

## Fiche explicative de la feuille de calcul

Cette fiche est à lire attentivement avant d'utiliser l'outil informatique mis à votre disposition. Elle est destinée à vous guider dans l'utilisation de la feuille de calcul et à mener l'étude sur le gaspillage alimentaire au mieux. Parcourez cette fiche en même temps que la feuille de calcul pour comprendre au fur et à mesure ce qui vous est demandé de réaliser ou de renseigner.

### NOTIONS GLOBALES

*A prendre en compte tout au long du document.*

#### **Pour compléter la feuille de calcul :**

- Seules les cellules grisées sont à compléter. Ne pas remplir les autres cellules car les calculs y sont automatisés.
- Si vous vous êtes trompé en remplissant le document, ne modifiez que les cellules grisées.
- Tous les poids doivent être en kilogrammes.

#### **Pour récupérer les données avant de compléter la feuille de calcul :**

- Pour que les chiffres soient les plus réalistes possibles, veuillez ne pas préparer ou présenter plus de :
  - 10 entrées différentes
  - 8 plats (préparations protidiques + accompagnements) différents
  - 10 produits laitiers différents
  - 10 desserts différentsLes préparations de la veille qui vont être resservies doivent être incluses dans ces chiffres.
- Les plats préparés la veille et resservis doivent être pris en comptes sauf dans l'onglet 1 !

#### **Notions informatiques :**

- Comment supprimer une ligne :
  - Clic droit sur le numéro de la ligne à supprimer tout à gauche de l'écran => la ligne entière doit être bleue.
  - Sélectionnez 'Supprimer des lignes'.
- Comment ajouter une ligne :
  - Exemple : vous souhaitez ajouter une ligne entre les lignes 14 et 15.
  - Clic droit sur le numéro 15, tout à gauche de l'écran.
  - Sélectionnez 'Insérer des lignes' → votre nouvelle ligne portera alors le numéro 15.
- Si vous ne maîtrisez pas ces manipulations, testez-les sur un document vierge.

#### **Il est important :**

- qu'une unique personne remplisse le document de façon à toujours suivre la même méthode
- de reprendre un document vierge en début de chaque journée

Tous les mots suivis d'un \* sont expliqués, précisés à la page 12 'DEFINITIONS'.

## ONGLET 1 : 'Quantités de denrées non cuisinées + prix'

**Objectif** : établir le prix dépensé pour acheter 1 kg de produits. Ce prix nous servira par la suite à calculer les pertes financières liées au gaspillage alimentaire.

### RECUPERATION DES DONNEES

**Document à utiliser** : Fiche 'Produits cuisinés'.

#### Période :

Si le suivi des stocks n'est pas informatisé : au fur et à mesure de la préparation.

Si le suivi des stocks est informatisé : peut être fait au fur et à mesure de la préparation ou en fin de service.

#### Personne cible :

Si le suivi des stocks n'est pas informatisé : chaque personne en charge d'une préparation. Il peut aussi être décidé qu'une unique personne soit chargée de faire tous les relevés. A choisir selon le fonctionnement de votre équipe.

Si le suivi des stocks est informatisé : chef cuisinier ou gestionnaire.

### DEMARCHE INFORMATIQUE A SUIVRE

#### **Composantes\*** :

- Listez l'ensemble des ingrédients utilisés dans votre menu et classez-les selon :
  - leur utilisation (entrée, plat, produit laitier ou dessert) et
  - leur prix d'achat (€/kg ou €/unité).
- Renseignez obligatoirement TOUTES les cases grisées d'une même ligne.
- Si des lignes COMPLETES ne vous sont pas utiles, vous pouvez les supprimer ou les laisser vides.

- Si vous souhaitez inscrire plus de 10 ingrédients dans une sous-partie :
  - Insérez des lignes comme indiqué dans les notions globales en première page. Insérez autant de lignes que d'ingrédients à ajouter.
  - Effectuez un copier-coller de la ligne complète correspondant à l'ingrédient 3 :
    - placez votre souris sur le numéro de la ligne correspondant à l'ingrédient 3, tout à gauche de votre écran,
    - clic droit de la souris => toute la ligne doit être bleue,
    - sélectionnez Copier.
  - Ensuite, sur le numéro de la ligne nouvellement insérée :
    - clic droit de la souris => toute la ligne doit être bleue,
    - sélectionnez Coller.

Ainsi vous avez créé une nouvelle ligne comprenant les calculs automatisés, ce qui est primordial ! Si vous ne réussissez pas cette manipulation, renseignez seulement les 10 ingrédients principaux de cette sous-partie.

