



Alimentation durable

L'alimentation représente en moyenne **22 % de l'empreinte carbone d'un Français**, selon une étude du Commissariat général au développement durable. Plus de la moitié de ces émissions provient des produits transformés de l'industrie agroalimentaire, mais la restauration collective y contribue aussi largement.

Dans les équipements accompagnés par les Caf, et en particulier dans les Établissements d'Accueil du Jeune Enfant (EAJE), où plus de 90 % fournissent le repas du midi, la question de l'alimentation est centrale. Réduire son impact passe par des choix concrets : privilégier des produits issus de filières plus durables, repenser la place de la viande dans les menus ou encore mieux gérer le gaspillage alimentaire.

Le saviez-vous ?



- Produire 1 kg de bœuf génère 35,8 kg de CO₂, contre seulement 0,7 kg pour 1 kg de courgettes. (ADEME)
- Chaque Français jette en moyenne 63 kg de nourriture comestible par an. (CGDD)
- Un repas 100 % végétal nécessite jusqu'à quatre fois moins de surface agricole qu'un repas avec de la viande. (ADEME)

Les idées reçues

✗ Manger mieux et plus durable c'est plus cher

✓ Privilégier les légumes, légumineuses et céréales, souvent plus abordables que la viande ou les produits transformés, permet de compenser le coût parfois plus élevé des aliments bio. De plus, une alimentation durable aide à réduire le gaspillage alimentaire, ce qui représente aussi une économie.

✗ Un régime moins carné est synonyme de carences alimentaires

✓ Les protéines végétales que l'on retrouve dans un menu végétarien couvrent les besoins nutritionnels si l'équilibre alimentaire est respecté. Il n'existe d'ailleurs aucune contre-indication scientifique à l'introduction d'un menu végétarien hebdomadaire en restauration collective.

✗ Le soja pollue plus que la viande

✓ L'empreinte carbone du soja est largement inférieure à celle de la viande, en particulier celle du bœuf. La majorité du soja cultivé et responsable de la déforestation sert à nourrir le bétail, et non à l'alimentation humaine.

Par où commencer pour agir efficacement ?



Mieux gérer ses déchets alimentaires

1

Analyser les restes des repas : Identifier les excédents et ainsi ajuster les portions en fonction des besoins nutritionnels de la tranche d'âge de vos bénéficiaires. Dans le cas où c'est un prestataire qui livre les repas, un dialogue peut être instauré pour gérer ensemble les portions

2

Sensibiliser les bénéficiaires et le personnel : Organisation d'ateliers ludiques, affiches pédagogiques ou encore menus élaborés collectivement pour encourager une meilleure prise de conscience et réduire le gaspillage.

3

Mettre en place un compostage efficace : Former le personnel à la gestion du compost et impliquer les bénéficiaires à travers des jeux et des démonstrations pour transformer les déchets en ressource utile.

4

Associer les familles : Impliquer les familles pour renforcer l'adhésion des bénéficiaires aux bonnes pratiques et favoriser une continuité entre l'équipement et la maison.

Pour encore plus d'idées, notamment sur le choix des fournisseurs, consultez la [bibliothèque d'actions](#).

Quelques co-bénéfices d'une alimentation durable



- Une meilleure gestion des achats, avec des économies à la clé
- Des repas plus équilibrés, contribuant à la prévention du surpoids
- L'adoption de bonnes habitudes alimentaires, bénéfiques sur le long terme
- Un renforcement du lien social, grâce à des échanges autour de l'alimentation durable et à l'implication des familles
-

Une bonne pratique mise en place dans le réseau

Dans les Hauts-de-France, certaines crèches collaborent avec une société de restauration collective qui prépare des repas 100 % bio, adaptés aux besoins nutritionnels des tout-petits. Ces menus sont élaborés à partir d'ingrédients locaux, de saison et issus du commerce équitable.

Cette initiative permet de varier les sources de protéines en intégrant deux repas végétariens par semaine. Les enfants découvrent ainsi de nouvelles saveurs tout en adoptant une alimentation plus équilibrée et respectueuse de l'environnement.

Quelques indicateurs pour suivre la bonne avancée de votre démarche



Nombre de repas végétariens par semaine



Part de produits locaux



Poids des déchets alimentaires (en kg)



Part de produits issus de l'agriculture biologique

Des partenaires techniques et financiers pour vous aider



Les CAF peuvent vous soutenir tant sur le plan technique que financier dans la mise en place de votre démarche d'alimentation responsable.

Vous trouverez les différentes options de financement proposées par les CAF dans [notre guide dédié](#).



L'agence de la transition écologique (ADEME) est un partenaire financier à la fois sur l'investissement et sur des études qui ont pour but de réduire les impacts environnementaux des produits et des pratiques alimentaires.

bpifrance Bpifrance propose des solutions de financement, comme le « Prêt Action Climat » ou le « Prêt vert », pour soutenir la transition écologique des petites structures de moins de 50 salariés (TPE, PME). Les projets liés à l'alimentation durable peuvent bénéficier de cet accompagnement.



Les collectivités territoriales et les associations locales jouent également un rôle clé dans le développement de l'alimentation durable au sein des équipements accompagnés par la Caf notamment autour des projets alimentaires territoriaux (PAT). Elles apportent un soutien aussi bien technique (conseils, formations...) que financier (subventions, aides spécifiques).

N'hésitez pas à vous renseigner sur les associations et dispositifs existants près de chez vous pour bénéficier de ces ressources !

Quelques ressources additionnelles pour approfondir vos connaissances sur le sujet

- **ADEME** : [Acteurs de la restauration : devenez un maillon engagé de l'alimentation durable](#)
- **ADEME** : [Déchets des professionnels & établissements publics – Guide Trier et valoriser les déchets alimentaires : comment et à quel coût ?](#)
- **Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge (HCFEA)** : [La restauration des enfants de moins de 3 ans chez les assistantes maternelles et dans les EAJE](#)
- **Cité de l'agriculture** : [Kit pédagogique sur l'alimentation durable à destination des centres sociaux](#)
- **INRAE** : [Manger sain et durable, les fondamentaux](#)

Ce que je retiens de la fiche

Les actions que je peux mettre en place au sein de mon équipement
