



GOUVERNEMENT

Liberté
Égalité
Fraternité

RESTAURATION COLLECTIVE

Plan pluriannuel de diversification des sources de protéines

CADRE GÉNÉRAL

CONSEIL NATIONAL
DE LA RESTAURATION
COLLECTIVE

Mai 2021

TABLE DES MATIÈRES

p.3	Contexte
p.4	Le plan pluriannuel de diversification des sources de protéines - Qui est concerné ? - Quelles obligations ?
p.5	Exemples d'actions à mettre en œuvre - Agir sur les plats et les produits - Agir sur la manière dont les aliments sont présentés aux convives - Agir sur la manière dont les menus sont organisés et conçus - Agir sur la mise en avant des produits - Agir sur le personnel et les convives
p. 16	Exemple de plan pluriannuel de diversification des sources de protéines

1 Contexte

L'objectif de diversification des sources de protéines a récemment été introduit dans les politiques publiques portant sur l'alimentation, en lien avec les enjeux environnementaux, de santé publique et de patrimoine culinaire. Ces orientations ne visent pas à prôner les régimes sans viande ni à opposer les aliments sources de protéines animales et végétales, mais à contribuer à favoriser la **diversité de notre alimentation** et réapprendre aux différents publics, et en particulier les plus jeunes, à apprécier certains aliments parfois oubliés comme les lentilles, les haricots rouges ou encore les pois chiches.

La **stratégie protéines végétales** vise à améliorer de façon structurelle l'indépendance de la France dans la production de protéines végétales, à travers :

- Un soutien aux actions de recherche et innovation, pour mettre au point des solutions pertinentes d'un point de vue économique, environnemental et nutritionnel, qui soutiendront à moyen terme la dynamique lancée par le plan de relance ;
- Un accompagnement des investissements matériels nécessaires à la fois chez les producteurs de grandes cultures et les éleveurs ;
- Un appui à la structuration des filières de protéines végétales et aux investissements aval ;
- Une aide à la promotion des légumineuses auprès des consommateurs.

Le **programme national de l'alimentation et la nutrition 2019-2023** (PNAN) prévoit des actions dans le sens de la diversification des sources de protéines. L'article 24 de la loi n° 2018-938 du 30 octobre 2018 pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous (EGAlim), codifié à l'article L230-5-4 du code rural et de la pêche maritime, prévoit la **promotion des protéines végétales en restauration collective**. Cette disposition est déclinée par le PNAN.

L'augmentation de la part des aliments sources de protéines végétales est un des leviers potentiels de réduction du coût matière identifiés pour la **montée en gamme des denrées servies en restauration collective**, en lien avec l'objectif d'au moins 50% de produits durables et de qualité dont 20% issus de l'agriculture biologique en 2022. Cette montée en gamme concerne l'ensemble des denrées servies en restauration collective (viande, poisson, œufs, produits laitiers, fruits, légumes, légumes secs, féculents).

Ce document s'intègre à l'ensemble des outils disponibles pour accompagnement l'atteinte des objectifs de la loi EGAlim, disponibles dans l'onglet « Ressources » de la plateforme ma-cantine.beta.gouv.fr.

L'objet du présent cadre est de fournir des points de repères aux acteurs de la restauration collective pour l'élaboration des plans pluriannuels de diversification des sources de protéines en restauration collective. Il a vocation à être actualisé en fonction de la publication d'avis scientifiques, de nouvelle obligations législatives et à être complété par des outils pratiques.

2 Le plan pluriannuel de diversification des sources de protéines

Qui est concerné ?

Les restaurants collectifs servant plus de 200 couverts par jour en moyenne suivants :

- Pour les personnes morales de droit public : l'ensemble des restaurants collectifs dont elles ont la charge ;
- Pour les personnes morales de droit privé : les services de restauration scolaire et universitaire, les services de restauration des établissements d'accueil des enfants de moins de six ans, des établissements de santé, des établissements sociaux et médico-sociaux et des établissements pénitentiaires dont elles ont la charge. Il s'agit des services mentionnés à l'article L. 230-5 du CRPM. Les restaurants administratifs des entreprises privées ne sont pas concernés par l'obligation mais peuvent le mettre en œuvre sur une base volontaire.

Quelles obligations ?

Les gestionnaires des restaurants collectifs sont tenus de présenter à leurs structures dirigeantes un plan pluriannuel de diversification des sources de protéines incluant des préparations ou plats à base de protéines végétales dans les repas qu'ils proposent.

