dépt limitrophes région NA	15%
région NA	5%

**PART DES PRODUITS DE QUALITÉ (ISSUS DE L'AB ET SICO)**

Catégorie	Part des produits
Charente	38%
DEPT LIMITROPHES	20%
RÉGION NA	5%
AUTRES FRANCE	30%
UE ET NON UE	7%

**Part des produits issus de l'AB: 38%**

#### AU QUOTIDIEN



Saveurs, Équilibre, Éducation, Plaisir, J'aime les menus végétariens, PERSONNEL DE SERVICE, Respect, Goût, Saisonnalité, Variété, Je goûte en petite quantité, Découverte, Convivialité, Écoute, ANIMATEURS, ENFANTS, Je ne gaspille pas, Partage.

Lorsque Mme JOUVIN est arrivée sur son poste en 2006, elle s'est rendue compte que les enfants ne savaient pas ce qu'ils mangeaient. Elle a donc entamé un travail quotidien avec les équipes sur

place pour éduquer les enfants. Cette éducation nutritionnelle se fait à l'aide de produits simples et de qualité. Les recettes sont travaillées en fonction des saveurs, des textures, du visuel, de l'odeur... Mais une grosse partie du travail passe par la **communication avec les enfants**. Cette communication a lieu dans les deux sens.

En 2015, Mouthiers-sur-Boëme a adhéré à la démarche « Bien Manger à l'École », notamment en ce qui concerne la lutte contre le gaspillage alimentaire et l'introduction volontaire d'un repas végétarien par semaine.

**Des pesées du gaspillage alimentaire sont réalisées quotidiennement** en séparant les restes d'assiettes des préparations non servies. Les résultats se situent entre **10 et 50g/jour par enfant**, menus végétariens inclus, qui ne sont pas désignés comme tel. La règle : je me sers comme je veux et je mange ce que j'ai pris.

Les enfants sont acteurs de leur restauration et les adultes accompagnent les enfants dans leur alimentation. Il est important de faire prendre conscience aux enfants que le visuel ne fait pas tout et que tant qu'on n'a pas goûté on ne sait pas si on va aimer. **L'important est de gagner la confiance de l'enfant**, dans la découverte de nouveaux saveurs : l'enfant est-il d'accord pour goûter ou est-il forcé de le faire ? Cette question oblige à s'interroger sur sa pratique d'encadrant.

**Les cuisinières ont été formées aux plats végétariens**, afin de leur montrer l'intérêt de tels menus et qu'ils peuvent être tout aussi savoureux.

Échanges/ remarques des participants :



*O. Louis (Interbio) : Comment-faites vous pour séparer les pesées entre service et restes assiettes ?*

→ Ce sont les enfants qui débarrassent leurs assiettes dans des poubelles séparées. Les biodéchets sont jetés dans un seau qui est ensuite pesé. S'il reste des préparations non servies, nous les pesons à part. On constate qu'il y a à peu près autant de restes assiettes que de restes de service.

*L. Gouthière (ADEME) : Quelles conclusions faites-vous de vos pesées sur les menus végétariens ?*

→ Lorsqu'on ne met pas de viande dans un plat, on peut avoir le réflexe d'ajouter des céréales/légumineuses, mais c'est une erreur. L'enfant ne mange pas plus en quantité et ne fait pas forcément la différence entre un plat végétarien et un plat non végétarien. Nous avons réajusté les quantités servies ainsi que les fiches recettes. **Le retour des enfants est très important pour ajuster les recettes. Nous avons réduit le grammage des composantes**, car avec autant de composantes, l'enfant a suffisamment à manger. **À partir du moment où nous jetons, nous jugeons qu'il y a eu trop de préparation.**

**C'est un travail du quotidien, avec une équipe très investie**, le travail des personnes du temps scolaire et périscolaire n'est pas forcément reconnu (ex : personnel de cantine), or c'est grâce à eux que nous atteignons ces résultats. **Il faut les soutenir et les remercier**. Certaines images véhiculées de la restauration collective sont fausses et entretiennent des préjugés sur le travail réalisé. **L'éducation au goût et la lutte contre le gaspillage alimentaire demande du temps, mais ce temps est nécessaire.**

*L. Gouthière (ADEME) : Lorsque vous faites goûter un plat à l'enfant, y a-t-il une alternative s'il n'aime pas ?*

→ Non il n'y a pas d'alternative mais un travail est fait afin d'éviter le rejet par un enfant de l'entièreté du menu. Une entrée ou un plat qui plaît est généralement associé à une entrée ou plat qui peut moins plaire. Nous n'avons aucune plainte des parents.