**Pain :**

- Les lignes qui ne sont pas utilisées doivent absolument être SUPPRIMEES !

**RESULTATS ATTENDUS**

**Pour chaque composante (idem pour le pain) :**

- poids de produits à cuisiner
- coût de ces produits
- prix moyen au kilogramme

**Pour l'ensemble du menu :**

- poids total de produits utilisés
- coût total de ces produits
- prix moyen du menu au kilogramme

## ONGLET 2 : 'Quantités en fin de préparation'

**Objectif :** établir la quantité de produits préparés après cuisson, soit tout ce qui va pouvoir être servi aux convives. Ces chiffres nous serviront de base pour évaluer le pourcentage de déchets alimentaires.

### RECUPERATION DES DONNEES

**Documents à utiliser :** Grilles de pesées ENTREES, PLATS, PRODUITS LAITIERS, DESSERTS (ou Grille de pesées MENU) et Grille de pesées DECHETS INEVITABLES si nécessaire.

#### **Période :**

Une fois toutes les préparations terminées, avant le service.

#### **Personne cible :**

Chaque personne en charge d'une préparation (chacun doit remplir la grille de pesées correspondante). Il peut aussi être décidé qu'une unique personne soit chargée de faire tous les relevés (s'il y a peu de préparations, utiliser la grille MENU). A choisir selon le fonctionnement de votre équipe.

#### **Variante :**

S'il y a des préparations-minutes, pesez 3 ou 4 échantillons de produit cuit et le multiplier par le nombre de portions\* servies.

#### **Actions :**

##### **1. Pour chaque entrée, plat, produit laitier ou dessert :**

- pesez plusieurs échantillons\* (nombre à adapter selon votre temps, le nombre de produits proposés... mais minimum deux et maximum cinq).
- pesez les contenants\* vides des échantillons
- comptez le nombre total d'échantillons préparés

##### **2. Lorsqu'il y a des déchets inévitables\* dans vos préparations :**

- prenez une portion\* contenant le déchet inévitable
- ôtez la partie 'déchet inévitable'
- pesez cette partie à jeter (1 échantillon suffira)
- comptez le nombre d'échantillons contenant ce déchet inévitable



- Les restes de la veille qui vont être présentés ou servis doivent aussi apparaître dans cet onglet du document.
- Si vous souhaitez avoir les données les plus précises possibles, vous devez aussi comptabiliser le nombre de fruits proposés.

## DEMARCHE INFORMATIQUE A SUIVRE

1.

- Inscrivez les poids et tares<sup>1\*</sup> de tous les échantillons relevés en KILOGRAMMES.
- Si vous avez pesé moins de 5 échantillons, vous devez obligatoirement SUPPRIMER les lignes non utilisées (sinon la moyenne sera fausse).
- Renseignez le nombre d'assiettes ou bacs (= unités) pour chaque préparation.

2.

- Renseignez le poids du 'déchet inévitable' et le nombre de portions correspondant.

## RESULTATS ATTENDUS

### Pour chaque composante :

- le poids total préparé brut (il comprend les déchets inévitables)
- le poids total préparé net (déchets inévitables retirés) = les quantités réelles qui peuvent être mangées

### Pour l'ensemble du menu :

- le poids total préparé net (déchets inévitables retirés) = les quantités réelles qui peuvent être mangées

Remarque : Pour le plat principal, vous pouvez peser plusieurs assiettes pleines de façon à comparer les quantités servies aux recommandations nutritionnelles faites par le GEMRCN\*\*. Vous pourrez ainsi voir si les assiettes sont trop remplies, ce qui pourrait expliquer une partie de l'éventuel gaspillage. Ceci est aussi faisable lorsque vous proposez des entrées, produits laitiers ou desserts individuels.

\*\*GEMRCN : Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition

## Onglet 3 : 'Évaluation du gaspillage'

**Objectif** : quantifier le gaspillage alimentaire à la fin du service et obtenir une évaluation financière de ces déchets.

### RECUPERATION DES DONNEES

#### Période et Documents à utiliser :

- En début de service :
  - 'déchets cuisines (à la préparation)\*' → Grille de pesées DECHETS.
- Une fois le service terminé :
  - 'déchets convives\*' → Grille de pesées DECHETS.
  - 'déchets cuisines (fin de service)\*' → Grilles de pesées ENTREES, PLATS, PRODUITS LAITIERS, DESSERTS (ou Grille de pesées MENU), Grille de pesées DECHETS INEVITABLES si nécessaire.

#### Personne cible :

Les équipes de cuisine et de plonge. Il peut aussi être décidé qu'une unique personne soit chargée de faire tous les relevés.

