

Introduire des produits bio en maîtrisant son budget, c'est possible !

Commune de Courtenay (45) :

340 repas/jour
30 % de bio
1.31 € de coût matière

Commune de Lys-Lez-Lannoy (59) :

1 300 repas/jour,
30 % de bio et local (volume),
7,26 € de coût « repas servi »
dont **1,5 €** de coût matière.

Restaurant d'Entreprise de la Banque de France (Toulouse) :

Un repas **100 %** bio pour des adultes à **1,3 €**
► Caviar de lentilles salade et galettes Miam : **0,22 €**
► Chile Valparaiso : **0,45 €**
► Gâteau aux carottes : **0,23 €**
► Pain : **0,40 €**

Plus de bio dans les assiettes, un bon calcul pour les territoires !

Les expériences menées ont des impacts positifs au-delà de l'alimentation et souvent **sources d'économies pour les territoires** :



Développement économique : L'agriculture biologique emploie 60% de main d'œuvre supplémentaire par rapport à l'agriculture conventionnelle (source : Agreste Primeur n°284 - juin 2012). De plus, s'approvisionner auprès de producteurs ou groupements régionaux permet de maintenir ou créer des activités et filières liées au territoire (ateliers de transformation, activités de logistique, etc.). Ces expériences sont aussi l'occasion de redonner du sens et de valoriser le métier de cuisinier.



Environnement et qualité de l'eau : En développant l'agriculture bio sur les zones de captages, les coûts de traitement de l'eau (supportés par les contribuables) sont diminués. Par exemple, à Munich, le développement de la bio autour des captages revient 27 fois moins cher que les coûts estimés de dénitrification.



Santé : Le cahier des charges de l'agriculture biologique interdit l'utilisation de pesticides et engrais chimiques de synthèse, et préserve ainsi la santé des agriculteurs et des consommateurs.



Éducation : Introduire des produits bio locaux en restauration collective donne l'occasion de mettre en place des actions pédagogiques avec les convives (éducation au goût, à l'alimentation, à la consommation responsable, etc.).



Accessibilité et Social : Introduire des produits bio locaux en restauration collective permet de rendre accessible au plus grand nombre des produits de qualité.

Conseil et formation :

Les conseillers Restauration Collective du réseau FNAB pourront vous accompagner pour la réalisation de diagnostics, l'organisation de formations du personnel et d'animations pédagogiques.

Contactez : jportier@fnab.org

Le Centre National de la Fonction Publique Territoriale (CNFPT) propose une formation « Gestion Financière d'un service de restauration collective ». www.cnfpt.fr

Ressources :

Consultez le site internet dédié à la restauration collective bio www.repasbio.org

Retrouvez les expériences réussies sur le site de mutualisation www.restaurationbio.org

Introduire des produits bio et locaux en restauration collective en maîtrisant son budget



Même si le prix est souvent le premier frein évoqué lorsqu'on envisage l'introduction de produits bio en restauration collective, de nombreuses expériences montrent que des solutions existent, et permettent de maîtriser son budget.

Quelques clés de réussite :

● Suivre et évaluer ses dépenses :

Le poste de dépense alimentaire ne représente en moyenne que 25 % du coût total d'un repas en restauration collective (voir ci-contre). Des économies peuvent donc être réalisées en agissant sur les dépenses non alimentaires, puis réaffectées pour les achats de denrées.

« Quel est mon coût alimentaire par repas du dernier mois ? De l'année ? Quel est mon coût de repas livré ? Servi ? Combien me coûterait par convive l'achat de pommes de terre bio pour toute l'année ?... »

En utilisant les principes et tableaux de bord de la comptabilité analytique, vous pourrez connaître et suivre les différents postes de dépenses, calculer des ratios, justifier certains investissements et nuancer l'impact budgétaire de certains produits.

● Commencer par un diagnostic de site :

Il permettra, outre de définir un plan d'actions adapté à ses ressources et objectifs, d'identifier les postes sur lesquels des économies peuvent être réalisées.

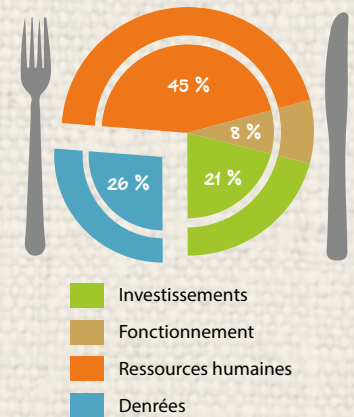
● Impliquer et former le personnel :

Les gestionnaires, ainsi que le personnel en cuisine, doivent être accompagnés dans leurs changements de pratiques (choix des produits, techniques culinaires, optimisation du temps de travail, marchés publics, etc.).