*S. Guédon (CDC Haute-Saintonge) : C'est très bien ce que vous faites mais ce n'est réalisable que parce que vous êtes sur place, ce qui n'est pas le cas partout. Il faut aider les chefs de cuisine à éduquer au goût les enfants.*

→ Tout à fait, il faut insuffler cela auprès des chefs, afin d'éviter d'imposer des plats ou de partir pessimiste quand on en propose certains. La présentation joue beaucoup. Par exemple, proposer des épinards simplement ne donne pas envie d'y goûter.

*O. Louis (Interbio) : Êtes-vous intervenue sur d'autres communes ?*

→ Avant le programme « Mieux Manger à l'école » oui, afin de sensibiliser le personnel dans la présentation des plats. En effet, il faut faire attention au discours tenu par les agents. Mais je ne fais pas de prestation.

*S. Guédon (CDC Haute-Saintonge) : les collectivités doivent engager des diététiciennes, ce qui est le cas chez nous, afin de pouvoir accompagner les enfants et déterminer au mieux les recettes à préparer, ajuster les grammages, etc.*



### **2.6.2.1. Jacky BONNET – Maire adjoint de la Couronne en charge du plan d'actions de résilience et d'adaptation de la ville au changement climatique.**

Les enjeux des menus végétariens ont été présentés plus tôt, cela permet d'apporter du sens à cette mesure. **Il est nécessaire de former le personnel** pour qu'il connaisse les raisons pour lesquelles nous lui demandons de végétaliser l'alimentation. **Nous avons un rôle de transformation et d'éducation avant tout.**



La commune est engagée sur d'autres sujets relatifs à la préservation de l'environnement et de la santé (ex : perturbateurs endocriniens). Pour tous ces sujets, **la notion d'information et de transparence est primordiale**. La Couronne est **labellisée Ecocert niveau 3 depuis 2 ans avec mention excellence**. Cette labellisation prend en compte l'approvisionnement, l'éducation, la suppression du plastique et bien d'autres thématiques. C'est une approche très transversale.

Les protéines végétales sont fondamentales, il est essentiel de former les chef·fes et de donner aux équipes les moyens pour arriver à proposer des plats sains, végétariens et savoureux. **On ne peut demander de cuisiner des produits bruts sans laisser le temps aux équipes de le faire, ce que nous avons pris en compte.**

Nous avons une commission restauration (et non pas menus) composée de parents d'élèves, élus, enseignants etc. dans lesquelles nous abordons les menus mais également des sujets géopolitiques.

### 2.6.2.2. Léo POMETTI – Coordinateur périscolaire à La Couronne

Des demandes spécifiques et régimes apparaissent en restauration collective comme dans la société. Nous sommes passés de 1 enfant végétarien à 3 en un an. Cela semble peu mais c'est tout de même multiplié par 3 ! **Il faut accompagner cette évolution sociétale plutôt que de la freiner.**



**D'où parle t-on ?**

- 4 SITES
- TAUX DE FRÉQUENTATION DE 98%
- 540 REPAS/JOUR – 310 EE // 200 EM // 30 PORTAGES
- 1 ADULTE POUR 24 ENFANTS EN PRIMAIRE
- SERVICE À TABLE ET À L'ASSIETTE
- 2 SERVICES DISTINCTS
- 40 MINUTES POUR MANGER

