



# Guide des EHPAD

## 52 actions pour agir face au Gaspillage Alimentaire





**Guide gratuit édité par le SyMPaC.**

Hôtel de ville de Calais, Place du Soldat Inconnu, 62100 CALAIS

**Édition numérique** : janvier 2026 - Version modifiée pour impression : juillet 2026

**Reproduction interdite** : Textes / photos/ illustrations

**Réalisation** : SyMPaC - **Directrice de la publication** : Isabelle TREUTENAERE - **Conception graphique** : Julie GUEUGNAUD - **Rédaction** : Isabelle TREUTENAERE, Lucie BOLLAËRT, Julie GUEUGNAUD - **Illustrations** : Chloé BEAUCE - **Photos** : © Droits Réservés, SyMPaC - **Impression** : Sublifab, Sangatte (100 exemplaires)





## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Mesdames, Messieurs,

Le RÉGAL Pays du Calaisis (Réseau pour Éviter le Gaspillage Alimentaire) a lancé une initiative pilote au sein de deux EHPAD de notre réseau déjà engagés et sensibilisés aux questions de lutte contre le gaspillage alimentaire dans le but de réunir les bonnes pratiques et d'échanger sur la faisabilité technique de leur mise en place.

Ce travail nous a permis de recenser 52 actions pour réduire davantage le gaspillage alimentaire, tout en travaillant sur l'évacuation des biodéchets restants. Ce guide est le fruit d'un travail collectif et d'une volonté commune de faire évoluer nos pratiques. Puisse-t-il s'enrichir également de vos initiatives !

Dans le Pays du Calaisis, chaque année, le secteur de la restauration collective génère environ 706 tonnes de gaspillage alimentaire. Soit, 8% du gaspillage total produit (source : étude 2025 « Diagnostic des pertes et du gaspillage alimentaire du Pays du Calaisis » – SyMPaC). Pour les établissements de santé, cela représente non seulement une perte de ressources précieuses, un manque à gagner et un sentiment de malaise pour le personnel contraint de jeter de la nourriture encore consommable.

Nous avons souhaité travailler à l'élaboration de ce guide à destination des EHPAD, spécifiquement axé sur la gestion du gaspillage alimentaire afin d'accompagner les équipes dans leurs changements de pratiques afin de répondre aux enjeux de réduction.

Nous espérons que ce document sera une source d'inspiration pour tous les professionnels engagés dans la lutte contre le gaspillage alimentaire en EHPAD. Ensemble, continuons à œuvrer pour une alimentation responsable.

Bonne lecture,

Nicole Chevalier, Présidente du Syndicat Mixte du Pays du Calaisis



# Table des matières

|                                                                        |   |
|------------------------------------------------------------------------|---|
| RÈGLEMENTATION . . . . .                                               | 5 |
| LA PLATEFORME MA CANTINE . . . . .                                     | 5 |
| LE LABEL NATIONAL ANTIGASPILLAGE . . . . .                             | 6 |
| LEADER : UN SOUTIEN FINANCIER POUR LA TRANSITION ALIMENTAIRE . . . . . | 6 |
| PRÉSENTATION DES ÉTABLISSEMENTS PILOTES . . . . .                      | 7 |

## 52 ACTIONS ANTIGASPI

### 1 CONCEVOIR LES MENUS ET LES APPROVISIONNEMENTS

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| POLITIQUE D'ACHAT . . . . .       | 16 |
| GESTION DES STOCKS . . . . .      | 17 |
| DIAGNOSTIC . . . . .              | 20 |
| ÉTABLISSEMENT DES MENUS . . . . . | 22 |

### 2 CUISINER EN LIMITANT LE GASPILLAGE

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| VALORISATION MAXIMALE DES PRODUITS . . . . .                      | 25 |
| ÉQUIPEMENT DES CUISINES . . . . .                                 | 26 |
| ANTICIPATION ET GESTION DE LA PRÉPARATION DES ASSIETTES . . . . . | 27 |
| PRÉPARATION DES REPAS . . . . .                                   | 28 |

### 3 SERVIR, CONSOMMER ET RÉDUIRE LES RESTES

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| ADAPTATION DU SERVICE . . . . .                     | 31 |
| SENSIBILISATION ET FORMATION DU PERSONNEL . . . . . | 32 |
| SENSIBILISATION DES RÉSIDENTS . . . . .             | 34 |
| GESTION DES EXCÉDENTS . . . . .                     | 35 |
| ENVIRONNEMENT DU REPAS . . . . .                    | 37 |

## LES OUTILS

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| AUTODIAGNOSTIC DE LA GESTION DU GASPILLAGE . . . . .            | 39 |
| MODE D'EMPLOI : PESÉE ET CALCUL DU COÛT DU GASPILLAGE . . . . . | 50 |
| MODÈLES DE TABLEAUX DE PESÉES . . . . .                         | 51 |
| MÉMO ADEME «RÉALISER UN DIAGNOSTIC» . . . . .                   | 53 |
| ARTICLE «L'EHPAD COMME AU REST'AUT» . . . . .                   | 55 |



## RÉGLEMENTATION

**Loi Garot (2016)** : structuration sur la hiérarchie de la gestion du gaspillage alimentaire.

Premièrement, agir sur la **prévention du gaspillage** (diagnostiquer, sensibiliser,...). Ensuite, pour ce qui n'a pas pu être évité, il est demandé de mettre en place **le don ou la transformation** des invendus et excédents. Puis, le gaspillage pourra être valorisé pour **l'alimentation animale**. Et enfin, le gaspillage alimentaire pourra être valorisé via **le compostage ou la méthanisation**.

**Loi EGalim (2018)** : obligation de mettre en place un diagnostic, d'intégrer des clauses d'approvisionnement durable et possibilité de donner les invendus/excédents (via une association habilitée avec laquelle il est nécessaire d'établir une convention de don).

Par ailleurs, le décret du 14 septembre 2022 rend obligatoire **la télédéclaration** sur le site MaCantine (voir ci-dessous). Elle vise à vérifier que les établissements respectent les objectifs d'achats responsables : au moins **50 % de produits durables ou de qualité**, dont **20 % de produits biologiques**.

**Loi AGEC (2020)** : (AGEC = anti-gaspillage pour une économie circulaire) généralisation du tri à la source des biodéchets, interdiction de détruire des invendus comestibles, création du label national anti-gaspillage (voir page 6).

**Tri à la source des biodéchets (2024)** : dans la continuité de la loi AGEC, il est désormais obligatoire de trier les biodéchets soit par le biais de la collecte de votre collectivité, soit via un collecteur privé si les volumes produits sont trop conséquents.

## LA PLATEFORME MA CANTINE

La télédéclaration sur la plateforme gouvernementale MaCantine est obligatoire pour tous les EHPAD, qu'ils gèrent leur restauration en interne ou via un prestataire. Elle découle de la loi EGalim et du décret du 14 septembre 2022, qui visent à promouvoir une alimentation plus durable et de qualité. Chaque année, entre janvier et mars, les EHPAD doivent télédéclarer leurs achats alimentaires réalisés l'année précédente. L'objectif est de vérifier la part de produits durables, de qualité et biologiques (50 % dont 20 % bio). La télédéclaration se fait sur [ma-cantine.agriculture.gouv.fr](https://ma-cantine.agriculture.gouv.fr) après création d'un compte. Les données peuvent être saisies directement ou importées via un tableau fourni par le prestataire. Cette démarche simple et rapide participe à la traçabilité et à la valorisation des pratiques alimentaires responsables des établissements.

Lien vers la plateforme : <https://ma-cantine.agriculture.gouv.fr/accueil>



## LE LABEL NATIONAL ANTIGASPILLAGE

Le label national « Anti-Gaspillage Alimentaire » valorise les établissements de restauration collective engagés dans la réduction du gaspillage alimentaire. Mis en place par le ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté Alimentaire, il reconnaît les structures qui mettent en œuvre des actions concrètes : suivi des pertes, ajustement des portions, valorisation des restes, ou sensibilisation des convives. Le label comporte trois niveaux (Engagé, Confirmé, Exemple), selon l'ampleur des démarches et les résultats obtenus. Accessible à tous les restaurants collectifs (écoles, EHPAD, hôpitaux, entreprises), il permet de mesurer les progrès et de communiquer sur les bonnes pratiques. Obtenir ce label, c'est contribuer activement à la transition écologique, réduire les coûts alimentaires et renforcer la responsabilité sociale de l'établissement. Deux référentiels existent pour le secteur de la restauration : "Restaurant" et "Unité de préparation".



