



**6 BONNES RAISONS**

**DE PROPOSER**

**DES REPAS VÉGÉTARIENS**

**DANS LES CANTINES**

## **L'Association végétarienne de France (AVF)**

accompagne les collectivités, structures et institutions qui souhaitent réduire la part des produits animaux dans les menus proposés aux usagers. **Plus généralement, elle œuvre pour faciliter la transition alimentaire de celles et ceux qui le souhaitent vers une alimentation plus végétale.**

**Greenpeace** est une organisation internationale qui agit selon les principes de non-violence pour protéger l'environnement et promouvoir la paix. **Sur les questions agricole et alimentaire, Greenpeace milite pour une réduction de la consommation de viande et de produits laitiers au profit de la qualité.** Il s'agit de consommer « moins et mieux », et de défendre un élevage écologique face à une industrialisation toujours croissante.

**DÉCOUVREZ 6 BONNES RAISONS**

**DE PROPOSER DES REPAS VÉGÉTARIENS**

**À LA CANTINE →**

# 1. C'EST BON POUR LA PLANÈTE

**L'élevage est l'une des principales causes de la déforestation et de la dégradation des terres.**

Les deux tiers de la déforestation en Amazonie brésilienne, par exemple, sont dus à l'élevage. Cela fait de ce secteur l'un des moteurs de perte de la biodiversité<sup>1</sup>.

**La viande, l'aquaculture, les œufs et les produits laitiers sont responsables d'environ 56 à 58 % des émissions de gaz à effet de serre de l'ensemble de la chaîne alimentaire, et ils utilisent autour de 83 % des terres arables dans le monde.**

Pourtant, seules 37 % de nos protéines et 18 % de nos calories proviennent de ces produits<sup>2</sup> ! De plus, la surpêche

de poissons sauvages, pour notre alimentation ou pour celle des élevages terrestres et aquacoles<sup>3</sup>, a des impacts désastreux sur la biodiversité marine et la structure des habitats<sup>4</sup>. Une nette diminution de la part des protéines animales au profit des protéines végétales dans les menus peut changer considérablement la donne pour notre planète.

**[1]** *L'ombre portée de l'élevage*, FAO, 2006. <https://bit.ly/2nrrQaN>

**[2]** J. Poore & T. Nemecek, « Reducing food environmental impacts through producers and consumers », in *Science*, 1er juin 2018, vol. 360, n° 6392, pp. 987-992. <https://bit.ly/2J2HhDu>

**[3]** *De la confiture aux cochons. L'envers du décor de l'aquaculture*, BLOOM, 2017. <https://bit.ly/2mfyYEz>

**[4]** *La situation mondiale des pêches et de l'aquaculture - Possibilités et défis*, FAO, 2014. <https://bit.ly/2uIPQOV>



## 2. C'EST BON POUR LA SANTÉ

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) ne cessent de nous alerter sur l'inquiétante augmentation des affections cardiovasculaires, du cancer et du diabète<sup>5</sup>, qui touchent désormais 6,4 millions de Français-e-s.

**Une alimentation équilibrée permet de réduire de 20 % les maladies cardiovasculaires, de 35 % les cancers et de 40 % les cas de diabète.**

Comme le préconisent l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation (ANSES) ainsi que le Haut Conseil de la santé publique (HCSP)<sup>6</sup>, l'adoption d'une alimentation plus végétale est une réponse adaptée

à ces problèmes de santé. Intégrer plus de menus végétariens dans les cantines constitue donc une action de prévention majeure pour la santé de nos enfants et des générations à venir. C'est également donner la possibilité aux enfants d'intégrer de bonnes habitudes alimentaires dès leur plus jeune âge.

**Les villes de Lille<sup>7</sup> et de Grenoble<sup>8</sup> servent déjà deux menus végétariens par semaine en moyenne à leurs 14 000 et 8 000 écoliers respectivement. Pourquoi pas vous ?**

**[5]** *Régime alimentaire, nutrition et prévention des maladies chroniques*, rapport d'une Consultation OMS/FAO d'experts (Rapport technique de l'OMS 916), 2003. <https://bit.ly/2LBrmkzO>

**[6]** *Actualisation des repères nutrition-nels pour la population française*, ANSES, 2017, <https://bit.ly/2jO9RbL>. « Révision des repères alimentaires pour les adultes du futur Programme national nutrition santé 2017-2021 », HCSP, 2017. <https://bit.ly/2HI30LS>

**[7]** Lille est à deux menus végétariens par semaine depuis juin 2018. « Repas végétariens dans les restos scolaires lillois », ville de Lille, juin 2018. <https://bit.ly/2JT20K4>

**[8]** Grenoble est le plus souvent à deux menus végétariens par semaine, parfois à un et parfois à trois. <https://bit.ly/2KBrlQR> [menus de mai à juillet 2018 consultés le 8 août 2018].