**GASPILLAGE : 57 GR/REPAS/JOUR EN PRIMAIRE  
49 GR EN MATERNELLE**

- 2 MENUS VÉGÉTARIENS/SEMAINE

**f** Ville de La Couronne  
**@** lacouronnaville

**RÔLE DE L'ANIMATEUR-COORDINATEUR DU RESTAURANT SCOLAIRE**

*Assurer un accueil de qualité dans un cadre transparent pour la famille et les agents, rassurant pour les convives.*

**HARMONISER LES PRATIQUES ÉDUCATIVES**

- LIEN AVEC PARENTS
- COORDINATION CUISINE – SALLE
- COORDINATION ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE
- T.A.P NATURE ET GOÛT
- RÉDACTION D'UN PROJET PÉDAGOGIQUE AUTOUR DE L'ALIMENTATION
- COORDINATION ACTIONS ET PUBLICS
- SUIVI QUOTIDIEN DU GASPILLAGE
- S'INSPIRER DE RÉFÉRENCES – PROPOSER
- FAIRE DE LA PETITE CUISINE
- IMPLIQUER LES AGENTS EN DEHORS DE LA SALLE
- AMÉLIORATION DE L'ENVIRONNEMENT DE REPAS
- ACTIVITÉS

Les études montrent que la viande est une des denrées les plus gaspillées or c'est ce qui coûte le plus cher en matière première.

Une étude de l'UFC Que Choisir sortie en 2022 précise qu'il n'existe pas à ce jour d'évaluation

nationale du gaspillage alimentaire dû aux menus végétariens mais que les professionnels confirment l'observation selon laquelle certains plats végétariens sont peu appréciés par les enfants et augmentent le risque de gaspillage. Le problème de ce constat est **le manque d'accompagnement et de connaissance des produits. L'introduction des menus végétariens prend du temps et nécessite une bonne évaluation du succès des plats présentés.**

À La Couronne, nous avons décidé de mettre en place **2 menus végétariens par semaine**, ce qui demande plus de réflexion pour les faire accepter : diversification, innovation en cuisine, envie des cheffes de proposer de nouvelles recettes... Il faut aussi noter que c'est plus facile de stocker des légumineuses que de la viande et moins énergivore.

La **collaboration entre la cuisine et la salle est primordiale, pas uniquement sur les plats végétariens.** Notamment le temps passé à expliquer le menu, à gérer le pain, à découper les fruits... L'accompagnement (sauce, etc.) et le pain ont aussi un rôle très important, il faut éduquer l'enfant à la consommation et l'utilisation du pain (pour saucer par exemple) qui peut avoir des conséquences sur la consommation du reste du repas.

L'importance des couverts est également à soulever, notamment l'utilisation du couteau. Si les enfants ne savent pas comment couper une viande, elle finit à la poubelle.

L'année dernière, nous avons réalisé des pesées séparées entre les menus végétariens et les autres menus. Nous n'avons pas plus de GA sur les menus végétariens.



**Les grammages conseillés par le GEM-RCN ne sont pas forcément à respecter. Il est en effet inutile de trop remplir les assiettes si du gaspillage alimentaire est généré.** Sur les menus, nous faisons le choix de réduire les grammages de la viande pour mettre plus de protéines végétales dans les entrées ou l'accompagnement.

Nous avons aussi augmenté le temps de repas de 10 min pour arriver à 40 min.

Selon le référentiel Ecocert, nous avons harmonisé les pratiques éducatives dans tous nos sites. Cela permet de faciliter l'éducation au goût des enfants. Par exemple, chaque semaine, un « plateau découverte » est montré aux enfants pour leur faire découvrir les produits bruts.

Échanges/ remarques des participants :

*Q : Cette présentation des produits aux enfants se fait-elle par anticipation ?*

→ Parfois oui, cela se fait sur le temps méridien. Mais nous agissons aussi sur le temps périscolaire avec une autre agente de salle, sur d'autres activités comme développer le jardinage, préparer le compost à l'hiver, etc.

*Parvenez-vous à maintenir 40min de temps de repas en maternelle ?*

→ Oui, nous avons beaucoup d'ATSEM pour cela : 1 ATSEM pour 8 enfants. Les enfants sont plus détendus pendant le service parce que les adultes sont plus détendus, c'est un choix de la municipalité. Nous avons également un partenariat avec le centre social avec des animateurs du centre social qui participent à l'animation des repas. Le projet d'éducation de la commune a été co-construit avec les parties prenantes.