[Lien vers le site : Label antigaspi alimentaire, consultez la liste des établissements labellisés](#)

## LEADER : UN SOUTIEN FINANCIER POUR LA TRANSITION ALIMENTAIRE EN EHPAD



Dans le cadre de la transition alimentaire et de la lutte contre le gaspillage, le **programme européen LEADER** peut accompagner financièrement les EHPAD du territoire du Pays du Calais. Ce dispositif, porté localement par le **Syndicat Mixte du Pays du Calais** (SyMPaC), soutient des projets innovants et durables en milieu rural.

Dès lors qu'un co-financement public est trouvé, le dispositif **LEADER** peut intervenir pour financer des investissements ou des actions concrètes visant à améliorer la gestion alimentaire, réduire les pertes et favoriser une alimentation de qualité : équipements de conservation (machines sous-vide), unités de maintien au chaud, études, actions de sensibilisation ou de formation.

À titre d'exemple, l'EHPAD d'Ardres a déposé un dossier de co-financement **LEADER** pour l'achat de poubelles et de chariots spécifiques, dans l'objectif de favoriser la gestion des déchets au sein de l'établissement.

Pour plus de renseignements : [www.pays-du-calais.fr](http://www.pays-du-calais.fr)



Contact : Lucie BOLLAËRT -  
**Animatrice LEADER**

Téléphone : 03 21 00 83 38

Mail : [developpementlocal@pays-du-calais.fr](mailto:developpementlocal@pays-du-calais.fr)



# PRÉSENTATION DES ÉTABLISSEMENTS PILOTES

## PRÉSENTATION DE LA RÉSIDENCE ARNOUL.

La Résidence Arnoul, située à Ardres, est un EHPAD public accueillant 72 résidents, complétés par 12 personnes en Unité de Vie Alzheimer (UVA). L'établissement assure une prise en charge des personnes âgées, en intégrant progressivement les enjeux de développement durable et de lutte contre le gaspillage alimentaire dans son fonctionnement quotidien, dans le plus grand respect du bien-être des résidents.



La restauration constitue un levier central de cette démarche. Les repas sont préparés sur place par une équipe composée d'une cheffe de cuisine et de trois agents. L'approvisionnement est assuré par le prestataire API Restauration, avec une volonté affirmée de privilégier les produits frais et bruts, permettant un meilleur ajustement des quantités et une valorisation optimale des denrées. Des solutions de secours (produits prédécoupés en conserve) sont néanmoins prévues afin de garantir la continuité du service en cas d'aléas logistiques.

Les menus sont élaborés dans le cadre d'une commission restauration trimestrielle, réunissant la direction, la diététicienne, le médecin, des professionnels soignants, l'animatrice et des résidents. Cette organisation favorise l'adéquation entre les besoins nutritionnels des personnes âgées, leurs préférences alimentaires et la qualité gustative des repas.

L'établissement est engagé dans le programme interne API Bas Carbone et a signé la charte d'engagement réciproque avec le RÉGAL Pays du Calais et le SEVADEC (Syndicat d'Evacuation et de Valorisation des Déchets du Calais).

De nombreuses pratiques concrètes de réduction du gaspillage alimentaire sont déjà déployées en cuisine et en salle de restauration, elles sont à retrouver dans ce guide. Le personnel de l'établissement s'est investi progressivement dans les projets durables, entraînant avec lui les résidents et progressivement les familles. De la cuisine au local poubelles, en passant par les chambres et les bureaux, le flux des déchets alimentaires et non alimentaires fait l'objet d'une stratégie de réduction exemplaire.

La Résidence Arnoul illustre ainsi une démarche progressive, réaliste et adaptée aux contraintes du grand âge, reposant sur des actions simples mais structurantes. Son expérience constitue un retour concret pour les établissements souhaitant engager ou renforcer une politique de lutte contre le gaspillage alimentaire, en conciliant qualité de service, respect des résidents et responsabilité environnementale.

# INTERVIEW DE LA DIRECTRICE

Védastine DOUBLET, Directrice de la Résidence Arnoul depuis 2021

## Pourquoi la lutte contre le Gaspillage Alimentaire est un sujet pour vous ?

Nous sommes tous concernés par l'avenir de notre planète, quand je vois qu'au mois d'août nous avons utilisé toutes les ressources que celle-ci peut nous donner, cela est affolant !

La lutte contre le gaspillage est un levier pour préserver les ressources, et l'EHPAD est aussi concerné. Nous devons tous réfléchir à des pistes d'améliorations pour éviter au maximum de jeter des aliments non utilisés.

## Quelles mesures avez-vous mises en place pour lutter contre le gaspillage alimentaire au sein de l'établissement ?

Nous pesons nos déchets alimentaires plusieurs fois par an, ce qui nous permet d'évaluer la pertinence d'un repas et de le maintenir sur de prochains menus.

En 2023/2024, le sujet concernait le gaspillage du pain. L'une de nos résidentes a abordé ce sujet au cours d'une commission restauration. Un gachimètre à pain a été installé, nous avons effectué des comparaisons sur le prix, 10 pains jetés = le prix d'une place de cinéma. Ça parle à tout le monde et c'est ludique.

En commission restauration nous abordons toujours la thématique « gaspillage alimentaire ».

D'autres actions ont été mises en place comme l'utilisation des épluchures de légumes pour compléter la soupe.

Nos cuisiniers participent dorénavant au service du repas, cela leur permet d'avoir des retours positifs ou négatifs du repas et ainsi les remonter à la commission restauration afin d'identifier des pistes d'amélioration.

## Comment impliquez-vous les résidents et le personnel dans cette démarche écoresponsable ?

Nous avons 2 soignants référents, 1 agent hôtelier référent et les cuisiniers de l'EHPAD qui participent à la commission restauration. A cela s'ajoutent la direction, le médecin coordinateur, l'animatrice, mais aussi 4 à 5 résidents.

Les soignants référents notent les dysfonctionnements rencontrés durant le trimestre précédent et les remontent à cette commission, ainsi des pistes d'améliorations sont identifiées.

Les points positifs sont bien sûr aussi remontés. Ainsi, si un repas a beaucoup plu, nous le mettons d'office sur les prochains menus !

Par exemple, lors de notre dernière commission, nous avons abordé le repas «friterie» proposé sur le mois de mars ; les résidents ont adoré manger dans des barquettes (comme à la friterie), aucun gâchis ce jour-là, nous avons donc décidé de le mettre 1 fois par mois.

C'est important que tout le monde se sente impliqué, car chacun peut apporter de bonnes idées !



## Quels sont vos prochains objectifs ou projets pour aller encore plus loin ?

Pour la lutte contre le gâchis, nous avons déjà de très bons retours concernant les pesées (46g/pers/repas). Nous avons tout de même des projets à venir, comme la mise en place d'ateliers culinaires pour les résidents afin qu'ils retrouvent le plaisir de manger ce qu'ils ont préparé, et la formation de l'équipe cuisine à la présentation des repas à texture modifiée afin d'améliorer davantage la qualité visuelle du repas et éveiller ainsi les papilles.

## INTERVIEW DE LA CHEFFE

Mélanie TIPREZ , Cheffe de cuisine chez API, à la Résidence Arnoul depuis 2025.

### Qu'est-ce qui vous anime dans votre travail ?

Le plaisir des résidents, cela me tient à cœur. Je suis curieuse et j'aime me lancer des défis !

### Comment adaptez-vous vos menus pour éviter le gaspillage tout en respectant les goûts et les besoins nutritionnels des résidents ?

Je réalise des commandes en fonction des stocks, à courte fréquence ce qui me permet de réguler les stocks. Les menus sont adaptés aux résidents en fonction de leur goût.

Lors du service, l'ensemble du repas n'est pas envoyé en intégralité, ce qui permet de réutiliser les restes pour un autre repas (exemple : utilisation de pommes de terre pour agrémenter le potage du soir).

Je me suis lancée également le défi de réaliser un menu bas carbone<sup>1</sup>, en utilisant un maximum de produits en date courte, en coupant finement la viande pour limiter le temps de cuisson et donc la consommation d'énergie, et en intégrant une entrée riche en protéines végétales. C'était un challenge enrichissant !

### Quelles sont les principales difficultés que vous rencontrez pour concilier qualité des repas et réduction du gaspillage ?

Lors du repas du soir nous laissons la possibilité aux résidents de choisir entre un souper-fromage et un plat. Il est difficile pour moi d'adapter mes commandes car les résidents choisissent le jour même en fonction de leurs envies et de leur appétit.