### **3. CELA REND PLUS ÉQUITABLE L'ACCÈS À UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ**

**C'est vrai : 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 croyance 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 mauvaise qualité nutritionnelle.

À l'inverse, la consommation de fruits et de légumes est bien plus importante chez les cadres que chez les ouvriers<sup>9</sup>. De plus, l'expérience montre que lors de la mise en place de menus végétariens, hebdomadaires ou en option quotidienne, la fréquentation des cantines augmente<sup>10</sup>.

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

**[9]** « Les différences sociales en matière d'alimentation », Centre d'Étude et de Prospective, ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, in Analyse, n° 64, octobre 2013. <https://bit.ly/2DZYaLr>

**[10]** Résultats de la consultation menée par l'AVF de novembre 2017 à juin 2018 auprès des acteurs de la restauration collective en France.

## 4. C'EST BON POUR LE PORTEFEUILLE

Dans le cadre de la restauration autogérée, pour un menu végétarien, il a été relevé une économie moyenne de 10% sur le coût des matières premières.

Dans le cadre de la restauration externalisée, il n'a été constaté en moyenne aucun surcoût

## 5. C'EST BON POUR L'ÉCONOMIE LOCALE

Dans les structures ayant fait le choix des menus végétariens, les économies réalisées sont systématiquement réinvesties dans des produits issus de filières qualité<sup>13</sup>.

lié à la confection de menus végétariens<sup>11</sup>. Un surcoût peut parfois être constaté, mais cela est lié à l'augmentation de la fréquentation de la cantine lors de l'introduction des menus végétariens, pas à la confection des repas. Dans le cas de Lille, par exemple, la ville économise 30 centimes par repas végétarien<sup>12</sup>.

**[11]** Résultats de la consultation menée par l'AVF de novembre 2017 à juin 2018 auprès des acteurs de la restauration collective en France.

**[12]** France 3 Régions, juillet 2018.  
<https://bit.ly/2tYXGye>

**Cela permet d'acheter davantage de produits locaux cultivés au moyen de pratiques durables, et donc de renforcer l'activité économique, les initiatives locales et le sentiment d'appartenance à la collectivité.**

**[13]** Résultats de la consultation menée par l'AVF de novembre 2017 à juin 2018 auprès des acteurs de la restauration collective en France.

## 6. CELA RÉPOND À UNE ATTENTE SOCIÉTALE TRÈS FORTE

**Aujourd'hui, 67 % de la population française est prête à réduire sa consommation de protéines animales au profit de plus de qualité<sup>14</sup>.**

Près de six personnes sur dix soutiennent l'introduction de menus végétariens dans les écoles, et cette proportion augmente encore chez les 18-34 ans (74 %)<sup>15</sup>. Enfin, l'une des plus grandes fédérations de parents d'élèves, la FCPE, va plus loin et demande l'introduction dans les cantines de deux menus sans viande ni poisson par semaine<sup>16</sup>.

**[14]** Sondage IFOP-WWF 2017.  
<https://bit.ly/2LkoRPA>

**[15]** Sondage BVA - Greenpeace 2018.  
<https://bit.ly/2uMwFiQ>

**[16]** Communiqué de presse FCPE du 28 mars 2018. <https://bit.ly/2H2MHx7>



Pour passer à une alimentation plus végétale, il faut former les équipes de cuisine, assurer l'accompagnement pédagogique des élèves, promouvoir de nouvelles recettes...

**Des personnes sont là pour vous accompagner dans ce changement !**

Vous pouvez contacter l'Association végétarienne de France, spécialisée dans l'accompagnement des structures et des usagers en transition, en vous rendant sur [www.vegetarisme.fr/contact](http://www.vegetarisme.fr/contact) ou en écrivant directement à [cantinesveggies@vegetarisme.fr](mailto:cantinesveggies@vegetarisme.fr).



**GREENPEACE**