*Comment faites-vous au niveau du budget ? Avez-vous des subventions ?*

*J. Bonnet :* Il est difficile de trouver des financements sur ce type d'actions, car elles sont très transversales. Le centre social est financé en partie par la CAF mais le reste est assumé par la collectivité. Nous avons identifié nos agents à temps partiel pour leur proposer du temps complet et ainsi éviter de maintenir leur précarité professionnelle.

*L. Pometti :* Il faut avoir à l'esprit que les agents de salle ont une responsabilité pédagogique et non nourricière : ils sont formés sur la bienveillance éducative. L'enjeu au restaurant scolaire se situe sur les 21 premiers jours de septembre où tout se joue pour le reste de l'année. La participation des enfants est essentielle ! Il faut les faire participer dès que possible au travers de dessins, d'ateliers culinaires, de rencontres avec les producteurs... Ces rencontres avec des producteurs locaux qui fournissent le restaurant permet de présenter aux enfants des produits qu'ils mangent et de lever certaines questions qu'ils pourraient avoir.

Une fois par mois, le menu est établi par une classe.

Nous faisons également des menus à thème. Pour rappel, dans de nombreuses régions du monde le plat végétarien est le plat traditionnel. Il est donc possible de faire des thèmes « cuisines du monde » qui passent très bien.

*Y'a-t-il des actions avec les parents ?*

→ C'est une chose que nous développons, certaines sont menées avec le centre social. Nous cherchons à faire visiter les cuisines par exemple. La transparence passe aussi par là.

### **2.6.3. Daniel BAUD-BERTHIER – Gestionnaire de la restauration scolaire de Fléac**

**FLÉAC** PRESENTATION DE LA RESTAURATION SCOLAIRE

- Cuisine sur place pour **330 enfants et adultes**.
- Groupe scolaire de 200 élémentaires et 110 maternelle
- Équipe de cuisine : **1 chef, un second à plein temps et 1 aide** (1h30).
- Maternelle : **service à table** par les ATSEM et agents au nombre de 9.
- Élémentaire : **service en self** scramble froid et chaud, passage au plateau en 3 services.
- Équipe restauration élémentaire pour le service et le nettoyage avec des durées différentes suivant les agents : **12 agents**
- Goûter gratuit offert par la mairie préparé par la cuisine : **140 u**

La plupart des actions menées sur les deux collectivités précédentes le sont également à Fléac.

En 2021, nous avons fait le choix de passer d'une cuisine centrale à des

cuisines autonomes sur 2 communes différentes.

Il faut en effet se poser la question « d'où viennent nos enfants ? ». En fonction de la typologie de l'enfant, les habitudes alimentaires varient. L'origine urbaine ou rurale de l'enfant a une incidence sur les portions et les produits consommés. Les cuisines autonomes permettent de s'adapter à la population de l'établissement.

Nous cuisinons 98% de produits bruts.

En maternelle, les ATSEM mangent avec les enfants. Les grandes sections eux, mangent avec les élémentaires. Alors que les maternelle ont un temps de repas de 45 min, les élémentaires ont moins de temps (45 minutes de service pour 200 enfants répartis en 2 service donc environ 20/25 min par servie) et ont un service en self en îlot. Les élémentaires ne bénéficient donc malheureusement pas

du même accompagnement que les maternelles.



**Les menus végétariens ont été introduits en 2014, en accord avec les parents d'élèves et le personnel pédagogique.** La fréquence a augmenté jusqu'en 2018 où nous sommes arrivés à 1 fois par semaine. Le jour de la semaine où ce menu est proposé varie. **Depuis 2021, une offre**

**végétale quotidienne est proposée en substitut pour les « sans viande ».**

**La commune travaille 60% de produits bio et est labellisée Ecocert Niveau 2.** Pour passer au niveau 3, nous aurions besoin d'une personne qui accompagne les enfants sur le temps périscolaire, afin d'apporter plus d'animation autour de repas. Mais nous n'avons pas les moyens nécessaires

Nous affichons le terme « menu végétarien » sur le menu par transparence vis-à-vis des parents notamment. Cela entraîne des discussions avec certaines familles plus réticentes.