L'intention du législateur au regard de cette disposition est que **chaque structure de restauration collective publique présente annuellement un plan visant à l'augmentation des sources de protéines végétales** dans la composition des repas servis. L'objectif est d'amener, à terme, les principales structures de restauration collective (servant plus de 200 couverts par jour) à proposer des alternatives à base de protéines végétales dans les repas qu'elles proposent.

Ce plan vise à l'introduction de davantage de protéines végétales par rapport aux protéines animales. Il contribue de ce point de vue à développer les filières françaises de protéines végétales (pois chiches, lentilles...) et d'aller vers les niveaux de consommation recommandés dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS) : au moins 2 fois par semaine des légumes secs et au moins un féculent complet par jour, car ils sont naturellement riches en fibres. L'objectif poursuivi par la loi cible également que le gain sur les repas permettra d'acheter de la viande de meilleure qualité (Label Rouge, agriculture biologique, ...).

3 Exemples d'actions à mettre en œuvre

Le groupe de travail « Nutrition » du Conseil national de la restauration collective (CNRC) propose les actions suivantes, qui peuvent être reprises pour élaborer le plan de diversification des sources de protéines, et **ne sont ni limitatives ni exhaustives**. Ces actions ont été identifiées à partir d'un document de synthèse de la littérature scientifique¹ et accompagnées d'exemples de mise en œuvre en France.

Les actions proposées sont classées dans 5 rubriques (5P) : le plat ou le produit lui-même (Plat), la manière dont les aliments sont présentés aux convives (Positionnement), la manière dont les menus sont organisés et conçus (Présentation), la manière dont la promotion est faite (Promotion), et le personnel travaillant dans le service (Personnel).

Agir sur les plats et les produits

■ Mettre en place un plan alimentaire visant à diversifier l'offre alimentaire

Le plan alimentaire est élaboré en prenant en compte à la fois l'équilibre alimentaire et les fréquences de service des plats. C'est un outil adapté pour concrétiser la diversification des sources de protéines et assurer la qualité nutritionnelle des repas.

Pour la restauration scolaire, il se rédige sur 20 repas consécutifs (par exemple : 4 semaines à 5 jours de menus/semaine) et correspond à une structuration des repas, et non à l'énumération précise des menus. Il se présente sous la forme de tableaux hebdomadaires dans lesquels figurent les différentes composantes (entrées, plats, garnitures, produits laitiers, desserts), elles-mêmes divisées en sous catégories (par exemple : entrées de crudités, de légumes cuits, de féculents, etc...).

Le [guide d'accompagnement de l'expérimentation du menu végétarien hebdomadaire](#) en restauration collective scolaire propose un exemple de plan alimentaire sur 20 repas successifs pour s'assurer d'une bonne diversité et qualité nutritionnelle (Annexe 4 de ce guide).

■ Proposer des plats associant des légumes secs à des produits carnés ou du poisson en petites quantités selon des recettes traditionnelles.

Il est également possible de diversifier les sources de protéines en s'inspirant de nombreuses recettes traditionnelles originaires d'autres pays reposant sur ce type de mélanges (chili con carne, toutes les soupes italiennes ou du Maghreb associant légumes, légumes secs et un peu de viande, etc.) ou des recettes traditionnelles françaises revisitées (petit salé lentilles, cassoulet, etc.). Ce type de plats sera d'autant plus intéressant que les convives auront des besoins élevés en protéines (EHPAD, établissements de santé, etc.)

Il s'agit de miser sur des recettes attrayantes, riches en aliments végétaux, de préférence faites maison. Cela permettra d'habituer les cuisiniers à la préparation de légumes secs, de préférence, brut, et aux convives de se familiariser avec elles.

¹ World Resources Institute – Playbook for guiding diners toward plant-rich dishes in food service

Le SIRESCO développe des recettes dans lesquelles les portions de viande ou poisson sont réduites de 30% et complétées par des légumineuses. Des recettes comme un sauté de bœuf aux haricots rouges ou du poisson aux lentilles corail sont développées dans ce qui est désormais appelé « plat mixte ».

■ Redéfinir les portions servies pour diversifier les sources de protéines et limiter le gaspillage alimentaire

La recherche souligne l'importance des tailles de portions servies par rapport à la quantité consommée par les convives. En effet, il a été démontré que la modification des tailles de portions de viande et de sources de protéines végétales dans un plat influence la quantité consommée, sans que les convives ne se rendent compte qu'ils ont consommé une quantité différente ou se sentent insatisfaits de ce qu'ils ont mangé.

