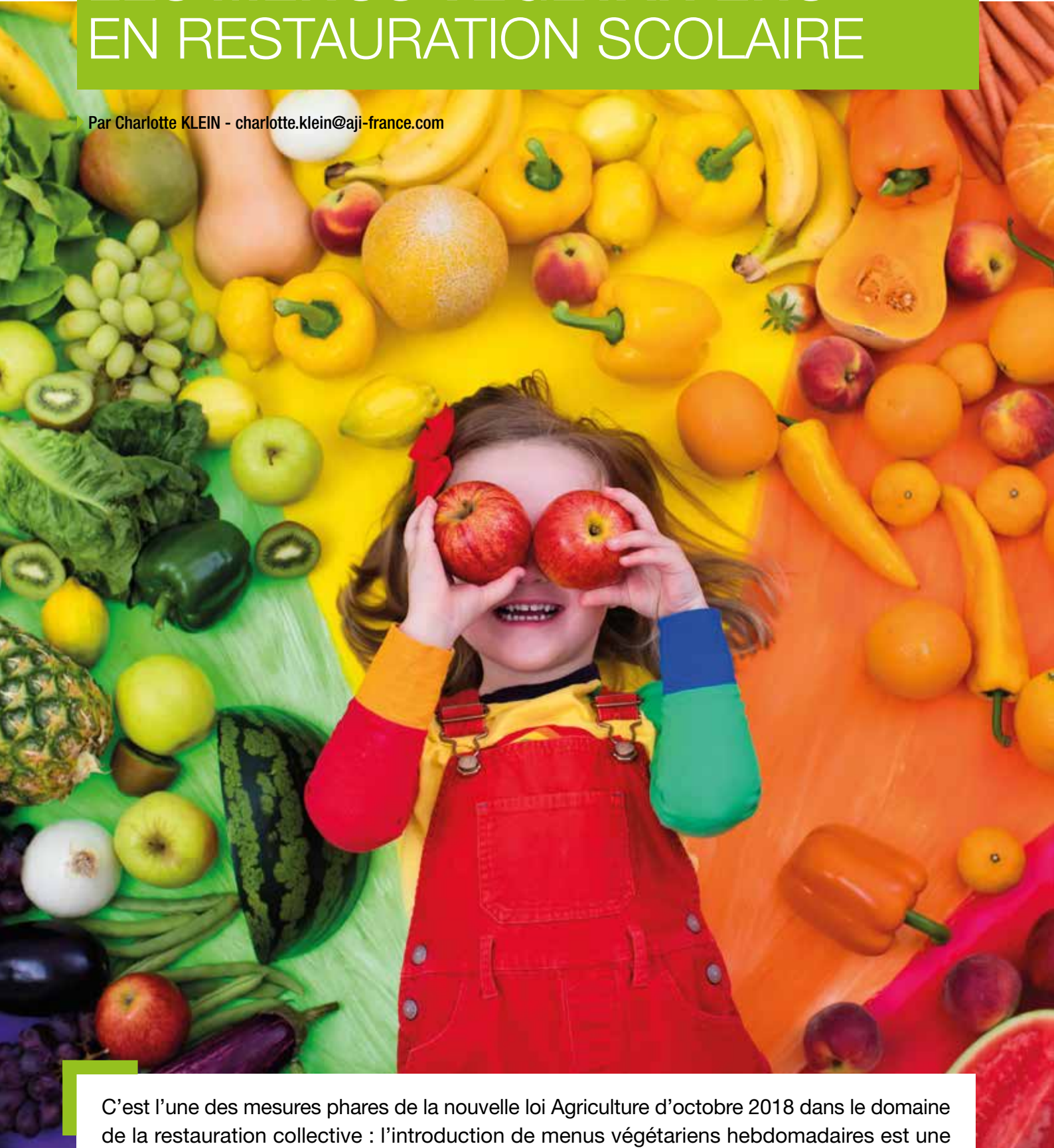


LES MENUS VÉGÉTARIENS EN RESTAURATION SCOLAIRE

Par Charlotte KLEIN - charlotte.klein@aji-france.com



C'est l'une des mesures phares de la nouvelle loi Agriculture d'octobre 2018 dans le domaine de la restauration collective : l'introduction de menus végétariens hebdomadaires est une décision populaire qui emporte l'adhésion du plus grand nombre et répond à une attente sociétale forte.

UNE ATTENTE SOCIÉTALE FORTE

Aujourd'hui en effet, si seuls 5 % des français sont végétariens ou végétaliens⁽¹⁾, 34 % se déclarent « flexitariens » (ils ont globalement diminué leur consommation de viande et de poisson)⁽²⁾ et 67 % de la population se dit prête à réduire sa consommation de protéines animales au profit de plus de qualité⁽³⁾. Près de six personnes sur dix soutiennent ainsi l'introduction de menus végétariens dans les écoles, proportion qui augmente encore chez les 18-34 ans (74 %)⁽⁴⁾.

Enjeu de santé et de développement durable, l'alimentation à base de protéines végétales est donc une pratique alimentaire à part entière qui dépasse aujourd'hui la seule communauté végétarienne et qui rencontre un succès grandissant chez les jeunes (11 % des 16-25 ans se disent végétariens ou végétaliens soit deux fois plus que les adultes⁽⁵⁾).