Nous avons formé nos cuisiniers à la cuisine végétarienne avec le Grand Angoulême dans le cadre du réseau « Mieux Manger à l'École ». **La formation des cuisiniers selon l'âge et l'expérience est un axe majeur.** Quand ils participent, ils s'aperçoivent que l'on peut faire des menus végétariens qui plaisent.

Nous avons la chance d'être sur un territoire qui produit des légumineuses type lentilles et haricots blancs, qui peuvent être approvisionnées localement. Pour d'autres territoires cela peut être plus compliqué.

FLÉAC Les recettes végétariennes proposées	
Blé au beurre, chili végétal	Gratin de sarrazin au chou-fleur
Céréales gourmandes aux carotte et marrons	Haricots rouge catalane/purée carottes coco
Céréales ou riz / Légumes secs aux légumes verts	Lasagnes de légumes bio
Céréales ou riz / Légumes sec aux épices	Lasagnes épinards bio
Dahl lentilles/courgettes curcuma	Légumes farcies riz et légumes
Epeautre/ flageolet	Moussaka de lentilles bio
Epeautre/gratin d'épinards	Parmentier (purée ou poids cassés) végétal
Galette de sarrazin aux légumes	Parmentier au curry butternut/lentilles
Galette végétarienne base aromatique diverses + légumes verts	Pizza végétarienne
Gratin blé/quinoa (tomate)aux épinards béchamel	Raviolis, tortellini, cappelletti végétale + sauce
Gratin coquillettes / ratatouille	Risotto de blé et légumes
Gratin de coquillettes et maïs béchamel	Riz cantonais végétal
Tagliatelles et gratin d'épinards bio	Spaghettis bolognaise végétale/lasagnes de légumes bio
Tarte, quiche en plat	Tagliatelles / carbonara chou blanc



**En ce qui concerne la lutte contre le gaspillage alimentaire, nous sommes à 55g/convive/repas.** Nous avons par exemple, sur le bol alimentaire, diminué les grammages de 420g à 360g. **Cette marge permet d'acheter des produits de meilleure qualité dont des produits bio.**

Nous essayons de varier les plats proposés. Les élèves ont la possibilité de se resservir.

Nous essayons d'adapter au mieux les recettes végétariennes, notamment lors d'une première présentation. Par exemple, nous avons proposé la semaine dernière des galettes de sarrasin aux légumes pour la première fois, sans accompagnement. Les résultats n'étaient pas bons. L'accompagnement a manqué et les portions étaient trop importantes. Nous avons eu 33% de perte.

La veille les courgettes farcies aux légumes étaient présentées pour la première fois également avec seulement 16% de pertes.

*A. Lannurien (Grand Angoulême) :* La commune de Fléac a également une page Facebook destinée à la restauration scolaire qui permet aux parents d'élèves de voir ce que les enfants mangent. C'est un travail remarquable qui permet également de valoriser les équipes.

→ *D. Baud Berthier (Fléac) :* Nous avons créé cette page en 2022, avec une publication chaque jour sur la préparation, la production et la présentation des menus proposés. Cela permet de valoriser le travail des équipes. En revanche, il faut parfois réussir à accepter la critique des parents qui est souvent plus facile à apporter sur les réseaux sociaux.

À Fléac, nous travaillons aussi sur la manière de maintenir la qualité dans la prestation en cas de départ d'un membre de l'équipe. Pour cela, la formation est primordiale. Nous procédons à une montée en compétence en interne, pour répondre aux départs prévus ou non.