---

1 Article «menu bas carbone» à retrouver page suivante.



# CHALLENGE MENU BAS CARBONE

Mélanie TIPREZ , Cheffe de cuisine chez API

**Cuisiner bon, sain et écoresponsable, c'est l'objectif d'un menu bas carbone.**

**Dans le cadre de sa démarche écoresponsable et de lutte contre le gaspillage alimentaire, l'EHPAD d'Ardres a relevé ce défi, une initiative originale qui allie respect de l'environnement et créativité. Nous avons posé nos questions à la Cheffe de la Résidence Arnoul à Ardres.**



## C'est quoi un menu bas carbone ?

Un menu bas carbone, c'est avant tout une cuisine raisonnée, peu énergivore, élaborée à partir d'aliments bio ou sous label. L'objectif est de réduire l'empreinte carbone de chaque repas tout en limitant le gaspillage alimentaire. Pour cela, on privilégie les circuits courts, on utilise les denrées proches de leur date limite et on adapte les cuissons pour économiser l'énergie.

## Est-ce que ça demande beaucoup de réflexion ?

Oui, mais c'est un beau défi ! Il existe aujourd'hui de nombreux ouvrages spécialisés dans la cuisine bas carbone qui permettent de s'inspirer et d'innover. À l'EHPAD d'Ardres, les menus sont soigneusement validés par la diététicienne afin de garantir un apport nutritionnel équilibré, essentiel pour les résidents. Il s'agit donc de trouver l'équilibre parfait entre nutrition, plaisir et écologie.

## Comment élabore-t-on un menu bas carbone ?

Tout commence par un petit tour dans les frigos et les placards ! L'idée est de composer le menu en valorisant un maximum de produits déjà disponibles, en particulier ceux qui pourraient bientôt ne plus être utilisables. Ce principe de base permet de réduire le gaspillage et d'optimiser les ressources. Ensuite, on réfléchit aux modes de cuisson les plus sobres, tout en gardant en tête les contraintes liées à l'âge et à la santé des convives.

## De quoi se composait le menu du jour écoresponsable et gourmand ?

Voici le menu concocté pour l'occasion à l'EHPAD d'Ardres :

Entrée : houmous de pois cassé avec rondelles de radis et carottes bio

Plat : joue de porc et pommes-de-terre vapeur

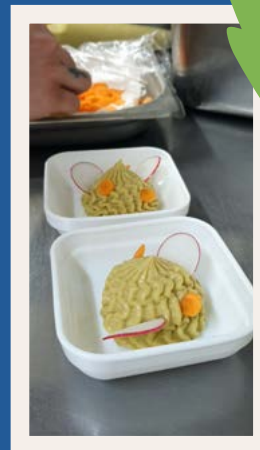
Dessert : banane bio et sauce au chocolat maison

Ce menu a été pensé intelligemment : du lait, de la crème et du chocolat devaient être utilisés rapidement — d'où l'idée gourmande de les transformer en sauce au chocolat pour napper des bananes bio. Pour l'entrée, le houmous de pois cassé, riche en protéines végétales, a été préparé avec des pois ayant trempé toute la nuit, ce qui a permis de réduire le temps de cuisson à 15 minutes au four vapeur. Des rondelles de crudités ont agrémenté ce houmous présenté dans un petit ramequin coloré, appétissant et plein de fraîcheur !

Le plat, lui aussi, respecte la démarche : la joue de porc a été coupée en petits morceaux pour raccourcir la cuisson, et les pommes de terre ont été cuites à la vapeur, un mode de cuisson économe en énergie et respectueux des qualités nutritionnelles.



Ce défi est une belle démonstration qu'avec un peu d'imagination, de bon sens et de collaboration entre les équipes, il est possible de conjuguer écologie, santé et plaisir à table. Bravo à l'équipe de cuisine et à tout l'établissement pour cette initiative engagée et savoureuse !



# PRÉSENTATION DE LA RÉSIDENCE LE CHÂTEAU DU BOIS

L'EHPAD Résidence Le Château du Bois, situé à Oye-Plage, accueille 78 résidents, auxquels s'ajoutent deux Unités de Vie Alzheimer (UVA) de 9 personnes chacune. L'établissement fait partie du groupe Colisée, engagé dans une démarche globale de développement durable intégrant notamment une stratégie bas carbone, des achats responsables et la généralisation d'une alimentation durable.



La résidence dispose d'une cuisine traditionnelle intégrée, avec une équipe dédiée composée de 3 équivalents temps plein et d'un apprenti (Chef, second, commis). Cette organisation permet de préparer l'intégralité des repas sur place, de l'entrée au dessert, ainsi que les goûters, en travaillant majoritairement avec des produits frais (environ 80 %), avec un recours limité aux produits transformés et aux surgelés. Les approvisionnements privilégient les circuits locaux, complétés par quelques produits issus de l'agriculture biologique. Le pain provient d'un artisan boulanger du territoire.

Chaque jour, environ 80 petits-déjeuners, 100 déjeuners et 80 dîners sont préparés, incluant les repas des résidents, du personnel et des visiteurs. L'anticipation des effectifs de convives repose sur des outils simples mais efficaces (cahier de réservation avant 10h), permettant d'ajuster les quantités produites et de limiter les excédents.

Les menus sont élaborés dans le cadre d'une commission restauration trimestrielle, associant l'équipe de cuisine, une diététicienne et des résidents volontaires, dans le respect des recommandations nutritionnelles et de la loi EGalim. Une attention particulière est portée à l'appétence des plats, à la présentation des assiettes et à l'adaptation des portions, notamment le soir où les repas sont volontairement plus légers.

La salle de restauration, spacieuse et lumineuse, offre un cadre agréable avec vue sur le jardin, contribuant à une expérience de repas positive, facteur reconnu de réduction du gaspillage. Les services en chambre (notamment pour les petits-déjeuners) sont fortement personnalisés grâce à des fiches individuelles recensant les besoins et préférences des résidents, ce qui limite les erreurs et les retours de plateaux.

En matière de gestion des déchets alimentaires, l'établissement bénéficie d'une collecte des biodéchets, complétée par des initiatives originales telles qu'un poulailler sur site, qui valorise une partie des restes alimentaires tout en participant à l'animation de la vie de la résidence. Des actions concrètes sont déjà en place pour limiter le gaspillage, comme la transformation du pain non consommé (pudding), la proposition de paniers anti-gaspi ou la réutilisation de contenants lavables (ramequins, serviettes en tissu).

Enfin, la Résidence Le Château du Bois se distingue par une culture d'amélioration continue, avec une

volonté affirmée de mieux mesurer les pertes alimentaires, d'optimiser le tri des déchets et de renforcer la valorisation des biodéchets, dans une logique à la fois environnementale, économique et qualitative pour les résidents.



# 52 ACTIONS ANTIGASPI



# 1

## CONCEVOIR LES MENUS ET LES APPROVISIONNEMENTS



## 1 PRIVILÉGIER LA SAISONNALITÉ DES PRODUITS

**Effets** : Les fruits et légumes de saison sont plus savoureux et mieux appréciés par les résidents, ce qui réduit le risque de restes dans les assiettes. Cela permet d'éviter la monotonie des menus au fil du temps.

**Mise en place** : Établir un calendrier des saisons avec le fournisseur et adapter les menus en conséquence. Afficher les produits de saison en cuisine et sensibiliser le personnel à leur utilisation.

**CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON**  
PRODUITS SUR LE PAYS DU CALAIS

| HIVER                                                                                                                                                                 | PRINTEMPS                                                                                                                                                             | ÉTÉ                                                                                                                                                                   | AUTOMNE                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Légumes</b><br>Asperges<br>Blettes<br>Brocoli<br>Carotte<br>Chou<br>Chou de Bruxelles<br>Endive<br>Fenchon<br>Haricots<br>Pomme de terre<br>Potiron<br>Topinambour | <b>Légumes</b><br>Asperges<br>Blettes<br>Brocoli<br>Carotte<br>Chou<br>Chou de Bruxelles<br>Endive<br>Fenchon<br>Haricots<br>Pomme de terre<br>Potiron<br>Topinambour | <b>Légumes</b><br>Asperges<br>Blettes<br>Brocoli<br>Carotte<br>Chou<br>Chou de Bruxelles<br>Endive<br>Fenchon<br>Haricots<br>Pomme de terre<br>Potiron<br>Topinambour | <b>Légumes</b><br>Asperges<br>Blettes<br>Brocoli<br>Carotte<br>Chou<br>Chou de Bruxelles<br>Endive<br>Fenchon<br>Haricots<br>Pomme de terre<br>Potiron<br>Topinambour |
| <b>Fruits</b><br>Pomme<br>Poire                                                                                                                                       | <b>Fruits</b><br>Pomme<br>Poire<br>Abricot<br>Fraise<br>Kiwi<br>Mandarine<br>Orange<br>Pêche<br>Rhubarbe                                                              | <b>Fruits</b><br>Pomme<br>Poire<br>Abricot<br>Fraise<br>Kiwi<br>Mandarine<br>Orange<br>Pêche<br>Rhubarbe                                                              | <b>Fruits</b><br>Pomme<br>Poire<br>Abricot<br>Fraise<br>Kiwi<br>Mandarine<br>Orange<br>Pêche<br>Rhubarbe                                                              |

TOUS LES FRUITS ET LÉGUMES RÉPERTORIÉS DANS CE CALENDRIER SONT EN VENTE DIRECTE CHEZ LES PRODUCTEURS DU PAYS DU CALAIS. INFO SUR LES POINTS DE VENTE SUR LE SITE INTERNET WWW.SEVADCE.FR/AGRIPIPAGE-ALIMENTAIRE

## 3 INSÉRER DES CLAUSES ANTI-GASPILLAGE DANS LES MARCHÉS PUBLICS

**Effets** : L'achat de légumes ou fruits hors calibre permet d'utiliser des denrées parfaitement consommables mais souvent écartées des circuits classiques. Cela limite le gaspillage en amont de la chaîne alimentaire.

**Mise en place** : Lors de la rédaction des marchés d'approvisionnement, inclure des clauses précises autorisant la livraison de produits « hors norme ». Adapter les recettes (soupes, purées, compotes) pour valoriser ces produits. Une solution aussi économique que durable !

## 2 INCLURE DES PRODUITS LOCAUX DANS LES COMMANDES

**Effets** : Les produits locaux sont généralement plus frais, de meilleure qualité et donc mieux consommés. Ils renforcent également le lien avec le territoire et soutiennent l'économie locale. De plus, acheter local diminue l'empreinte carbone liée au transport de produits importés. Il est important également de donner la priorité aux produits issus de l'agriculture biologique - La loi EGalim oblige à un minimum de 20% de produits bio mais pourquoi pas aller au-delà ?!

**Mise en place** : Identifier des producteurs et artisans de proximité (maraîchers, éleveurs, laiteries, boulangeries) et inclure leurs produits dans les appels d'offres ou les marchés. Mettre en avant cette démarche auprès des résidents pour susciter leur intérêt : sur le menu, indiquer «salade de la ferme» située à ....

## 4 ACHETER DU PAIN DE QUALITÉ CHEZ UN ARTISAN-BOULANGER

**Effets :** Un pain plus nourrissant et savoureux est davantage consommé par les résidents, ce qui réduit les restes. La meilleure conservation d'un pain artisanal limite aussi les pertes.

**Mise en place :** Sélectionner un boulanger local et tester différents pains pour identifier ceux qui plaisent le plus aux résidents (pain complet, pain aux graines, etc.). Adapter la fréquence et le grammage des commandes pour éviter les surplus.



Pour le pain aux céréales, il faut privilégier la filière bio !

## GESTION DES STOCKS

## 5 RÉALISER UN INVENTAIRE AVANT CHAQUE COMMANDE

**Effets :** Évite les achats en doublon et limite les pertes liées aux produits oubliés ou périmés. Optimise le budget alimentaire en achetant uniquement ce qui est nécessaire.

**Mise en place :** Tenir un registre papier ou numérique des stocks et le mettre à jour quotidiennement. Former le personnel à vérifier les réserves avant de valider toute commande.

## 6 UTILISER EN PRIORITÉ LES PRODUITS DONT LA DLC EST LA PLUS PROCHE

**Effets :** Réduit le risque de jeter des denrées périmées, tout en assurant la sécurité alimentaire.

**Mise en place :** Mettre en place la règle du « premier entré, premier sorti » (first in, first out). Organiser les rayons et la chambre froide de façon à placer en avant les produits avec une date courte.

## DIFFERENCE ENTRE DLC & DDM

**DLC** = Date Limite de Consommation

**DDM** = Date de Durabilité Minimale

La **DLC, Date Limite de Consommation**, est apposée sur les produits dits « **périssables** ».

Dépassée cette date, le produit n'est plus bon à la consommation, et présente un risque pour la santé.

La DLC est marquée sur le produit avec la mention :

« **À consommer avant le** » ou « **À consommer jusqu'au** ».

**Les catégories de produit avec DLC sont : viande fraîche, poisson frais, yaourt...**

Si à la maison on peut encore consommer certains produits même si la DLC est dépassée et après avoir vérifié que l'odeur, l'aspect, la couleur et le goût sont corrects, **en restauration collective cela est interdit.**



La **DDM, Date de Durabilité Minimale** (anciennement appelée DLUO, Date Limite Utilisation Optimale), est apposée sur les produits dits « **non-périssables** ».

Dépassée cette date, le produit peut toujours être consommé, car il ne présente pas de risque pour la santé.

il peut néanmoins avoir perdu certaines caractéristiques organoleptiques : moins de goût, une texture moins croquante, une couleur changée....

Sur l'emballage, la DDM est marquée selon la formule « **A consommer de préférence avant le** ».

**Les catégories de produits avec DDM sont : produits surgelés, gâteaux secs, conserves...**

Si à la maison on peut encore consommer ces produits, il est interdit de les utiliser en restauration collective.

Le

**Saviez-vous**

Depuis le 17 novembre 2022, afin de limiter le gaspillage alimentaire, un décret français autorise les professionnels à ajouter la phrase : « **Ce produit peut être consommé après cette date.** » ou toute mention équivalente.



## 7 VÉRIFIER RÉGULIÈREMENT L'ÉTAT DE MATURITÉ DES FRUITS

**Effets :** Anticipe leur consommation avant qu'ils ne deviennent impropres à la consommation, tout en valorisant des fruits mûrs et savoureux.

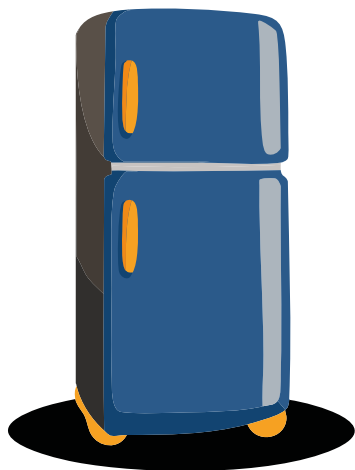
**Mise en place :** Programmer une vérification régulière. Réorienter les fruits bien mûrs vers des préparations adaptées (salades de fruits, compotes, smoothies).

## 9 PROPOSER DES PANIERS ANTIGASPI SUR LES PRODUITS DU STOCK (TYPE : TOO GOOD TO GO OU AUTRE)

**Effets :** Permet d'éviter la mise à la poubelle de produits proches de leur DLC. Offre une image positive de l'établissement auprès des familles et du personnel.

**Mise en place :** Nouer un partenariat avec une application ou mettre en place une distribution interne de paniers à prix réduit. Identifier les produits invendus chaque semaine et les regrouper en paniers.

[Lien vers le guide opérationnel](#)



## 8 ADAPTER LES MENUS AUX PRODUITS DISPONIBLES EN STOCK

**Effets :** Valorise les denrées déjà présentes, limite les surplus et favorise la créativité culinaire.

**Mise en place :** Prévoir un système de menus « flexibles » qui permet d'intégrer facilement les produits en réserve. Les cuisiniers peuvent proposer des plats du jour ou des déclinaisons simples pour écouler les stocks.

## 10 PRÉVOIR 1 FOIS PAR SEMAINE UNE SALADE DE FRUITS AVEC LES FRUITS RESTANTS.

**Effets :** Limite le gaspillage tout en proposant un dessert frais, coloré et apprécié des résidents. C'est une solution intéressante lorsque les quantités de fruits identiques sont insuffisantes. Cela permet d'offrir un dessert uniforme à tous.

**Mise en place :** Transformer les surplus de fruits en salade de fruits, la proposer au dessert ou au goûter, éventuellement accompagnée d'un yaourt.

## DIAGNOSTIC



Depuis la loi EGalim (2018) et l'ordonnance du 21 octobre 2019 tout établissement de restauration collective doit réaliser un diagnostic du gaspillage alimentaire. Il servira de base au plan d'action qui suivra. La plateforme Ma Cantine possède une rubrique « documentation ».