#### Actions :

##### **1. A la plonge**

- Pesez toutes les poubelles contenant le pain et les restes alimentaires en fin de service.

##### **2. En cuisine**

#### Avant le service :

- Pesez les déchets réalisés en cuisines lors de la préparation de l'ensemble des plats.

#### Après le service :

- Pour les préparations non entamées, comptez le nombre d'unités restantes.
- Pour les préparations entamées, pesez les restes avec leur contenant.
- Pesez le pain qui doit être jeté.
- Si vous avez des préparations avec des déchets inévitables, comptez le nombre de portions restantes, contenant ce déchet.

Si les sacs poubelles sont dans des poubelles, pensez à peser les poubelles seules.

Si vous utilisez un pèse-personne et que vous montez sur la balance pour obtenir le poids du sac poubelle, pensez à vous peser seul.

### DEMARCHE INFORMATIQUE A SUIVRE

- Tous les poids doivent être notés en KILOGRAMME.  
→ **Partie 1 : Déchets cuisines (à la préparation)**

## **PARTIE 1 A NE PAS REMPLIR SI VOUS ETES CUISINE CENTRALE**

- Renseignez le poids de départ (si vous utilisez un sac poubelle dans lequel on a déjà jeté des éléments).
- Renseignez le poids final des sacs poubelles lorsque toutes les préparations sont terminées.
- Renseignez la tare<sup>2\*</sup>. METTEZ UNE TARE EGALE A 0 SI :
  - vous avez directement pesé le sac poubelle,
  - vous avez un poids de départ.

### → **Partie 2 : Déchets des convives en fin de repas**

#### **o Si vous avez des déchets inévitables : noyaux, épluchures, restes de fruits, os ou grosses arêtes**

- Renseignez le nombre de portions restantes (= à conserver + à jeter) contenant des déchets inévitables.
- Pour les poids et le nombre de portions au départ, reprenez les chiffres notés à l'onglet 2.

#### **o Pesées des déchets**

- Renseignez le poids des poubelles (restes alimentaires et pain) dans les cases correspondantes
- Renseignez la tare comme précédemment (égale à 0 si vous avez un poids de départ)
- Pour renseigner le 'prix moyen dépensé pour 1kg de denrées', récupérez les chiffres obtenus dans l'onglet 1 'Quantités de denrées non cuisinées + prix'. Ce prix doit être absolument noté à chaque ligne (uniquement pour les restes alimentaires!).

*Remarque*: ce calcul n'a pas été automatisé car vous pouvez séparer les déchets selon les composantes : 1poubelle pour les entrées, 1 pour les plats... Dans ce cas, notez le prix au kg de chaque composante.

### → **Partie 3 : Déchets cuisines (en fin de service)**

#### **Pain :**

- Renseignez le poids de départ (si vous utilisez un sac poubelle dans lequel on a déjà jeté des éléments)
- Renseignez le poids final
- Renseignez la tare (égale à 0 si vous avez un poids de départ).

#### **Composantes :**

- NE TOUCHEZ PAS aux noms et à l'ordre des différentes propositions dans les composantes.

#### **o Pesées des déchets**

- Préparations non entamées : renseignez le nombre d'unités à jeter.
- Préparations entamées : renseignez le poids à jeter et reprenez la tare (à chaque ligne). Pour les préparations où il ne reste rien, ne remplissez pas les cases.

#### **o Si vous avez des déchets inévitables : noyaux, épluchures, restes de fruits, os ou grosses arêtes**

- Renseignez le nombre de portions, contenant des déchets inévitables, qui n'ont pas été servies mais qui doivent être jetées.

### → **Partie 4 : Gaspillage par convive**

- Renseignez le nombre total de convives ayant mangé lors du repas étudié.

## **RESULTATS ATTENDUS**

- total à déduire : poids des déchets inévitables.
- total brut (entamé ou non entamé) : poids des déchets alimentaires (incluant les déchets inévitables).
- total net : poids des déchets alimentaires sans les déchets inévitables.
- pour chaque partie : estimation des pertes financières associées au gaspillage alimentaire.
- total du gaspillage sur l'ensemble du menu (en kg et en €)
- ratios de ce qui a été jeté par rapport à ce qui a été préparé en termes de poids et de coût.
- gaspillage moyen réalisé par chaque convive (en kg et en €).

## Onglet 4 : 'Restes conservés'

**Objectif :** compléter l'évaluation du surplus de production réalisé dans la partie 'Déchets cuisines (en fin de service)' de l'onglet 3 et estimer les quantités conservées pour être resservies.