Le GEM-RCN a proposé un guide sur les portions recommandées de chaque aliment en restauration collective. Ce guide à caractère facultatif² propose des repères pour les industries agroalimentaires et les acheteurs. Les portions peuvent être adaptées à hauteur de 10 % en plus ou en moins de la valeur indiquée. Pour les adultes et les adolescents, ces recommandations sont présentées sous forme d'intervalles. Les retours des professionnels de la restauration collective et les données récentes de mesure du gaspillage alimentaire ont montré que ces portions recommandées nécessitaient une actualisation³.

Dans le but de diversifier les sources de protéines, une action peut consister à servir les portions minimales de l'intervalle pour les viandes (porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats) et charcuteries et de servir les portions maximales de l'intervalle pour les légumes, légumes secs et céréales, si possible complètes (en lien avec les recommandations du PNNS 4) en veillant à la qualité gustative des végétaux servis et en accompagnant les enfants dans leur consommation afin de limiter le gaspillage.

Pour les restaurations ne prenant pas pour cadre les conseils de grammages du GEM RCN, et si nécessaire au regard des portions servies, il peut s'agir de réduire les portions de viande, charcuterie et poisson tout en augmentant les portions d'aliments végétaux en accompagnant les enfants dans leur consommation afin de limiter le gaspillage.

Dans tous les cas, les portions optimales dépendent de la catégorie de population (besoins nutritionnels, appétit, etc...) et de l'environnement alimentaire. Il est donc nécessaire de tester auprès des convives les portions adaptées pour chaque catégorie d'aliments, à partir de leurs retours et de la mesure du gaspillage alimentaire.

Une société de restauration adhérente au SNRC a mis en place un outil de recensement des quantités non-consommées par type de plat et par jour, en différenciant le plat végétarien. Cela leur permet d'analyser les données et de réajuster des portions pour limiter le gaspillage alimentaire.

² Seules les portions des produits « prêts à consommer » préparés par les fournisseurs extérieurs en restauration scolaire sont encadrées par la réglementation.

³ Ces portions repères sont en cours d'actualisation par le GT nutrition du CNRC. Le présent guide se référera donc à cette actualisation lorsqu'elle sera publiée.

■ Améliorer le goût et la texture des plats proposés, en particulier les produits à base de protéines végétales

Dans le but de diversifier les sources de protéines, favoriser leur consommation et éviter le gaspillage alimentaire, il est nécessaire d'optimiser le goût et la texture des plats, et en particulier ceux à base de protéines végétales, ainsi que de développer de nouvelles recettes testées auprès des convives. Donner des repères pour les cuissages et les assaisonnements : usage des épices, herbes aromatiques, huiles etc... Les plats à base de sources de protéines végétales doivent offrir aux convives des choix de plats attrayants, goûteux et suscitant la curiosité. Privilégier les ingrédients de qualité, si possible sous label de qualité, y compris issus de l'agriculture biologique. Pour les plats à base de protéines végétales, il est possible de s'inspirer de techniques de cuisine utilisées dans les pays ayant une tradition de cuisine des aliments sources de protéines végétales. Ces approches peuvent toutes contribuer à améliorer la perception de la qualité et du goût.

Dans un EHPAD d'une commune rurale d'Ariège, la direction a misé sur l'implication forte des cuisiniers tant sur les recettes que sur les pratiques culinaires, avec :

- De nouvelles recettes pour introduire des légumineuses : ex : houmous, crème de lentilles corail pour améliorer la consommation de légumes de saison ; tajine ou curry de légumes (avec légume sec et riz), etc.
- Des recettes avec un mélange d'aliments sources de protéines animales et végétales : ex : tourtes légumes et viande, courgettes ou blettes bolognaise, pizza complète (pâte type polenta),
- De nouvelles techniques culinaires pour améliorer la tendreté des viandes (cuissages lentes en basse température, marinade avant les cuissages poêlées).

Le Conseil national de la restauration collective a publié [un guide de recettes](#) de plats à base d'aliments sources de protéines végétales, avec des indications sur la cuisson des céréales et des légumes secs pour préserver une texture appétissante.

■ Dans les établissements proposant un choix entre plusieurs plats principaux, proposer un menu végétarien par semaine où tous les plats proposés sont à base de protéines végétales (restauration scolaire et d'entreprise⁴)

Il est possible d'introduire un repas dans la semaine où les différentes options de plats principaux sont végétariennes, en privilégiant les aliments sources de protéines végétales. Cela va dans le sens de l'expérimentation du menu végétarien hebdomadaire en restauration scolaire issue de la loi EGALIM, pour lequel des [recommandations](#) et un [livret de recettes](#) ont été élaborés.

