



## 4 Pistes pour introduire des produits bio et maîtriser ses coûts



### répondre au critère n°1 du label En Cuisine :

- au moins 10% des approvisionnements alimentaires doivent être biologiques et ce taux devra augmenter chaque année jusqu'à atteindre au minimum 20% en 4 ans -



### Pour aller + loin :

#### Les économies d'énergie :

-le **bio nettoyage** par vapeur sèche permet le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels sans produit chimique (économie considérable) et avec seulement 2 à 3 litres d'eau contre 600 litres (nettoyage/rinçage avec centrale de dilution) pour une cuisine de 200 couverts.

#### -la cuisson basse température

-l'**utilisation de contenants réutilisables** permet également de faire de belles économies par rapport au jetable : ramequins, bacs gastro pour le service en substitution des barquettes plastiques etc...

### 1 Introduire progressivement le bio par famille de produits

- **l'épicerie sèche** avec les céréales et les légumineuses bio sont accessibles facilement que ce soit en terme de disponibilité qu'en terme de coût,
- **les fruits et légumes**, peuvent être introduits en bio en respectant les saisons,
- **les laitages** avec les fromages à la coupe, les yaourts et les fromages en gros conditionnement (seau de plusieurs kilos). Les gros conditionnements permettent d'ajuster les portions et de réduire le gaspillage alimentaire et donc de faire des économies !

### 2 Proposer régulièrement des menus alternatifs

- **diminuer progressivement les protéines animales** telles que la viande,
- **collaborer avec des professionnels formés** afin de respecter les apports en protéines de substitution (céréales et légumineuses).

### 3 Adapter des pratiques vertueuses en utilisant les «restes»

pour les produits non présentés aux convives et en respectant les règles sanitaires

- **servir les fruits frais** en salade de fruits ou en accompagnement d'un fromage blanc,
- **proposer les légumes et certaines viandes** en soupe, gratin, tarte ou salade composée.

### 4 Travailler sur la diminution du gaspillage alimentaire

et sur la juste interprétation des recommandations du GEMRCN

- **accompagner les enfants à lutter contre le gaspillage** : les impliquer dans les campagnes de pesées des déchets qui doivent faire l'objet d'un réajustement des portions en fonction des résultats, mise en place des assiettes « grande faim » ou « petite faim »
- **travailler sur la manière dont sont distribués les produits et les plats aux convives** : distribuer le pain en bout de chaîne plutôt qu'en début, proposer une seule tranche avec possibilité de venir se resservir, distribuer les serviettes en papier plutôt que de les mettre dans un distributeur en libre-service, self participatif...