### 11 INSCRIPTION SUR LE SITE MA CANTINE POUR LA TÉLÉDÉCLARATION



**Effets** : Cette plateforme nationale permet de centraliser les données liées aux approvisionnements et au gaspillage alimentaire. L'établissement bénéficie ainsi d'un suivi officiel et peut faire évoluer ses pratiques d'année en année.

**Mise en place** : Créer un compte sur Ma Cantine et compléter la télédéclaration chaque 1<sup>er</sup> trimestre. Cela nécessite de collecter régulièrement les données internes (pesées, achats, menus) pour les renseigner facilement.



**ma cantine**

Lien vers la plateforme : <https://ma-cantine.agriculture.gouv.fr/accueil>

### 12 PESER RÉGULIÈREMENT LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

**Effets** : La pesée régulière simplifiée offre une vision claire des quantités jetées. Elle met en lumière les repas ou produits les plus concernés par le gaspillage, et donc les pistes d'amélioration. Elle sensibilise également le personnel, les résidents et leur famille.

**Mise en place** : Installer une balance en cuisine et organiser un tri entre déchets comestibles et non comestibles (épluchures, os). Un tableau simple permet d'enregistrer les résultats chaque jour. (Voir rubrique « les outils ».)



L'IA<sup>1</sup> peut être un allié précieux pour vous aider à faire ce travail d'analyse du gaspillage !

En effet, il existe des systèmes de caméras et de balance connectées qui analysent les aliments gaspillés, enregistrent le poids et étudient l'impact économique. Pour plus d'informations, prenez contact avec le **RÉGAL**.

1 Intelligence Artificielle

# 13

## ORGANISER UNE CAMPAGNE DE PESÉE SPÉCIFIQUE UNE FOIS PAR AN EN PLUS DE LA PESÉE SIMPLIFIÉE QUOTIDIENNE.

**Effets :** Cette campagne plus approfondie permet d'analyser finement l'origine du gaspillage (préparation, service, assiette). Elle apporte des données chiffrées pour orienter la politique alimentaire.

**Mise en place :** Prévoir une semaine de suivi, impliquer tout le personnel de restauration et communiquer les résultats de manière visible (affiches, graphiques) aux résidents, aux équipes et aux familles.

### Informations complémentaires :

- Une campagne de pesée simplifiée = distinction entre la part comestible et la part non-comestible (os, coquilles, épluchures...)
- Une campagne de pesée spécifique = distinction entre la part comestible par composante (entrée, plat, accompagnement, produit laitier, dessert et pain) et par étape (production/reste assiette/excédents de préparation) tout en différenciant la part non-comestible (voir tableaux pages : 51 à 54).

# 14

## RÉALISER TROIS CAMPAGNES DE PESÉES SPÉCIFIQUES PAR AN EN PLUS DE LA PESÉE SIMPLIFIÉE QUOTIDIENNE.

**Effets :** Multiplier les campagnes de pesées spécifiques permet d'obtenir une vision plus juste sur l'année, car les habitudes de consommation varient (saisons, menus festifs, effectifs présents). Cela renforce aussi la mobilisation continue du personnel.

**Mise en place :** Planifier un calendrier annuel des pesées (par exemple, une en hiver, une au printemps, une à l'automne). Utiliser toujours la même méthode pour pouvoir comparer les résultats. (voir tableaux pages : 51 à 54)

# 15

## DEVENIR PARTENAIRE DU RÉGAL (RÉSEAU POUR ÉVITER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE)

**Effets :** L'adhésion (gratuite) au RÉGAL engage l'établissement dans une démarche collective et lui donne accès à des outils, formations et retours d'expérience d'autres structures. Cela crédibilise la démarche auprès des familles et des autorités.

**Mise en place :** Signer la charte d'engagement réciproque, participer aux rencontres et groupe de travail, et valoriser cet engagement dans la communication de l'établissement (affiches, site internet, commissions restauration).

Dans le cadre du programme **RÉGAL**, dédié à la lutte contre le gaspillage alimentaire, le diagnostic devient un véritable tableau de bord pour l'établissement. Conçu spécifiquement pour accompagner les structures comme les EHPAD, il permet à la Direction de mesurer précisément le coût économique des pertes et d'identifier clairement les actions à mener en priorité. Grâce aux outils du **RÉGAL**, l'établissement dispose ainsi d'un appui concret pour réduire efficacement son gaspillage alimentaire.



### 16 ASSOCIER LES RÉSIDENTS À L'ÉCRITURE DES MENUS (COMMISSION RESTAURATION)

**Effets :** La participation des résidents favorise leur implication et leur satisfaction. Des repas choisis collectivement sont mieux appréciés et donc moins gaspillés.

**Mise en place :** Organiser régulièrement (1 fois par mois) une commission restauration avec des représentants des résidents, du personnel soignant et de la cuisine. Recueillir leurs suggestions et les intégrer dans les menus de manière équilibrée.

### 17 AFFICHER L'ORIGINE DES PRODUITS ET LES SIQO<sup>1</sup> (BIO, AOC, LABEL ROUGE,...)

**Effets :** La transparence valorise les choix de qualité et de durabilité. Les résidents et leur famille perçoivent mieux l'effort fait pour proposer des produits locaux et responsables, ce qui augmente la satisfaction et l'adhésion.

**Mise en place :** Ajouter aux menus les logos ou mentions d'origine. Installer un panneau d'information en salle à manger précisant l'origine des produits de la semaine (ex. "Pommes du verger local").

---

<sup>1</sup> Signe d'identification de la qualité et de l'origine.

### 18 ADAPTER LES MENUS AUX ÉVÉNEMENTS DE L'ÉTABLISSEMENT

**Effets :** Cela évite les excédents alimentaires en cas de goûters copieux, fêtes ou animations spéciales. Les repas deviennent plus cohérents et équilibrés pour les résidents.

**Mise en place :** Coordonner le service restauration avec l'animation : si une collation spéciale est prévue, prévoir un repas plus léger pour le soir.

## 19 ENQUÊTER AUPRÈS DES RÉSIDENTS EN CAS DE GASPILLAGE IMPORTANT D'UN PLAT

**Effets :** Comprendre pourquoi un plat a été peu consommé permet d'éviter de reproduire les mêmes erreurs. Cela améliore l'acceptation des menus et limite les restes récurrents.

**Mise en place :** Mettre en place un petit questionnaire rapide (oral ou écrit) après un repas problématique. Retirer ou modifier la recette en fonction des retours collectés.

## 20 METTRE EN PLACE DES « FICHES DE GOÛT » INDIVIDUELLES POUR CHAQUE RÉSIDENT

**Effets :** Permet de respecter les préférences et aversions alimentaires de chacun. En tenant compte des goûts dès l'entrée à l'EHPAD, on réduit les refus d'assiettes et donc le gaspillage.

**Mise en place :** Lors de l'accueil, recueillir les habitudes alimentaires (plats préférés, aliments non tolérés). Conserver ces fiches dans le dossier du résident et les mettre à jour régulièrement avec l'équipe de cuisine et de soins.

L'établissement des menus joue un rôle essentiel : en s'appuyant sur les goûts, la participation et la transparence, il est possible de rendre les repas plus attractifs et donc de réduire significativement le gaspillage alimentaire.



# 2

## CUISINER EN LIMITANT LE GASPILLAGE



### 21 VALORISER LES LÉGUMES « MOCHES » (EX. EN SOUPE OU EN PURÉE)

**Effets :** Les légumes abîmés ou irréguliers sont tout aussi nutritifs que les autres. Les utiliser permet d'éviter leur mise au rebut et de réduire le gaspillage en amont. Transformés en potages, purées ou gratins, ils deviennent appétissants pour les résidents.

**Mise en place :** Sélectionner les moins beaux légumes et les cuisiner dans des préparations mixées. Prévoir un créneau hebdomadaire pour leur valorisation afin qu'ils soient rapidement utilisés.

### 23 UTILISER LES ÉPLUCHURES, PARURES DE POISSON, PAIN DE LA VEILLE

**Effets :** Ces « déchets » alimentaires sont en réalité des ressources culinaires. Ils permettent de préparer bouillons, soupes, sauces ou fumets, limitant ainsi les pertes tout en enrichissant les recettes.

**Mise en place :** Mettre en place un bac de récupération en cuisine pour collecter les épluchures propres, arêtes de poisson ou croûtons. Former l'équipe à leur utilisation culinaire et établir des recettes-types pour les intégrer dans les menus.