Il est conseillé de promouvoir les bénéfices des options végétariennes et de proposer, en cas de choix multiple, une grande variété de plats appétissants à base protéines végétales, qui offre aux convives suffisamment de choix pour qu'ils n'aient pas l'impression que leurs options sont limitées. Dans tous les cas, il convient de limiter les produits ultra-transformés et de favoriser les produits issus de l'agriculture biologique, comme indiqué dans le guide précité en lien avec les recommandations de Santé Publique France. En conformité avec les recommandations nutritionnelles, la composante produit laitier doit être présente dans toutes les offres en restauration scolaire.

⁴ Dans l'attente d'une expertise scientifique sur les populations particulières. Le plan pluriannuel de diversification des sources de protéines n'est pas obligatoire pour la restauration d'entreprise, mais répond à une forte demande.

La ville de Montpellier propose dans ses cantines scolaires un menu végétarien par semaine. Dans ce cadre, un plat principal végétarien sur deux est entièrement composé d'aliments sources de protéines végétales. Ce repas, instauré progressivement, construit avec les enfants en veillant à la couverture de leurs besoins nutritionnels, et fait maison, est très apprécié par les enfants.

Un autre exemple d'action : la commune du Pradet, dans le Var a associé l'intégration du menu végétarien à un travail sur 4 ou 5 composantes selon les repas pour limiter les coûts et le gaspillage et réinvesti la différence pour proposer des produits, et notamment des viandes, durables et de qualité, y compris issus de l'agriculture biologique.

■ Proposer des plats à base d'aliments sources de protéines végétales variés dont les recettes sont familières

Pour augmenter la gamme de plats végétariens servis, il est possible de s'inspirer de cuisines [basées sur des productions locales](#), pour valoriser le plat et inciter le consommateur à goûter, par exemple les haricots secs de l'Essonne, d'Eure-et-Loir, du Val de Loire ou de Bretagne, les lentilles du Puy-en-Velay, du Berry, d'Eure-et-Loir, de l'Yonne, de l'Aube ou de Cilaos, des pois ronds et cassés du Languedoc ou de la vallée du Rhin, des pois chiches du Lauragais, de Midi-Pyrénées, mais aussi de la Drôme, du Gard, du Vaucluse, du Var et des Alpes de Haute-Provence ou des fèves cultivées en Aquitaine.

En cas de choix multiples, proposer aux convives des versions savoureuses et attrayantes, riches en aliments végétaux, des plats familiers les plus appréciés. Les versions végétariennes (boulettes végétales, chili sin carne), de préférence faits maison, peuvent être proposés en même temps que leur version à base de viande, afin d'encourager les convives à les considérer comme de nouvelles options pour diversifier leurs choix alimentaires. Ne pas insister sur leur caractère « végétarien », mais faire la promotion de leurs avantages spécifiques, en soulignant les points positifs tels que le goût, la saisonnalité ou les intérêts environnementaux. De même, il est nécessaire de servir différents types de plats (par exemple une salade, une omelette, une soupe et un plat de pâtes, légumes et légumes secs) plutôt que des variations sur le même type de plat (par exemple, quatre saveurs de soupes végétariennes).

Il est conseillé d'introduire progressivement une plus grande variété de plats à base de protéines végétales plutôt que d'introduire un grand nombre de nouvelles options à la fois. Cela donnera aux convives le temps de s'habituer aux plats à base de protéines végétales servis. En effet, les recherches montrent que les convives sont influencés par la variété des aliments proposés. En cas de choix multiple, un plus grand choix dans une catégorie donnée augmente la probabilité que les convives choisissent un plat de cette catégorie car il y a plus de chances qu'ils trouvent quelque chose qu'ils veulent vraiment manger. Il convient toutefois de faire preuve de prudence dans l'application de cette intervention, car un choix trop large peut empêcher les convives de prendre une décision claire sur ce qu'ils veulent et risque de générer des coûts et du gaspillage supplémentaire.

Pour commencer l'introduction des protéines végétales, il est conseillé de les insérer dans des recettes connues, comme des lasagnes, ou de manière familiale, en ajoutant des lentilles avec du riz. Par exemple, le lycée Nicolas Appert à Orvault sert régulièrement des lasagnes aux épinards et réalise souvent des sauces à base de lentilles, de tomates et d'oignons pour accompagner les pâtes.

Agir sur la manière dont les aliments sont présentés aux convives

■ Veiller à rendre les options à base de protéines végétales attrayantes dans les selfs

Veiller à ce que les vitrines des plats à base de protéines végétales soient également visuellement attrayantes. Éviter l'encombrement, qui décourage le choix. Lorsqu'un menu à base de protéines végétales est proposé, ne pas isoler ces plats dans une section à part, mais les proposer au même titre que les autres plats.