### RECUPERATION DES DONNEES

**Documents à utiliser :** Grilles de pesées ENTREES, PLATS, PRODUITS LAITIERS, DESSERTS ou Grille de pesées MENU, Grille de pesées DECHETS INEVITABLES si nécessaire.

**Période :**

Une fois le service terminé.

**Personne cible :**

L'équipes de cuisine. Il peut aussi être décidé qu'une unique personne soit chargée de faire tous les relevés.

**Actions :**

- Pour les préparations non entamées, comptez le nombre d'unités restantes.
- Pour les préparations entamées, pesez les restes avec leur contenant.
- Pesez le pain qui va être conservé.
- Si vous avez des préparations avec des déchets inévitables, comptez le nombre de portions restantes contenant ce déchet.

### DEMARCHE INFORMATIQUE A SUIVRE

**Composantes :**

**o Pesées des déchets**

- Préparations non entamées : renseignez le nombre d'unités à conserver.
- Préparations entamées : renseignez le poids à conserver et reprenez la tare (à chaque ligne). Pour les préparations où il ne reste rien, ne remplissez pas les cases.

**o Si vous avez des déchets inévitables : noyaux, épiluchures, restes de fruits, os ou grosses arêtes**

- Renseignez le nombre de portions, contenant des déchets inévitables, qui n'ont pas été servis mais qui doivent être conservées.

**Pain :**

- Renseignez le poids de départ (si vous utilisez un sac poubelle dans lequel on a déjà jeté des éléments)
- Renseignez le poids final
- Renseignez la tare (égale à 0 si vous avez un poids de départ).

## RESULTATS A OBTENIR

- total à déduire : poids des déchets inévitables.
- total brut (entamé ou non entamé) : poids des restes alimentaires (incluant les déchets inévitables).
- total net : poids des restes alimentaires sans les déchets inévitables.
- pour chaque composante: estimation de l'argent qui n'a pas été perdu.
- ratios de ce qui a été conservé par rapport à ce qui a été préparé en termes de poids et de coût.

## *Onglet 5 : 'Fiche récapitulative'*

**Objectif** : recenser l'ensemble des chiffres importants et permettre une comparaison plus facile entre les différents repas étudiés.

### **RECUPERATION DES DONNEES**

Vous n'avez rien à faire pour compléter cet onglet.

### **DEMARCHE INFORMATIQUE A SUIVRE**

- Si plusieurs établissements font une étude sur le gaspillage alimentaire, vous pouvez inscrire le nom de votre établissement ou le lieu d'étude.
- Renseignez la date du repas étudié.

**Remarque** : Vous pouvez imprimer cet onglet tel quel. Votre résumé contiendra 2 pages.

## DEFINITIONS

**unité** : selon votre mode de service, une unité peut correspondre à un plat/bac gastronomique (1plat pour une table complète, 1plat pour un salad'bar, 1plat qui va permettre de servir plusieurs personnes) ou à une préparation individuelle (1 yaourt, 1 entrée individuelle, 1 assiette si c'est un service à table, 1 portion de fromage, 1 dessert...).

**composante** : entrée, plat, produit laitier ou dessert (le pain n'est pas inclus).

**échantillon** : 1 unité (1 assiette pleine si portion individuelle, 1 plat/bac complet si salad'bar ou pour la composante plat...) choisie parmi toutes celles préparées pour établir une moyenne de poids.

**contenant** : assiette, bol, bac, ramequin, saladier...

**portion** : ce terme est employé lorsqu'il est question de déchets inévitables.

Si le déchet inévitable est dans une préparation individuelle, la portion est identique à l'unité.

Si le déchet inévitable est dans un plat/bac gastronomique, la portion est un des éléments de ce plat.

Exemple : un plat avec des 30 cuisses de poulet : la portion est UNE cuisse de poulet.

**déchet inévitable** : c'est une partie d'un aliment qui va être obligatoirement être jetée. Exemples : os, peaux d'orange ou d'ananas, trognons de pommes, gros noyaux de fruits...

**<sup>1</sup>tare** : poids du contenant seul, vide.

**déchets cuisines (à la préparation)** : déchets produits lors de la préparation des différentes composantes (épluchures de légumes, gras, os...)

**déchets convives** : tous les déchets alimentaires laissés dans les assiettes. Sont aussi compris les déchets inévitables.

**déchets cuisines (fin de service)** : tout ce qui reste en cuisine en fin de service qui ne peut être conservé pour être resservi.

**<sup>2</sup>tare** : poids du contenant seul ou de la personne qui a porté le sac (dans le cas de l'utilisation d'un pèse-personne).