### 22 VALORISER LES FRUITS « MOCHES » (EX. COMPOTES, TARTES, COULIS)

**Effets :** Les fruits trop mûrs ou abîmés trouvent une seconde vie dans des desserts gourmands. Cela permet de proposer des préparations sucrées variées et d'éviter de jeter des produits encore parfaitement consommables.

**Mise en place :** Réserver une partie de la production de compotes ou de tartes aux fruits fragiles. Intégrer cette démarche dans le planning cuisine en fin de semaine, quand certains fruits risquent de ne pas être consommés frais.

Cette valorisation créative des produits permet à la fois de **réduire les déchets alimentaires**, de **réaliser des économies**, et de **diversifier les saveurs** proposées aux résidents.

### 24 MACHINE D'EMBALLAGE SOUS-VIDE

**Effets :** Le sous-vide permet de prolonger significativement la durée de conservation des produits frais ou préparés. Cela limite les pertes liées à l'oxydation ou au dessèchement des aliments et sécurise leur stockage.

**Mise en place :** Investir dans une machine adaptée au volume de l'établissement (un financement peut être sollicité via le programme LEADER<sup>1</sup>). Former le personnel à l'utilisation et prévoir un protocole d'étiquetage (date de conditionnement, date limite d'utilisation).

---

1 Voir page n°6

### 25 CELLULE DE REFROIDISSEMENT

**Effets :** Cet équipement garantit une descente rapide en température des plats excédentaires, ce qui permet de les conserver dans de bonnes conditions sanitaires. On peut ainsi **réutiliser** ces préparations ou les **redistribuer** en limitant les risques.

**Mise en place :** Installer une cellule de refroidissement aux normes et former le personnel à son usage. Les plats refroidis doivent être correctement datés et stockés. Comme pour le sous-vide, des aides financières (LEADER) peuvent soutenir l'investissement.

Ces équipements sont de véritables **outils de lutte contre le gaspillage**. Ils permettent de sécuriser les excédents alimentaires et d'optimiser la durée d'utilisation des produits, tout en respectant les règles d'hygiène.

### 26 AJUSTER LA PRÉPARATION AU NOMBRE DE CONVIVES PRÉSENTS

**Effets** : Préparer le bon nombre de plats (notamment entrées et desserts individuels) permet d'éviter les excédents non consommés et donc de limiter les pertes directes.

**Mise en place** : Tenir un registre quotidien des repas réservés et des absences. Adapter le nombre de portions préparées en fonction du nombre exact de résidents et visiteurs prévus.

### 27 RÉSERVATION DES REPAS VISITEURS AU MOINS LA VEILLE

**Effets** : Anticiper les repas supplémentaires (familles, proches) permet d'ajuster les quantités avec précision et d'éviter les imprévus qui génèrent du gaspillage.

**Mise en place** : Mettre en place un système de réservation simple (cahier à l'accueil, appel téléphonique, formulaire en ligne). Inscrire la règle « réservation au plus tard la veille » dans le règlement de fonctionnement.

### 28 SOIGNER LA PRÉSENTATION DES ASSIETTES

**Effets** : Une assiette appétissante stimule l'envie de manger, ce qui est essentiel pour les personnes âgées souvent sujettes à une baisse d'appétit.

**Mise en place** : Former l'équipe cuisine au dressage des plats (couleurs variées, portions harmonieuses). Veiller à la taille adaptée des morceaux et à une présentation qui facilite la dégustation.

En anticipant le nombre de convives et en veillant à la qualité visuelle des repas, l'établissement agit directement sur **la quantité produite et le plaisir de manger**, deux leviers puissants pour réduire le gaspillage.

### 29 TRIER LES BIODÉCHETS

**Effets :** Le tri permet de distinguer ce qui est véritablement un déchet (épluchures, os) de ce qui est un reste comestible et peut être valorisé. Les biodéchets triés peuvent être orientés vers le compostage ou la méthanisation, réduisant l'impact environnemental.

**Mise en place :** Installer des bacs de tri clairement identifiés en cuisine. Former le personnel à reconnaître les différentes catégories de déchets.

Prendre contact avec la collectivité pour connaître les possibilités de collecte ou établir un partenariat avec une filière locale de valorisation (composteur, collecte spécifique).



Certains EHPAD ont opté pour l'adoption de poules afin de réduire le volume de leurs biodéchets. La présence d'animaux est également une source d'épanouissement pour les résidents.

### 30 ADOPTER LA CUISSON LENTE DES VIANDES (65 À 100 °C)

**Effets :** Cette méthode permet de réduire la perte de poids des viandes lors de la cuisson (jusqu'à 30 % de matière économisée). La viande reste plus tendre et savoureuse, ce qui améliore la consommation et réduit les restes.

**Mise en place :** Équiper la cuisine d'un four basse température et former le personnel aux techniques adaptées. Intégrer progressivement cette cuisson dans les menus, notamment pour les pièces de viande souvent gaspillées.

La préparation des repas est une étape centrale pour limiter les pertes : en triant, en choisissant des modes de cuisson adaptés et en misant sur le fait-maison, on agit à la fois sur **la réduction des déchets** et sur **la satisfaction des résidents**.

# 31 PRÉPARER DES DESSERTS MAISON AU MOINS UNE FOIS PAR SEMAINE

**Effets :** Les desserts faits maison (tartes, compotes, gâteaux simples) sont souvent plus appréciés que les produits industriels. Ils permettent aussi de valoriser les fruits abîmés ou en surplus. Résultat : moins de gaspillage et plus de plaisir pour les résidents.

**Mise en place :** Planifier un « rendez-vous dessert maison » hebdomadaire. Former les équipes à préparer des recettes simples, adaptées aux besoins des personnes âgées (textures moelleuses, peu sucrées). Mettre en avant l'origine locale des ingrédients quand c'est possible.

La préparation des desserts maison une fois par semaine constitue déjà une action positive. Lorsque l'organisation et les moyens le permettent, augmenter la fréquence apporte davantage de bénéfices.

Ces temps de préparation des desserts ou des goûters peuvent aussi être des temps de partage en assistant les résidents et leur animateur.ice lors d'ateliers gourmands.



# 3

## SERVIR, CONSOMMER ET RÉDUIRE LES RESTES



## 32 SERVIR LE PAIN À LA DEMANDE, UNE TRANCHE À LA FOIS

**Effets :** Le pain est souvent l'aliment le plus gaspillé. En le servant uniquement sur demande, on évite les tranches de pain laissées intactes sur la table. Cela permet de réduire fortement les pertes.

**Mise en place :** Mettre en place une règle claire auprès du personnel de salle : proposer d'abord une tranche par résident, puis resservir selon l'appétit. Prévoir des tranches adaptées aux capacités de mastication des résidents.

## 33 ADAPTER LES PORTIONS EN FONCTION DE LA FAIM DES RÉSIDENTS

**Effets :** Permet de mieux répondre à l'appétit de chacun et d'éviter que des assiettes à moitié pleines finissent à la poubelle. Favorise également le respect des préférences et de la dignité des résidents.

**Mise en place :** Former le personnel à poser systématiquement la question « quelle portion souhaitez-vous ? » avant de servir. Laisser la possibilité de se resservir si le résident le souhaite et que les excédents le permettent.

## 34 RÉDUIRE LE GRAMMAGE DU SOIR

**Effets :** L'appétit des personnes âgées est généralement moindre le soir. En diminuant légèrement les portions, on limite les restes sans compromettre l'équilibre nutritionnel (qui est réparti sur l'ensemble de la journée).

**Mise en place :** Réajuster les menus pour prévoir un déjeuner plus copieux et un dîner plus léger. Informer les résidents de cette organisation et expliquer l'intérêt nutritionnel.



## 35 SORTIR LES BACS DE SERVICE PROGRESSIVEMENT

**Effets :** Tous les bacs de service ne sont pas toujours consommés. Sortir les bacs au fur et à mesure évite que certains restent inutilisés et doivent être jetés une fois sortis de la cuisine.

**Mise en place :** Remplir les chariots de service au fur et à mesure. Le personnel doit être sensibilisé à ne sortir que les quantités nécessaires, en fonction de l'avancement du service.

Ainsi les bacs non servis et maintenus à +63°C pourront être valorisés (soit par la vente ou le don).

L'adaptation du service agit directement sur la qualité des excédents restants. Ces derniers peuvent ainsi être valorisés réduisant fortement les risques de gaspillage.

## SENSIBILISATION ET FORMATION DU PERSONNEL

## 36 FORMATION AU TRI DES BIODÉCHETS

**Effets :** Un tri bien réalisé permet de réduire les erreurs (ex. jeter des aliments encore consommables) et d'améliorer la valorisation des déchets organiques (compost, méthanisation). Cela responsabilise aussi l'équipe.