Une société de restauration adhérente au SNRC propose une offre « Signature » dans la restauration d'entreprise, qui fait la part belle au végétal. Cette offre ne prévoit pas de stand spécifique pour les plats concernés mais propose quotidiennement en plat du jour un poisson, une viande et un plat végétarien. Le plat végétarien fait partie intégrante de l'offre quotidienne.

Agir sur la manière dont les menus sont organisés et conçus

■ Souligner les attributs positifs des plats à base de protéines végétales à travers leur description dans les menus

Renommer les plats à base de protéines végétales proposés en utilisant des mots qui informent sur la saveur, la provenance du plat ou l'expérience culinaire et évite la confusion avec les plats à base de viande ou poisson. Faire participer l'équipe à la création de nouveaux noms, en particulier les cuisiniers qui travaillent quotidiennement avec les ingrédients et qui ont une connaissance précise de l'aspect, de la texture, du goût et des techniques de préparation des plats à base de protéines végétales. Bien choisir les termes utilisés pour être compris des convives. Conformément à l'objectif d'information et/ou d'éducation des convives, il s'agira aussi d'informer sur la nature des aliments composant ces plats. L'indication du lieu de production ou de l'origine du produit, du label ou SIQO le cas échéant, peut aussi contribuer à l'attractivité du plat ou du menu.

En Île-de-France, une société de restauration adhérente au SNRC a signé fin 2019 un partenariat tripartite avec une société familiale et un producteur de légumes secs situé à Beynes, pour développer une filière lentilles dans les Yvelines. Ces lentilles sont ainsi proposées tout au long de l'année au sein des collèges gérés par le Conseil départemental des Yvelines dont la restauration et le nettoyage sont gérés par C'Midy (société d'économie mixte créée par le Conseil départemental des Yvelines et cette société). En juillet 2020, la société s'est engagée sur des volumes plus conséquents permettant au producteur d'investir dans une machine de nettoyage et à d'autres producteurs locaux de se lancer dans la production de lentilles qui seront servies dans les restaurants de cette société de la région.

Les recettes réalisées avec ces lentilles sont identifiées dans chaque collège : les collégiens peuvent ainsi connaître le nom du producteur et le lieu de production.

Agir sur la mise en avant des produits

■ Recommander les menus ou plats à base d'aliments sources de protéines végétales à travers leur description

Mettre en valeur un plat à base d'aliments sources de protéines végétales notamment lorsqu'il s'agit d'une nouveauté, par des termes comme "Plat du jour", "Recommandation du chef", "Recommandation du jour". Faire en sorte que cette recommandation soit clairement visible pour les convives au moment où ils font leur choix et veiller à ce qu'elle soit intégrée dans les affichages.

■ Proposer des dégustations ou des évènements pour tester les nouvelles recettes à base de protéines végétales

Proposer aux convives de goûter les nouveaux aliments ou nouveaux plats avant d'être servis. Préparer des assiettes de dégustation contenant des petites portions, ce qui permettra aux convives de découvrir de nouvelles saveurs. Organiser des évènements et repas thématiques mettant en valeur les produits sous signe de qualité et d'origine dont par exemple, les légumes secs AOP, sur des thèmes comme la cuisine de certaines régions ou la sensibilisation aux problématiques environnementales.

La ville de Briançon a mis en place une animation spéciale pour introduire les protéines végétales. Il s'agit d'associer un conte avec une protéine végétale, par exemple, "les haricots de Jack et le haricot magique".

Le département du Doubs a mis en place une campagne d'animation baptisée « les aventuriers du goût », pour sensibiliser les collégiens à la problématique du gaspillage alimentaire et de leur faire découvrir de nouvelles saveurs. Ainsi, un jeudi par mois, les établissements du département sont invités à cuisiner un fruit ou un légume prédéfini et à le proposer à la dégustation de façon facultative, accompagné d'affiches spécifiques. Chaque mois, la promotion du fruit ou du légume proposé est ainsi faite.

■ Faire connaître les intérêts environnementaux et nutritionnels des plats à base de protéines végétales et informer sur les modes de production durables

Sensibiliser les convives aux avantages nutritionnels des légumes secs, ainsi qu'à l'intérêt en termes d'impacts environnementaux et d'apports nutritionnels d'un rééquilibrage des sources de protéines dans l'alimentation. Informer sur les modes de production plus durable (pour l'ensemble des sources de protéines). L'indication d'un bénéfice environnemental, voire territorial ou social, pour chaque type de plat protidique à base d'aliments végétaux ou animaux, permet de sensibiliser les convives aux conséquences positives d'un choix de produits de qualité.

