

Les fiches techniques d'Un Plus Bio - mars 2017

Gaspillage alimentaire : et si on adaptait les doses ?

La lutte contre le gaspillage alimentaire a le vent en poupe depuis quelques années, et spécialement en restauration collective où les restes pèsent entre 150 et 200 g par personne. En 2013, la France a mis en place un plan national de lutte contre le gaspillage avec l'objectif de diviser par deux d'ici 2025 les quantités de denrées non consommées ou produites en trop grande quantité. Un objectif facilement atteignable selon de nombreux adhérents d'Un Plus Bio qui s'affranchissent aussi, en partie, de certaines recommandations de grammages du GEMRCN.



CE QUE DIT LA LOI :

Et si on parlait du **GEMRCN** ? Eh oui, le guide officiel de la restauration collective offre un cadre très précis en termes de **grammages recommandés** dans la préparation des menus. Adaptés à chaque âge (moins de 18 mois, plus de 18 mois, enfants en maternelle, enfants en élémentaire, adolescents, adultes, personnes âgées), ces grammages constituent une base de travail destinée à garantir la couverture des besoins nutritionnels. À tel point qu'ils sont pour beaucoup devenus la norme à laquelle ne pas déroger. Et pourtant...

Travailler sur le gaspillage alimentaire nécessite forcément d'**interroger la quantité de nourriture** réellement consommée par les convives afin de mettre en adéquation le plus finement possible les besoins réels et les quantités produites. Car au-delà du problème de surconsommation qui touche les pays occidentaux, il y a d'abord celui de la surproduction. En régie, **aucune obligation** de respecter les grammages recommandés par le GEMRCN ; en délégation, l'obligation ne concerne que les enfants scolarisés de la maternelle ou lycée et les produits listés à [l'annexe II de l'arrêté du 30 septembre 2011](#), c'est-à-dire les produits prêts à consommer pour lesquels il est recommandé d'abaisser la consommation (pizzas, tartes, crêpes, friands, ou encore saucisses, quenelles, beignets, boulettes, paupiettes et préparations panées, glaces, mousses ou pâtisseries ainsi que les plats principaux composés).



L'AVIS D'UN PLUS BIO :

Réduire le gaspillage c'est d'abord **prendre conscience du problème** pour pouvoir le résoudre. Une première étape consiste donc à le mesurer, qu'on estime gaspiller ou pas, car les résultats sont souvent surprenants. C'est ensuite **éveiller à l'alimentation et au goût** pour l'aliment, et ce dès le plus jeune âge car les repères se construisent tôt. Enfin, alors qu'on mange trop dans les sociétés développées, il s'agit de **réinterroger nos besoins**, la peur de manquer et la réglementation. « *Manger moins pour manger mieux* » prend tout son sens et ce n'est pas un délit.

Autre aspect souvent négligé, le **plaisir à table** : un repas pris en quinze minutes dans une ambiance bruyante favorise le gaspillage. L'atmosphère du restaurant, le placement à table, la manière dont consomment les autres convives sont autant de paramètres à regarder dans le cadre d'une lutte efficace contre le gaspillage alimentaire.

LES BONNES IDÉES DU RÉSEAU

I - « SENSIBILISER ET RENDRE COMPTE DU GASPILLAGE »

> À **Pamiers** (09), un travail mené avec le syndicat de traitement des ordures ménagères enseigne aux enfants les gestes du tri et l'intérêt du compostage : invention de jeux animés durant le temps périscolaire, mise en place d'un guide, signalétique sur les déchets à trier...

> À **Mouans-Sartoux** (06), les enfants sont invités à trier eux-mêmes leurs restes dans des seaux dont le poids est mesuré quotidiennement au sein de chacun des trois groupes scolaires. En cinq ans, 80 % de gaspillage en moins (de 150 g à 30 g) par assiette.

> En **Isère**, le Département mène une bataille pour réduire de moitié le volume des restes en trois ans. Appliqué aux 96 collèges, le programme permettra d'économiser jusqu'à un million d'euros par an. La formation des agents, la sensibilisation des élèves et un effort de communication forment le triptyque de l'intervention, avec de beaux succès à la clé. Le collège pilote de **Villard-de-Lans** est passé de 210 g à 75 g de restes par assiette entre 2012 et 2015, économisant 23 tonnes de produits dans l'année. Les bénéfices sur les émissions de gaz à effet de serre sont également significatifs. À chaque service c'est l'équivalent de 4 000 km parcourus par une voiture qui sont économisés !

II - « RENDRE L'ENFANT ACTEUR DE SA FAIM »

Fini les portions uniformes, il faut permettre à chaque enfant d'évaluer ses besoins et l'engager, dans ce cas, à finir son assiette. Les modalités peuvent varier. On connaît déjà bien les assiettes petite ou grande faim, les fruits présentés coupés, les sauces servies à part, les self-services pour les entrées, mais certains vont plus loin : dans la **Drôme**, des tables de troc permettent aux enfants de déposer un produit non entamé pour le rendre disponible aux suivants qui désirent du rab, les enfants sont aussi invités à se servir en plat en self service et les légumes sont proposés à volonté en salle.



À la portion : petite ou grande faim ?

> À **Briançon** (05), les quantités ont été adaptées par famille de produits en fonction des pertes constatées : réduction des portions de lieu noir (30 %), de merlu (20 %), même chose pour certains légumes comme les épinards. Les calibres de fruits déclassés (petite taille) sont valorisés, les portions individuelles sont supprimées et les fromages servis à la coupe, le fromage blanc enseau.

> À **Nantes** (44), la réduction des portions, d'environ 10 %, a réduit le gaspillage de 20 %, et généré une économie de dix tonnes de légumes par an.

> À **Grande-Synthe** (59), qui fonctionne avec un prestataire, la taille des portions a été revue : le camembert entier est coupé en dix portions au lieu de huit, on propose moins de beurre, etc.

III - « COMMANDER ET PRÉPARER AU PLUS JUSTE »

Cela peut passer par un soutien informatique : certains logiciels combinent l'état des stocks et les quantités à acheter en fonction du type de menus (**Briançon**), d'autres permettent de gérer les commandes en fonction d'une variété de menus proposés aux structures et adaptés à chaque âge, en incluant par défaut un taux de perte durant la préparation (société **Croc la Vie**, Nord). D'autres idées faciles à mettre en place : commander moins de portions que le nombre de convives, surtout dans les menus à cinq composantes (réseau national **Ecolocrèche**, commune de **Manduel**, Gard). Ne pas hésiter à adapter le volume de pain, largement gaspillé. À **Grande-Synthe**, une commission menus revoit deux fois par mois les quantités avec le prestataire selon le succès remporté par les types de menus sur lesquels les convives sont invités à se prononcer par le biais d'une fiche.

IV - « VALORISER LES PRODUITS ET SOIGNER LE SERVICE »

Au **Foyer du Romarin** de Clapiers (34), la lutte contre le gaspillage passe par un travail sur les cuissons pour extraire le maximum de valeur nutritive des produits : basse température et à l'anglaise, réutilisation du même bouillon pour cuire plusieurs légumes ou mouiller d'autres préparations, fabriquer une soupe. Le chef René Galibert utilise aussi les fanes de légumes. ●