### **III – Repas préparé par la commune de Mouthiers-sur-Boëme et offert par Grand Angoulême**

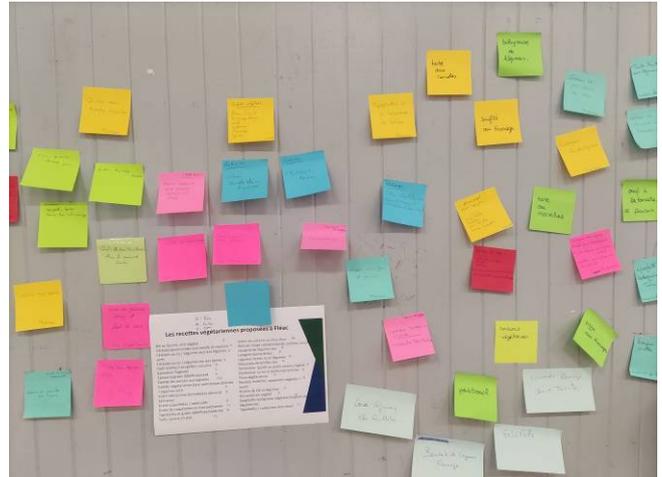
Pour la pause déjeuner, les participants et les organisateurs ont été invités à venir se servir sur un buffet préparé par la commune. Au menu : toast au fromage manslois et tomates confites, dahl de lentilles corail et riz, plateau de fromages AOP et plateau de fruits de saison bio.



## IV – Ateliers participatifs

### 4.1. Atelier « Partage de recettes végétariennes à succès »

Après la pause déjeuner, il a été demandé aux participants de noter sur des post-it des recettes végétariennes testées dans leur établissement ou à la maison, qui ont été appréciées des convives. Les post-it étaient ensuite collés sur le mur pour que les autres participants puissent les consulter.



En parallèle, les participants étaient libres de consulter des livrets de recettes végétariennes à destination de la restauration collective et mis à disposition par le CREPAQ (Assiettes Végétales, CNRC, Association Végétarienne de France...).



Ci-dessous les recettes proposées par les participants lors de l'atelier et classées par catégories / ingrédients :

### Pois chiches

- Curry de pois chiche crémeux aux légumes de saison
- Falafels sauce menthe
- Couscous végétarien
- Gâteau de pois chiches au citron
- Pâtes aux légumes de saison, sauce tomate et légumes secs

### Tofu

- Bolognaise de tofu
- Pokebowl

### Fromage (sans œufs)

- Epinards fromage sauce tomate
- Bourek de légumes au fromage
- Gratins :
  - o de légumes
  - o de chou-fleur/brocoli au sarrasin et comté
  - o de fonds d'artichauts aux tomates et boulgour
  - o de pâtisson, curry et lait de coco
  - o de céréales aux légumes
- Lasagnes :
  - o courgettes et chèvre
  - o ricotta épinards
- Soufflé au fromage
- Tarte au maroilles
- Risotto aux champignons
- Pizza aux fromages
- Blésotto aux champignons
- Tartine de pain complet au manslois
- Fajitas garnie à la poelée de poivrons, avocats, tomates, salade et gruyère

### Accompagnements

#### À compléter avec 1 légumineuse :

- Légumes tempura
- Courgettes farcies au quinoa et graines de lin
- Bolognaises de légumes
- Tarte feuilletée aux légumes grillées
- Lasagnes de légumes
- Crumble d'épeautre/blé aux légumes (carottes butternut et céleri)
- Tortilla aux légumes confits
- Tartine de pain complet et mousse de carotte ou betterave
- Tarte aux poivrons

#### À compléter avec 1 légume :

- Tartine de pain complet et houmous

### Pois cassés

- Parmentier à la purée de pois cassés et aux légumes (carottes, champignons, oignons, céleri) en brunoise

### Flageolets

- Flageolets, carottes, tomates

### Lentilles

- Soupe libanaise aux oignons, lentilles et riz épicés
- Spaghettis à la bolognaise de lentilles
- Kochari (plat égyptien) : coquillettes, lentilles, pois chiches et sauce tomate
- Lentilles, carottes et tomates avec du riz
- Parmentier de lentilles aux carottes et sauce tomates, purée de pommes de terre
- Lasagnes aux légumes, sauce tomate et légumes secs
- Dahl de lentilles vertes ou corail
- Salade de lentilles, pousses d'épinards, fêta et tomates fraîches ou confites