S'assurer que ces messages sont placés là où les convives les remarqueront avant de se servir par exemple via des affiches ou panneaux d'information au niveau des menus, sur les panneaux devant les plats, sur les étiquettes des étagères ou à l'entrée du restaurant.

Une société de restauration adhérente au SNRC a mis en place une animation dans un restaurant d'entreprise de Mons en Baroeul, avec un stand et 2 diététiciennes présentes pendant le service pour promouvoir les légumes secs, leurs intérêts nutritionnels, donner

des idées de recettes et échanger avec les convives. Des propositions de diverses entrées et plats sont également mis en avant sur le self.

La Marie de Paris a conçu un guide « l'A à Z du plat protidique durable » pour améliorer la durabilité des repas servis en restauration scolaire, avec des conseils stratégiques et opérationnels et des outils pratiques pour améliorer la durabilité des plats à base de poisson, de viande et des plats végétariens. Les bénéfices environnementaux et nutritionnels des produits recommandés sont décrits dans le document.

Agir sur le personnel et les convives

■ Former le personnel à l'accompagnement des convives dans la découverte de nouvelles recettes et réaliser des ateliers d'éducation au goût

Associer les enfants ou autres populations nécessitant un accompagnement à la conception des repas, former le personnel sur la posture à adopter avec eux, leur faire goûter différents aliments, les sonder sur leurs préférences, permet aux plats, notamment végétariens, de rencontrer plus de succès et d'augmenter le répertoire alimentaire des convives. Par ailleurs, il est important de miser sur la qualité et l'interaction entre le personnel et les convives pour réduire le gaspillage alimentaire. Pour cela, il convient de former le personnel à des méthodes pédagogiques leur permettant d'accompagner avec bienveillance les convives dans la découverte de nouvelles saveurs.

Des ateliers et activités spécifiques peuvent être mis en place avec des intervenants extérieurs (collaborateurs ou extérieurs) afin de faciliter l'éducation au goût des convives et de rendre ludique l'expérimentation de plats sources de protéines végétales. En EHPAD, il est important d'impliquer les résidents en commission menus, de tester chaque nouvelle recette avec eux et de veiller à recueillir leur appréciation. Les réunions de conseil de vie sociale et les enquêtes de satisfactions avec les résidents et leurs familles sont également des espaces où l'on peut expliquer les démarches ou recueillir les avis.

Le collège de la ville de Flers organise des dégustations de nouveaux plats. Par exemple, lors du service d'un gratin de potimarron « maison » utilisant des légumes bio et locaux, les élèves sont invités à donner leur avis sur la recette, pour l'évaluer et statuer sur la possibilité de la proposer à nouveau.

Chez une société de restauration adhérente au SNRC, les nouvelles recettes sont systématiquement testées auprès des enfants et les plats végétariens n'échappent pas à la règle.

A l'issue de ces dégustations, les enfants notent différents paramètres (présentation, goût...) et font part de leurs commentaires. A partir de 70 % de satisfaction, les recettes sont intégrées aux menus, entre 60 et 69 %, elles sont retravaillées en fonction des retours des convives, et en-dessous de 60 % elles sont écartées du processus d'innovation culinaire. Grâce aux tests, l'offre de recettes végétariennes est adaptée au goût des enfants.

Le travail de R&D commence avec un comité de chefs experts en séances d'innovation culinaire. La société fait également appel à des chefs externes spécialistes du végétal.

Le groupe a commencé à proposer des plats végétariens en 2012 à la demande de la ville de Saint Etienne.

■ Former les cuisiniers et personnels sur les intérêts nutritionnels et environnementaux de la diversification des sources de protéines et les sensibiliser aux modes de production durables

Pour motiver les chefs et le personnel chargé de la production des repas à s'engager dans cet objectif de diversifier les sources de protéines :

- Leur proposer de mesurer l'impact environnemental des différents scénarios de menus.

- Les sensibiliser plus globalement à la notion d'alimentation durable : l'impact sur la durabilité des différents types de productions, les garanties liées aux produits d'origine France, les garanties environnementales, nutritionnelles, ou équitables des labels et SIQO.
- Organiser une formation et rediriger les cuisiniers et le personnel vers des sites web, vidéos ou des articles qui expliquent le lien entre les régimes alimentaires riches en aliments sources de protéines végétales, les modes de production durables (pour l'ensemble des sources de protéines), l'environnement et la santé. Ces supports sont ceux mis à disposition par l'administration ou des agences publiques (Ministère en charge de l'agriculture, Ministère en charge de la transition écologique, ADEME, Anses).