**Mise en place :** Organiser une session de formation pratique pour expliquer les différentes catégories de biodéchets. Mettre à disposition des affiches claires au-dessus des bacs de tri et désigner un référent pour vérifier les bonnes pratiques. Un diagnostic initial peut être fait afin d'évaluer l'impact de l'application des consignes de tri sur le volume des poubelles.



## 37 FORMATION À L'ANTIGASPI ET AUX BONNES PRATIQUES

**Effets :** Le personnel, en cuisine comme en salle, joue un rôle clé. Sensibiliser aux bons réflexes (quantités adaptées, valorisation des restes, suivi des stocks) permet de réduire considérablement les pertes.

**Mise en place :** Organiser des ateliers réguliers sur les gestes antigaspi, avec l'appui du RÉGAL, et diffuser des fiches pratiques (FIFO, portions, présentation des assiettes) pour guider les équipes.

En impliquant et en formant le personnel, l'établissement s'assure que chaque geste du quotidien contribue à **réduire le gaspillage alimentaire**, tout en améliorant la qualité du service rendu aux résidents, à travers un projet porteur de sens.

## 38 FORMATION À LA NUTRITION DES PERSONNES ÂGÉES

**Effets :** Une meilleure connaissance des besoins nutritionnels spécifiques (perte de goût, problèmes de mastication, régimes particuliers) aide à adapter les repas. Cela évite les refus alimentaires et donc le gaspillage.

**Mise en place :** Organiser une formation basée sur le Programme National Nutrition Santé (PNNS). Mettre en place des supports internes résumant les points clés (textures modifiées, apports protéiques, besoins en fibres).

## 39 DÉSIGNATION D'UN RÉFÉRENT ANTIGASPI

**Effets :** Avoir un interlocuteur dédié garantit le suivi des actions, la cohérence de la démarche et la motivation de l'équipe. Cela facilite aussi la communication avec la direction et les partenaires.

**Mise en place :** Nommer un membre de l'équipe cuisine ou service volontaire pour ce rôle. Lui confier la mission de centraliser les informations (pesées, retours d'expérience, idées d'amélioration) et d'animer des points réguliers sur le sujet.



### 40 PROPOSER UNE ACTION DE SENSIBILISATION À L'ANTIGASPI (AFFICHES, ANIMATIONS, ATELIERS)

**Effets :** En expliquant aux résidents l'importance de limiter le gaspillage, on les implique directement dans la démarche. Ils deviennent acteurs et non simples bénéficiaires du repas et des projets de l'établissement.

**Mise en place :** Installer des affiches pédagogiques dans les espaces communs, organiser une animation sur le thème du gaspillage alimentaire, ou proposer un atelier cuisine antigaspi en petit groupe.

### 41 INSTALLER UN GÂCHIMÈTRE À PAIN PENDANT AU MOINS 3 MOIS

**Effets :** Le gâchimètre rend visible le pain gaspillé chaque jour. Cette prise de conscience collective permet de montrer à l'équipe et aux résidents pourquoi les portions sont adaptées selon leur faim.

**Mise en place :** Peser le pain jeté quotidiennement et afficher le résultat sur un panneau clair et visuel (barre de progression, pictogrammes). Mettre en avant les améliorations obtenues au fil des semaines.

### 42 AFFICHER CHAQUE SEMAINE LE GRAMMAGE DE GASPILLAGE PAR CONVIVE

**Effets :** La transparence des résultats motive aussi bien les résidents que le personnel à améliorer leurs pratiques. On peut suivre les progrès et valoriser les efforts accomplis.

**Mise en place :** Tenir un tableau hebdomadaire mis à jour avec les données de pesée. Communiquer en salle à manger sous une forme simple et attractive (graphiques, chiffres clés). Le gaspillage se comptabilise en gramme/personne/repas.



Mettre en place des animations avec les résidents permet de créer une culture partagée de l'antigaspi en recueillant aussi leurs témoignages. Les personnes âgées ont grandi à une époque où le moindre reste alimentaire était valorisé !

## 43 ORGANISER UN ATELIER CUISINE ANTIGASPI UNE FOIS PAR AN

**Effets :** Ces ateliers stimulent les sens, la mémoire et la convivialité. Ils valorisent des recettes simples à partir de restes (tartes, muffins, compotes), renforçant le lien entre plaisir de cuisiner et lutte contre le gaspillage.

**Mise en place :** Planifier l'atelier dans le cadre des animations annuelles. Impliquer un cuisinier, un animateur et quelques résidents volontaires. Prévoir une dégustation collective pour valoriser les réalisations.

## GESTION DES EXCÉDENTS

### 44 PROPOSER LES EXCÉDENTS DE REPAS AU PERSONNEL MANGEANT SUR PLACE

**Effets :** Cela évite de jeter des plats encore parfaitement consommables et renforce la convivialité en valorisant le travail des équipes.

**Mise en place :** Mettre en place une organisation claire : identifier les excédents en fin de service et proposer aux agents présents de les consommer sur place, dans le respect des règles d'hygiène.

**Attention :** le don aux salariés est un avantage en nature qui doit figurer sur le bulletin de paie et peut être soumis à cotisations. Les mêmes consignes s'appliquent en cas de vente à moindre prix. (cf site internet de l'URSSAF)

### 45 SERVIR LES DESSERTS NON CONSOMMÉS AU GOÛTER

**Effets :** Les desserts restants trouvent une seconde vie dans un autre temps du repas. Cela réduit les pertes et diversifie les collations proposées aux résidents.

**Mise en place :** Conserver les desserts en chambre froide si nécessaire et les remettre en service le jour même ou le lendemain au goûter.



## 46 RÉUTILISER LES PRODUITS NON SERVIS POUR D'AUTRES PRÉPARATIONS

**Effets :** Les légumes, fanes ou viandes non servis peuvent être transformés en soupes, purées, mixés ou bouillons, évitant ainsi des pertes inutiles.

**Mise en place :** Mettre en place un protocole précis : refroidir rapidement les viandes en cellule, stocker les légumes non utilisés, et programmer leur réutilisation dans les recettes du soir ou du lendemain.



## 47 PROPOSER DES PANIERS ANTIGASPI AVEC LES EXCÉDENTS

**Effets :** Les excédents trouvent preneur en dehors de l'établissement, ce qui limite les pertes tout en valorisant l'image de l'EHPAD.

**Mise en place :** S'associer à une application (type To Good To Go, Phenix, etc) ou proposer une distribution interne aux familles ou au personnel. Préparer des paniers avec les produits à date courte le plus fréquemment possible.

## 48 DONNER LES EXCÉDENTS À DES ASSOCIATIONS D'AIDE ALIMENTAIRE

**Effets :** Les repas non consommés bénéficient à des personnes en situation de précarité, créant une action solidaire et socialement positive.

**Mise en place :** Nouer un partenariat avec une association locale, établir un protocole de collecte sécurisée (chaîne du froid, contenants adaptés) et organiser une régularité dans les dons.

La mise en place d'une convention avec une association est nécessaire. Des modèles existent, rapprochez-vous du **RÉGAL**.

La Loi EGalim rend obligatoire le don pour les établissements servant plus de 3000 repas par jour. Une convention de don doit alors être établie avec une association d'aide alimentaire habilitée.



## HOP HOP FOOD, UNE SOLUTION POUR GÉRER LE DON

**Hop Hop Food** est une association reconnue d'intérêt général qui agit sur la lutte contre le gaspillage alimentaire et le soutien aux personnes en situation de précarité alimentaire. La solution digitale proposée permet aux professionnels d'offrir directement leurs paniers de produits frais ou transformés en petite quantité. **Hop Hop Food** travaille en partenariat avec le **RÉGAL** et les associations locales.

Pour plus d'info :

Contactez Sibylle au : 06 26 87 18 59 ou le **RÉGAL**.

## ENVIRONNEMENT DU REPAS

### 50 ADAPTER LE TEMPS DÉDIÉ AU REPAS

**Effets :** Les personnes âgées mettent parfois plus de temps à manger. Laisser un temps suffisant permet d'éviter que les assiettes soient retirées trop tôt, ce qui limite le gaspillage lié aux repas inachevés.

**Mise en place :** Ajuster l'organisation du service pour que le rythme du repas soit adapté à chacun. Prévoir une présence du personnel pour accompagner les résidents qui mangent plus lentement.