### Haricots blancs

- Gâteau aux haricots blancs et aux amandes

### Œufs

- Coca de légumes
- Quiche maïs tomates mozzarella
- Quiche tomates chèvre
- Galettes végétales (flocons d'avoines, fromage blanc, œufs, oignons fromage, épices)
- Courgettine
- Tarte aux ravioles
- Tomates farcies aux légumes et riz
- Omelette aux herbes et haricots verts
- Galettes aux pois chiches, courgettes, carottes et œufs
- Œufs à la tomate + féculent
- Quinoa cantonnais
- Riz cantonnais végétarien

### Haricots rouges / noirs

- Spaghetti bolognaise aux haricots rouges
- Pâtes napolitaines (haricots rouges, pois chiches et sauce tomate)
- Gâteau au chocolat et haricots rouges
- Fajitas aux haricots rouges, courgettes, carottes et sauce tomate
- Chili sin carne
- Galette type wrap garnie de maïs, haricots noirs, tomates, dés de fromage, courgettes et salade

À la suite de ce premier partage, deux ateliers ont eu lieu en parallèle :

- Un atelier de *composition d'un menu végétarien et comparaison de son impact carbone par rapport à un menu carné*, animé par Marion SALOMÉ et Matthias IACONO (CREPAQ) ;
- Un atelier pour *mettre en valeur un produit peu apprécié*, animé par Dorothee DESPAGNE GATTI et Charlotte BOULAY (CREPAQ).

Chaque atelier avait une durée de 45 minutes. À la fin du premier atelier, les groupes permutaient et effectuaient le second atelier.

#### 4.2. Atelier « Composition d'un menu végétarien et de son impact carbone »

L'objectif de cet atelier était double :

- 1) Identifier les éléments à associer pour concevoir un menu végétarien équilibré.
- 2) Comparer les émissions de gaz à effet de serre d'un menu végétarien par rapport à un menu carné.

Un jeu de cartes a été donné au groupe d'une dizaine de personnes. Les cartes représentaient différents aliments et plats, classés par composantes d'un menu (entrées, accompagnements, denrées protidiques, plats complets, fromage/dessert). Chaque participant devait alors composer un menu à l'aide de ces cartes, en fonction du public avec lequel il a l'habitude de travailler (enfants, collégiens, lycéens...).



Une fois leur menu composé, les participants devaient le présenter aux autres en expliquant leurs choix.

Émissions de gaz à effet de serre de menus avec de la viande				Total émissions pour le menu
Menu à base de volaille				
Entrée Salade de tomates	Denrée protidique Escalope de poulet	Accompagnement Pâtes	Dessert/Fromage Yaourt sucré	971 gCO <sub>2</sub> eq
Menu à base de bœuf				
Entrée Salade de tomates	Denrée protidique Steak haché	Accompagnement Pâtes	Dessert/Fromage Yaourt sucré	4 204 gCO <sub>2</sub> eq

Après avoir échangé sur les menus proposés, les participants se sont vus remettre un tableau avec les émissions de gaz à effet de serre émises par les aliments ou plats présentés sur les cartes. Chacun d'entre eux a donc calculé les émissions générées par le menu qu'il avait composé.

Les animateurs ont ensuite montré deux exemples de menus carnés : l'un à base de volaille et l'autre de viande rouge, émettant respectivement 971 et 4 204 g CO<sub>2</sub>eq.

Cela a permis aux participants de **prendre conscience de l'écart important des impacts générés par un menu végétarien par rapport à un menu carné.**



### 4.3. Atelier « Comment mettre en valeur un produit peu apprécié ? »

Pour cet atelier, les participants ont été divisés en 6 binômes travaillant dans le même type d'établissement. Chaque groupe a pioché, tour à tour, un petit pot contenant une légumineuse. Après avoir découvert et identifié la légumineuse contenue dans le pot, les binômes ont eu 10 minutes pour réfléchir à une recette contenant cet ingrédient et adapté aux convives qu'ils ont l'habitude de servir ainsi que la façon dont la présenter.