● Proposer des animations éducatives, impliquer et communiquer auprès des convives :

Cette sensibilisation permettra, entre autre, de limiter le gaspillage.

► Décomposition du coût d'un repas
Étude réalisée en 2008 sur 70 établissements d'Ile-de-France



Plus globalement, l'introduction doit :

Être progressive et régulière : Commencer par substituer toute une ligne de produits à l'année en choisissant des produits « faciles » : pain, carottes, pommes, produits laitiers, etc. Les opérations de repas 100% bio sont pertinentes à condition que leur fréquence soit définie et qu'une planification avec les producteurs soit faite. Si ces opérations sont trop ponctuelles et pas anticipées, elles ne structurent pas la filière agricole et risquent d'engendrer des surcoûts.

Être planifiée et dans la durée : Pour les producteurs ou leurs groupements, une garantie de débouchés pendant une certaine période (via un marché public par exemple) évitera une répercussion du risque sur le prix.



Les sources d'économies

Carottes râpées

- € Produites localement et donc de saison
- € Achetées en circuits courts
- € Préparées sur place, juste brossées (en bio pas besoin d'épluchage) = moins de déchets
- € Assaisonnées avec une vinaigrette maison
- € € Disposées en « salad'bar » avec d'autres crudités de saison = quantités adaptées donc moins de gaspillage
- € € Suppression des barquettes
Ex : 50 000 € d'économies à la cuisine centrale de Charleville Mézières (08)