Intégrer cela dans une approche et une sensibilisation plus globale de leur rôle de cuisinier, en matière de durabilité, notamment dans le choix des aliments, des recettes (assemblage des aliments végétaux entre eux ou des aliments végétaux et animaux). Faire également le lien avec leur rôle dans le choix des modes de cuisson (moins énergivores) dans l'utilisation optimisée des ressources en cuisine, et la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Une société de restauration adhérente au SNRC s'est associée à « 50 futurs Ingrédients », programme créé par une société agro-alimentaire et WWF-UK visant à augmenter le nombre de recettes durables en restauration collective. Le Groupe souhaite en effet aider à trouver des solutions responsables pour la planète, via l'adoption d'une alimentation plus saine.

Le principal objectif de « 50 futurs Ingrédients » est de trouver des aliments à base de plantes.

Les aliments choisis sont disponibles dans un grand nombre de pays et peuvent être intégrés en tant qu'accompagnement ou qu'ingrédient principal au sein d'une recette. Ils peuvent déjà être utilisés au quotidien (lentilles, riz, chou kale...) ou plus rarement (tels que le fonio). Tous ont été sélectionnés pour leur faible impact climatique, mais également pour leur valeur nutritionnelle élevée.

Suite à cette collaboration, cette société a intégré dans ses menus 40 recettes utilisant un aliment du « futur », élaborées par des chefs et des nutritionnistes : les recettes font la part belle aux légumineuses et céréales.

■ Former les cuisiniers et personnels prioritairement à la préparation de recettes à base d'aliments sources de protéines végétales, ainsi qu'à l'amélioration des techniques culinaires en général pour limiter le gaspillage alimentaire

Veiller à ce que le personnel de cuisine ait accès à des formations pratiques sur la maîtrise des aliments à base de protéines végétales. Ces formations leur permettront de découvrir de nouveaux savoir-faire et d'enrichir leur métier.

Envisager un format "formation des formateurs", dans lequel sont renforcées les compétences d'un membre du personnel – qui suit une formation externe et qui ensuite est chargé d'organiser des sessions de formation-action avec le reste du personnel.

Intégrer ces formations dans le cadre global de la durabilité, avec un objectif de qualité des achats, des préparations culinaires et de réduction du gaspillage sur l'ensemble des aliments (qualité organoleptique, portions adaptées aux types de convives, mise en valeur des plats, etc.). Dans la mesure du possible, ces formations doivent intégrer de la pratique pour être appropriées aux réalités des cuisiniers. Donner au personnel l'occasion d'essayer de nouvelles méthodes de cuisson et de goûter les aliments qu'ils préparent rendra plus concrètes et attrayantes ces formations. Cela augmentera les chances qu'ils se souviennent du contenu enseigné et y adhèrent.

Faire le lien entre l'augmentation de la part des aliments sources de protéines végétales et la montée en gamme des denrées servies en restauration collective, tout en les formant, si besoin, à une préparation culinaire adéquate de ces produits de qualité.

Pour intégrer la diversification des sources de protéines dans une démarche de qualité et de durabilité globale des approvisionnements, en lien avec la loi EGAlim, l'EHPAD d'une commune rurale d'Ariège a misé sur l'implication forte du personnel et un travail à différents niveaux :

- une augmentation des produits Bio et sous signes officiels de qualité,
- une évolution de l'origine des matières premières en faveur des produits issus du département en passant par des plateformes de producteurs locaux (pour les légumes, les viandes, les produits laitiers, la farine, les pâtes) et au maximum en origine France pour le reste ; les résidents étant particulièrement sensibles à ce critère d'origine,
- plusieurs sessions de formations-actions avec les cuisiniers sur de nouvelles recettes de légumes de saison et légumineuses (crème de lentilles corail pour favoriser la consommation des légumes ; curry de légumes avec légume sec et riz, etc.), sur des recettes avec un mélange de sources de protéines animales et végétales (tourtes légumes et viande, pizza complète avec pâte type polenta, etc.) et sur de nouvelles techniques culinaires pour améliorer la qualité organoleptique des plats de viandes et de poisson et mieux satisfaire les résidents (cuissons lentes à basse température, marinades avant les cuissons poêlées, etc.).

Chez une société de restauration adhérente au SNRC, les chefs de tous les segments (scolaire, entreprise, EHPAD) suivent une formation de 2 jours à l'Institut Paul Bocuse sur la cuisine végétarienne. Au programme : techniques de cuisson, association et mise en valeur des céréales et des légumineuses !

Le centre de formation d'une société de restauration adhérente au SNRC a élaboré un module de formation pour son personnel sur la cuisine végétarienne. Ce module d'une journée comprend une petite partie de théorie sur les intérêts d'une cuisine plus végétale et le reste de la journée en cuisine pour préparer des plats végétariens. Ce module est proposé dans les plans de formation.