Recettes proposées :

- Lentilles corail :

- Parmentier de lentilles corail avec des carottes, des oignons, de la tomate et des épices et purée de pommes de terre. Servi avec de la salade.
- Pesto de lentilles corail : huile d'olive, pignons de pin, parmesan. Peut-être servi en sauce sur des crudités ?

- Flageolets :

- Flageolets tomatés (tomates, oignons, carottes), servis avec du riz.

- Blanquette aux flageolets : carottes, poireau, oignons, crème liquide, citron, jaune d'œuf et farine
- Galettes aux flageolets et sa julienne de carottes
- Tartinade de flageolets, tomates, oignons frits, ail, basilic

- Pois cassés :

- Houmous de pois cassés et chips de patate douce
- Pavés de pois cassés et petits pois
- Falafels à la sauce menthe (bouillons de légumes, menthe et crème)
- Gâteau aux pois cassé « Shrek » et chantilly à la fève de tonka

- Haricots blancs :

- Duo de chou et carottes avec mayonnaise aux haricots blancs : émincer le chou blanc et les carottes. Mixer les haricots avec de l'huile et de l'ail + sauce soja.

- Pois chiches :

- Curry de pois chiches : oignons rouges, carottes, curry, bouillon et lait de coco optionnel. Faire cuire sans couvercle au début. Quand il reste un peu d'eau, on laisse mijoter à couvert en ajoutant le lait de coco ou de soja et les épices jusqu'à cuisson.
- Méli-mélo du soleil : salade de pois chiches aux poivrons grillés et vinaigrette à l'orange et au curcuma (réduction jus d'orange et curcuma) + zestes d'oranges non traitées et coriandre ciselée

- Haricots rouges :

- Galettes aux haricots rouges, aubergine, flocons d'avoine, œuf et oignons, servies avec de la semoule et de la sauce tomate ou en version burger avec de la sauce barbecue.

- Haricots Azuki :

- Tartinade Azuki : les mixer après cuisson avec de l'huile d'olive et du basilic. Servir sur une galette de blé

- Haricots mungo :

- Gâteau chocolat « Mungolat »
- Soupe des champions : velouté de potimarron et haricots mungo

## V- Questionnaire de satisfaction

Un questionnaire a été distribué aux participants pour pouvoir évaluer leur satisfaction vis-à-vis de cette journée.

Sur 23 personnes ayant retourné le questionnaire, 100 % d'entre elles étaient satisfaites ou très satisfaites par le format et le contenu de la journée, la qualité des échanges, l'organisation matérielle, la durée des ateliers. 95 % ont été satisfaits ou très satisfaits concernant leurs attentes personnelles et les thématiques choisies pour les ateliers.

En outre, 100 % des répondants ont également déclaré avoir noué des contacts satisfaisants, information essentielle étant donné l'objectif du RÉGAL Nouvelle-Aquitaine : mobiliser l'intelligence collective au service de la lutte contre le gaspillage alimentaire.

### Commentaires recueillis :

« Super journée. Merci ! »

« Comme à chaque fois, très bonne formation. Merci à vous ! »

« Très bien, à renouveler sur d'autres thèmes »

« L'impact carbone commence à être bien connu en comparaison menu végétarien/menu avec viande »

« Bonne organisation. Sujets des ateliers pertinents. Merci à Mouthiers pour l'accueil et à l'équipe du CREPAQ pour cette belle journée technique »

« Journée interactive créant du lien entre les différents participants. Merci ! »

« Super témoignages. Format équilibré, Agréable de finir tôt. »

### Pistes de sujets proposées par les participants, pour les prochaines rencontres :

- Menus complètement végétaliens
- Actions pédagogiques et processus psychiques liés à l'enfance, la découverte, la diversification alimentaire et la néophobie alimentaire
- Discours à tenir aux enfants sur les menus
- La place des producteurs et leur importance
- Le lien entre la réglementation EGalim et le développement nutritionnel
- Freins rencontrés par les agents ou à l'inverse, leurs réussites/expériences.