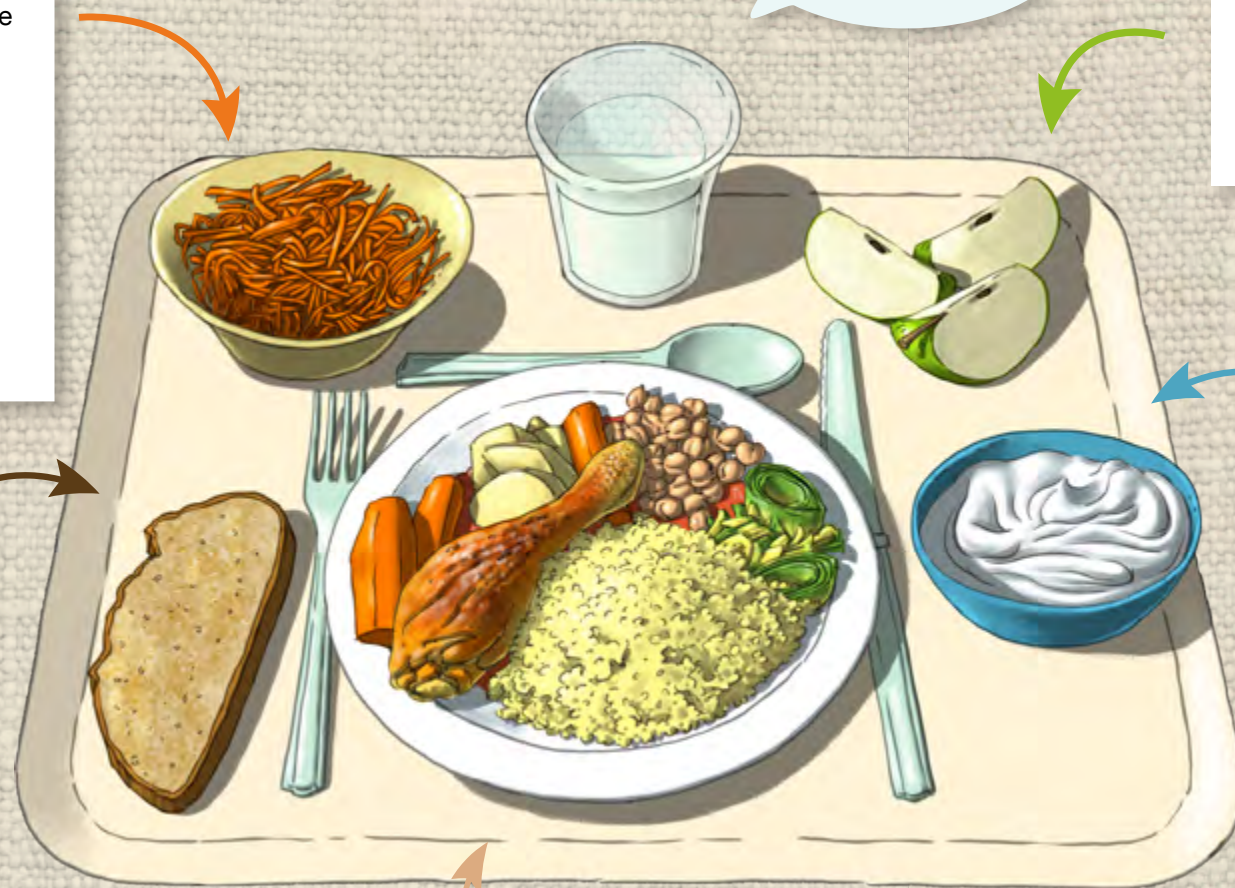
Pain

- € Semi-complet = plus rassasiant
- € Tranché et disposé en bout de self avec possibilité de se resservir = moins de gaspillage
Ex : pertes diminuées de 70 % sur le pain au Lycée des Sardières à Bourg-en-Bresse (01)

Légende

- € Impact sur dépenses alimentaires
- € Impact sur dépenses non alimentaires

Agriculture bio développée, qualité de l'eau préservée !



Pommes

- € Coupées et distribuées par quartiers = moins de gaspillage
- € € Non épluchées = moins de pertes, moins de temps de préparation
Ex : la peau représente 15 % du poids de la pomme (et est très riche en antioxydants)²

Fromage blanc

- € Acheté au kilo et sucré à juste dosage (6% max)
- € Servi en ramequins avec portions adaptées suivant l'âge et l'appétit des convives = moins de gaspillage

Plat principal

- € Céréales bio complètes ou semi-complètes = plus nourrissantes que les céréales raffinées (on peut donc baisser les grammages)
- € Viande bio = moindre fonte à la cuisson car plus riche en matière sèche
Ex : les saucisses de porc bio ont des rendements de cuisson supérieurs en moyenne de plus de + 10 % par rapport aux saucisses conventionnelles¹
- € € Cuissons lentes = meilleur rendement matière, économies d'énergies
Ex : le CHS de Dôle (39) mesure des rendements de 10 à 20 % supérieurs en cuisson basse température
- € Diversification des apports protéiques pour ne pas dépasser les recommandations du GEMRCN, en redonnant une place aux protéines végétales.
Ex : 5 g de protéines = 25 g de légumineuses cuites + 1 tranche de pain = 1 tranche de jambon (40 g) = 1 portion de fromage (30 g)

... Et les déchets ?

€ Déchets triés et pesés, et chiffres affichés

Ex : la lutte contre le gaspillage dans la commune de Mouans-Sartoux (06) a permis d'économiser 0.15 € par repas (-70 % de gaspillage en 3 ans) !

À voir : L'opération « Moins de gaspillage Plus de bio » à l'hôpital de Saintes (17)
www.penser-bio.fr/Moins-de-gaspillage-plus-de-bio

Sources :

- 1 : Étude menée en novembre 2011 par le Centre d'Expérimentation et de Technologie Agro Alimentaire Lande du Breil
- 2 : Ouvrage « Manger bio c'est mieux » Claude Aubert, Denis Lairon, André Lefebvre

Mais aussi :

- € Élaborer des menus avec les convives et tests gustatifs = moins de gaspillage
- € Établir des fiches techniques par convive avec grammages et coûts correspondants = quantités et budget adaptés
- € Gérer les effectifs pour ajuster les quantités prévues et servies = moins de gaspillage
- € Éliminer ou remplacer par du fait-maison les produits coûteux sans intérêt nutritionnel (fonds de sauces, vinaigrettes, pâtisseries, quiches, pizzas industrielles...)
- € Réviser les grammages = moins de gaspillage
Ex : la cuisine Centrale d'Arradon (56) a fait 10 000 € d'économies sur une année en révisant ses grammages.
- € Planifier pour optimiser le temps de travail :
 - si une composante est plus élaborée, simplifier les autres ;
 - certaines tâches peuvent être réalisées la veille (ex : cuisson et découpage de la viande) ;
 - selon la préparation, certains fruits et légumes bio peuvent se passer d'épluchage ;
 - mettre en place un Salad'bar, etc.

Investir dans du matériel / équipement :

- € Four vapeur, permet de faire soi-même son « jus » sans fond de sauce
- € Coupe pommes manuel (entre 3 et 10 € !) = moins de gaspillage
- € Optimiser l'utilisation des fluides : gaz, eau, électricité, etc.
Ex : double production 1 ou 2 j/ semaine pour limiter les dépenses d'énergie et de ménage les autres jours.