■ Investir dans des outils, équipements et ingrédients permettant de préparer les plats à base d'aliments sources de protéines végétales et légumes

Procéder à un audit du service restauration pour comprendre quels outils ou équipements peuvent manquer. Interroger le personnel pour connaître son avis sur les changements nécessaires ou consulter ceux qui préparent et proposent déjà des plats à base de protéines végétales, si besoin dans d'autres villes. Investir dans des outils permettant de préparer et cuire, en grande quantité, les ingrédients nécessaires aux plats à base de protéines végétales et de légumes.



Le plan de relance prévoit le soutien des petites cantines pour la mise en œuvre des dispositions de la loi EGAlim en restauration collective (diversification des sources de protéines, lutte contre le gaspillage alimentaire et approvisionnement durable et de qualité). Une enveloppe de 50 millions d'euros est dédiée à cette action en 2021.

4 Exemple de plan de diversification des sources de protéines⁵

Les actions proposées ne sont pas obligatoires ni exhaustives ou limitatives, chaque structure est libre de mettre en place les actions adaptées à son contexte de restauration en tenant compte des besoins spécifiques de ses convives

1ère année

- Elaborer un plan alimentaire (déterminer le nombre de composantes et les fréquences de présentation des plats),
- Déterminer les grammages à servir selon les plats en veillant à la diversification des sources de protéines (adapter la taille des portions en fonction du type de plats et de la catégorie de convives),
- Former les cuisiniers et personnels à la préparation des repas de bonne qualité nutritionnelle et gustative à base d'aliments sources de protéines végétales en favorisant les formations « pratiques »,
- Développer pour chaque composante du repas ses propres recettes à base de protéines végétales à partir des formations et du retour des convives – objectif de 5 recettes maîtrisées et validées par les convives,
- Sensibiliser le personnel et les convives aux intérêts nutritionnels et environnementaux de la diversification des sources de protéines et plus globalement aux modes de production durables,
- Investir dans les outils et équipements,
- Proposer un menu végétarien par semaine, de manière alternative en cas de choix multiples⁶,
- Réaliser une enquête de satisfaction auprès des convives et des personnels sur la mise en œuvre de ces actions.

2è année

- Continuer la formation des cuisiniers et personnels sur l'intérêt environnemental et nutritionnel des protéines végétales, et la qualité des plats en général : approvisionnement durable et de qualité pour l'ensemble des aliments protidiques, lien entre la diversification et la montée en gamme, optimisation globale des pratiques culinaires et lutte contre le gaspillage alimentaire,
- Organiser des journées thématiques (par exemple une journée où est valorisée un légume sec avec une présentation pédagogique et des déclinaisons de plats),
- Sensibiliser le personnel et les convives aux intérêts nutritionnels des aliments sources de protéines végétales (légumes secs notamment), à leur complémentarité avec les aliments d'origine animale, à l'intérêt de la diversification (rééquilibrage) des sources de protéines et plus globalement aux modes de production durables ainsi qu'aux impacts différents des aliments utilisés selon le type d'aliment, le choix de l'origine, le degré de transformation, les modes de production,
- Proposer un choix entre des menus exclusivement végétariens par semaine, en privilégiant les aliments sources de protéines végétales⁶,
- Mener une réflexion sur le placement et l'attractivité des vitrines en libre-service présentant les aliments sources de protéines végétales, le cas échéant,
- Améliorer les recettes, la présentation et la dénomination des composantes à base d'aliments sources de protéines végétales – objectif de 10 recettes maîtrisées et validées par les convives.

⁵ Ce plan est un exemple qui nécessite d'être adapté à chaque secteur de la restauration collective, en sélectionnant les actions adaptées au profil et aux besoins nutritionnels des convives.

⁶ Dans le cas de populations ayant des besoins nutritionnels spécifiques (EHPAD, hôpitaux), s'assurer que la mise en œuvre de cette action est conforme à l'atteinte des besoins nutritionnels.



3e année

- Améliorer les recettes, la présentation et la dénomination des composantes à base d'aliments sources de protéines végétales – objectif de 15 recettes maîtrisées et validées par les convives.
- Pérenniser les actions de sensibilisation et les journées thématiques, en fonction du retour d'expérience des convives,
- Ajuster les grammages des plats à partir d'un bilan de l'impact sur les coûts et le gaspillage alimentaire du plan pluriannuel de diversification des sources de protéines,
- Réaliser un bilan des impacts environnementaux, de l'impact territorial et social, et un bilan nutritionnel.

AGRICULTURE.GOUV.FR
      
ALIMENTATION.GOUV.FR