Pour répondre à cette forte demande, de nombreuses structures et collectivités ont déjà introduit des repas végétariens dans les restaurants scolaires. C'est notamment le cas dans la majorité des villes de plus de 30 000 habitants comme Bordeaux, Lille, Marseille, Strasbourg, etc⁽⁶⁾. La nouvelle réglementation franchit un pas supplémentaire en généralisant ces bonnes pratiques à l'ensemble de la restauration collective.

LE TEXTE ET SON DECRYPTAGE

La loi « *Pour l'équilibre des relations commerciales en agriculture et pour une alimentation saine, sûre et durable* » dite EGAlim dispose que (article 24> Art. L. 230-5-6 du CRPM) :

« À titre expérimental, au plus tard un an après la promulgation 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, pour une durée de deux ans, les gestionnaires, publics ou privés, des services de restauration collective

scolaire sont tenus de proposer, au moins une fois par semaine, un menu végétarien. Ce menu peut être composé de protéines animales ou végétales.

L'expérimentation fait l'objet d'une évaluation, notamment de son impact sur le gaspillage alimentaire, sur les taux de fréquentation et sur le coût des repas, dont les résultats sont transmis au Parlement au plus tard six mois avant son terme. »

Concrètement, cela signifie que :

- ✓ Toute la restauration scolaire, publique et privée, de la maternelle au lycée (les crèches et les universités ne sont pas concernées), doit proposer au moins un menu végétarien par semaine depuis le 1^{er} novembre 2019.
- ✓ La mention « au moins une fois par semaine » offre la possibilité aux cantines de servir des menus sans viande ni poisson **sans limite de fréquence**.
- ✓ Il s'agit d'un **menu unique (ou d'un menu alternatif** dans le cas où plusieurs menus sont proposés) dans lequel la viande et le poisson sont remplacés par des **protéines végétales** : légumineuses, céréales, oléagineux, etc. Ces protéines végétales peuvent être associées à des protéines animales comme les œufs et les produits laitiers (contrairement au menu « végétalien » exclusivement à base de protéines végétales).
- ✓ L'expérimentation est **temporaire** (deux ans à partir du 1^{er} novembre 2019), mais elle est obligatoire pour toutes les structures.
- ✓ On entend par « gestionnaire » le service administratif chargé de l'organisation de la restauration, il ne s'agit pas des prestataires de service.
- ✓ Cette expérimentation permettra d'évaluer les effets sur le gaspillage alimentaire, les taux de fréquentation des cantines et les coûts induits. En effet, d'après les expériences connues, les repas végétariens seraient moins gaspillés.
- ✓ L'évaluation de cette mesure au bout de deux ans permettra de l'adapter si nécessaire et de l'étendre éventuelle-

ment à d'autres segments de la restauration collective (médico-social...).

- ✓ **Aucune sanction** n'est prévue par la loi concernant sa mise en place.

LES ENJEUX

Le secteur de la restauration collective, qui représente 3,5 milliards de repas par an, constitue un levier majeur pour faire évoluer les pratiques alimentaires. Au-delà de l'engouement qu'il suscite chez les jeunes générations notamment, les enjeux du menu végétarien sont multiples.

1/ La préservation de l'environnement

Un rapport de l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO)⁽⁷⁾ de 2006 soulève la problématique de l'élevage, source principale de problèmes environnementaux critiques comme le réchauffement de la planète, la dégradation des terres, la pollution de l'atmosphère et des eaux et la perte de biodiversité.

L'organisation estime en effet que l'élevage est responsable au niveau mondial de 18 % des émissions des **gaz à effet de serre**, soit plus que le secteur des transports.

De plus, la production animale occupe 26 % de la surface émergée de la terre, ce qui fait d'elle la plus grosse utilisatrice anthropique de terres. L'expansion de l'espace disponible pour le bétail ou pour la production de soja destinée à le nourrir est un facteur de **déforestation**. En Amazonie notamment, la FAO relève que 91 % de la surface autrefois boisée sert désormais pour les pâturages et les cultures fourragères.

L'élevage a en outre un fort impact sur les **réserves en eau**, car il consomme plus de 8 % des utilisations humaines d'eau à l'échelle mondiale, pour l'irrigation des cultures fourragères essentiellement. Il s'agit également du secteur le plus polluant de l'eau (déchets animaux, antibiotiques, hormones, produits chimiques des tanneries, engrais et pesticides utilisés pour les cultures fourragères).

Enfin, la surpêche de poissons sauvages pour notre alimentation ou pour celle du bétail représente un danger pour la biodiversité mondiale, de même que la quantité d'animaux destinés à la consommation puisque ces derniers constituent environ 20 % de la biomasse animale terrestre totale : la superficie qu'ils occupent aujourd'hui était autrefois l'habitat de la faune sauvage.

Une nette diminution de la part des protéines animales au profit des protéines végétales dans les menus peut ainsi permettre de restaurer un équilibre pour la planète.

2/ La santé

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) et la FAO alertent régulièrement sur l'augmentation des affections cardiovasculaires, du cancer et du diabète liés à de mauvaises habitudes alimentaires et à la consommation excessive de viande notamment. Une alimentation plus équilibrée permettrait de réduire de 20 % les maladies cardiovasculaires, de 35 % les cancers et de 40 % les cas de diabète⁽⁸⁾.

À l'aune de ces considérations, le nouveau Programme National pour l'Alimentation (PNA3) 2019-2023 s'est fixé pour objectif de promouvoir les protéines végétales en restauration collective (action n°24) dont elle fait l'un des leviers de la transition alimentaire. Dans ses recommandations nutritionnelles à destination du grand public, le PNA3 préconise par ailleurs de réduire la consommation de viande hebdomadaire.

En écho à ce programme, la loi EGalim prévoit que les structures (pas uniquement scolaires) distribuant plus de 200 repas par jour doivent établir un plan pluriannuel de diversification de protéines incluant des alternatives à base de protéines végétales.

Intégrer plus de menus végétariens dans les cantines constitue ainsi une action de prévention majeure pour la santé des élèves et des usagers en même temps qu'elle permet d'éduquer les enfants aux bonnes habitudes alimentaires dès leur plus jeune âge.

3/ L'équité et la laïcité

L'introduction dans les cantines de menus sans viande ni poisson, équilibrés et de qualité est aussi un levier majeur vers plus d'équité dans l'accès à une alimentation saine et durable.

Les gestionnaires d'EPL le savent bien, le repas à la cantine est pour de nombreux enfants la seule occasion de manger équilibré au cours de la journée. Mais contrairement à une idée reçue largement répandue, les produits carnés sont aujourd'hui davantage consommés dans les milieux modestes que dans les milieux aisés, et il s'agit souvent de produits industriels de pauvre qualité nutritionnelle. À l'inverse, on observe une consommation de fruits et de légumes bien plus importante chez les cadres que chez les ouvriers⁽⁹⁾.

Le fait de proposer des alternatives végétariennes permettrait donc de niveler les inégalités alimentaires.

En outre, cette option permet de contourner un autre écueil bien connu des gestionnaires : celui lié aux difficultés de plateaux à caractère confessionnel qui peuvent conduire les responsables d'établissements scolaires à déroger à l'application stricte du principe de laïcité en proposant des repas différenciés (poisson le vendredi, repas sans porc etc.) Une étude menée par l'Association végétarienne de France (AVF) conclut que dans les territoires à forte présence musulmane, le menu végétarien est choisi en moyenne par 30 à 45% des convives⁽¹⁰⁾. Dans les autres territoires, l'option est choisie en moyenne par 30 % des convives dans les collèges et lycées, 30 à 40 % dans les écoles du premier degré⁽¹¹⁾.

4/ Les économies

C'est peut-être l'argument le plus percutant pour les chefs de cuisine et gestionnaires des services de restauration collective, car ce n'est un secret pour personne : la viande coûte cher.

S'il n'existe pas encore d'étude d'impact de la réglementation récente, une consultation menée auprès des acteurs de la restauration collective par l'AVF relève

une économie moyenne de 10 % sur le coût des matières premières pour un menu végétarien dans le cadre de la restauration autogérée. Pour la restauration externalisée, il n'a été constaté en moyenne aucun surcoût lié à la confection de menus végétariens⁽¹²⁾.

Par ailleurs, une étude du département américain de l'agriculture a comparé le coût d'une semaine de menus végétariens avec celui d'une semaine d'alimentation dite « classique ». Il en ressort qu'en moyenne, un végétarien réaliserait une économie de 650 € par an. Un régime à base de protéines animales coûterait en effet 46 € par semaine contre 33 € pour un régime à base de protéines végétales⁽¹³⁾.

Dans les structures ayant fait le choix des menus végétariens, les économies réalisées peuvent en outre être utilement réinvesties dans des produits issus de filières qualité. Cela permet d'acheter davantage de produits locaux cultivés au moyen de pratiques durables, et donc de renforcer l'activité économique et les initiatives locales.

UN CHANGEMENT DE CULTURE PROFOND À ACCOMPAGNER

Le passage à une alimentation plus végétale constitue un changement radical de paradigme, une petite révolution culturelle qui peut soulever un certain nombre de questions chez les acteurs de la restauration collective et qui nécessite un accompagnement des équipes et des usagers.

Les Gestionnaires d'établissements qui suivent les recommandations du GRCN (ex-GEM-RCN) s'interrogent peut-être sur la manière de concilier ces dernières avec la nouvelle réglementation et d'insérer le menu végétarien dans un plan alimentaire respectueux des exigences relatives à la qualité nutritionnelle des repas suivant les prescriptions de l'arrêté du 30 septembre 2011⁽¹⁴⁾.

Rappelons d'emblée que ces recommandations sont conçues comme un guide d'achats et qu'il ne s'agit pas d'une réglementation nutritionnelle obligatoire.

“ Une alimentation plus équilibrée permettrait de réduire de 20 % les maladies cardiovasculaires, de 35 % les cancers et de 40 % les cas de diabète. ”