### 49 CRÉER UNE AMBIANCE VISUELLE ET SONORE AGRÉABLE

**Effets :** Un cadre chaleureux favorise l'appétit et le plaisir de manger, ce qui réduit les restes dans les assiettes. Les résidents associent davantage le repas à un moment de convivialité et non seulement à une obligation.

**Mise en place :** Soigner la décoration de la salle (couleurs douces, nappes, fleurs), choisir une musique discrète et adaptée, limiter les nuisances sonores (vaisselle, télévision).



## 51 FORMER LE PERSONNEL À L'ACCOMPAGNEMENT BIENVEILLANT DES REPAS

**Effets :** Un service attentif et rassurant aide les résidents à mieux manger, surtout ceux ayant des difficultés (perte d'appétit, problèmes de mastication, troubles cognitifs). Cela réduit les refus d'aliments et donc les pertes.

**Mise en place :** Organiser une formation ou une sensibilisation interne pour rappeler les bonnes pratiques (encourager sans forcer, présenter les plats de manière positive, aider discrètement si nécessaire).

L'environnement du repas agit directement sur **le bien-être et l'appétit des résidents**. En rendant ce moment agréable et adapté, on favorise la consommation complète des repas et on contribue à réduire durablement le gaspillage alimentaire.

## 52 ORGANISER DES REPAS À THÈME

**Effets :** Créer des événements pour rendre les moments de repas festifs et faire plaisir aux résidents afin d'éveiller leur appétit.

**Mise en place :** Choisir les thèmes avec les résidents, travailler ensemble à la décoration de la salle, faire des photos souvenirs de ce moment.

Exemples de thèmes : esprit « baraque à frites », nouvel an chinois, carnaval, « sous les tropiques »...





# Auto diagnostic

de la gestion du Gaspillage Alimentaire

## Comment ça fonctionne ?

Le diagnostic se déroule en plusieurs étapes. Vous devez cocher les actions mises en place dans votre structure. Chaque action correspond à un certain nombre de points : les actions de prévention rapportent 5 points, les actions de don ou de transformation rapportent 3 points et les actions de valorisation énergétique rapportent 2 points.

Il existe 4 catégories d'actions :

-  Les actions obligatoires
-  1 La politique d'achat / la gestion des stocks et l'établissement des menus
-  2 La préparation des repas
-  3 Le service / la consommation

À la fin de chaque catégorie, vous calculez un sous-total. Ces sous-totaux vous permettront ensuite d'obtenir un score final, qui déterminera votre niveau : 1 étoile, 2 étoiles ou 3 étoiles.

En plus de vous évaluer, cet outil peut également vous inspirer et vous donner des idées de nouvelles actions à mettre en place dans votre structure.



## Les actions obligatoires



**Politique d'achat /  
Gestion des stocks  
et établissement  
des menus**



**Préparation  
des repas**



**Service /  
consommation**





## Les actions obligatoires

L'établissement est inscrit sur le site Ma Cantine pour faire sa télédéclaration (chaque 1er trimestre).<sup>1</sup>



5 PTS

L'établissement trie ses biodéchets.<sup>2</sup>



2 PTS

L'établissement réalise un diagnostic du gaspillage alimentaire une fois par an. Il peut faire un pesée simplifiée quotidienne et une pesée spécifique une fois par an. \*

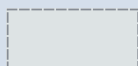


5 PTS

\*Pesée simplifiée = distinction denrées comestibles / non comestibles (os, peau d'agrumes, huile de friture...)

Pesée spécifique = en plus de la pesée simplifiée, on distingue les composantes (entrée, accompagnement, plat, dessert, pain) et par étape du repas (production/reste assiette/excédents) : voir page 21 du guide.

### SOUS TOTAL :



/ 12 PTS

<sup>1</sup> Si vous n'êtes pas encore inscrits sur MaCantine, rendez-vous rapidement sur le site [ma-cantine.agriculture.gouv.fr](https://ma-cantine.agriculture.gouv.fr)

<sup>2</sup> Si votre établissement n'est pas équipé des poubelles de biodéchets, rapprochez vous de votre collectivité (service environnement/déchets) ou d'un collecteur privé.



## Politique d'achat / Gestion des stocks et établissement des menus

### Politique d'achat

L'établissement fait attention à la saisonnalité des produits (des produits de saison ont meilleur goût, sont mieux consommés et évitent la monotonie).



5 PTS

L'établissement inclut des produits locaux de qualité dans ses commandes (des produits de meilleure qualité sont plus appréciés par les convives).



5 PTS

L'établissement inclut des clauses relatives au gaspillage alimentaire dans les marchés publics concernant l'approvisionnement. (Ex. achat de légumes hors calibre)



5 PTS



L'établissement achète du pain de bonne qualité chez un artisan-boulangier, plus nourrissant et gustativement apprécié (= moins de gâchis!).



5 PTS

### Gestion des stocks

Avant de passer commande, l'établissement fait un inventaire des stocks.



5 PTS

Le personnel vérifie l'état de maturité des fruits régulièrement pour ne pas les laisser se gâter.



5 PTS

L'établissement propose des paniers antigaspi (Too Good To Go ou autre) sur les produits en date courte qu'il ne pourra pas utiliser dans son planning de menus.



3 PTS



L'établissement utilise en premier lieu des produits dont la DLC est la plus proche.



5 PTS

L'établissement adapte ses menus en fonction des produits disponibles dans les stocks (réserve et chambre froide).



5 PTS



L'établissement propose régulièrement de la salade de fruits avec les fruits non consommés de la semaine.



5 PTS

## Diagnostic



L'établissement est partenaire du RÉGAL et a signé la Charte d'engagement réciproque.



5 PTS

## Établissement des menus

Les résidents sont impliqués dans l'écriture des menus lors de la commission restauration.



5 PTS

Les menus sont adaptés en fonction des événements de l'établissement (ex. si journée à thème avec un goûter copieux, le repas du soir sera léger).



5 PTS

Si un repas génère beaucoup de gaspillage, une enquête est réalisée auprès des résidents pour savoir s'il faut supprimer définitivement tel aliment des menus.



5 PTS

L'origine des produits et autres SIQO (Signes officiels de la Qualité et de l'Origine : bio, AOC, pêche durable...) sont affichés sur les menus.



5 PTS



L'établissement met en place des "fiches de goût" individuelles à chaque entrée de résident pour connaître leurs plats privilégiés et les plats qu'ils n'apprécient pas du tout.



5 PTS

**SOUS TOTAL :**



**/ 78 PTS**





## Préparation des repas

### Valorisation maximale des produits

Les légumes moches sont valorisés (ex : en soupe ou en purée).



5 PTS

Les fruits moches sont valorisés (ex : compotes, tartes, coulis).



5 PTS

Les épluchures, les parures de poissons, le pain de la veille, sont utilisés pour réaliser les soupes, les bouillons, les sauces, le fumet.



5 PTS

### Équipement des cuisines

La cuisine dispose d'une machine d'emballage sous vide pour reconditionner rapidement les aliments, leur offrant ainsi une meilleure conservation.

*Note : ce type d'investissement peut faire l'objet de financements.*



5 PTS

La cuisine dispose d'une cellule de refroidissement pour garantir la qualité et l'hygiène des préparations excédentaires et pouvoir les **réutiliser ou les redistribuer**.

*Note : ce type d'investissement peut faire l'objet de financements.*



5 PTS

## Anticipation et gestion de la préparation des assiettes

L'établissement tient compte du nombre de convives chaque jour pour préparer le bon nombre de plats (notamment les entrées ou les desserts en ramequins individuels).



5 PTS

La réservation des repas des visiteurs doit se faire a minima la veille afin d'améliorer la gestion des quantités.



5 PTS

Le personnel apporte un soin particulier à la présentation des assiettes pour éveiller l'appétit des résidents.



5 PTS

## Préparation des repas

Adoption de la cuisson lente des viandes (basse température entre 65 et 100°) pour réduire les pertes de matière lors de la cuisson (jusqu'à 30% de matière économisée), et réduire ainsi les quantités de viande cuisinées.



5 PTS

Au moins 1 fois par semaine, les desserts sont faits maison (tarte du/de la Chef.fe, compote du verger du coin, etc)



5 PTS

**SOUS TOTAL :**



**/ 50 PTS**



## Service / consommation

### Adaptation du service

Le pain est servi à la demande, une tartine à la fois.



5 PTS

Le personnel demande à chaque résident comment est sa faim avant de remplir son assiette. Les résidents ont la possibilité de se resservir.



5 PTS

Le grammage du soir est réduit : l'appétit des résidents est généralement plus faible. (Cela implique la répartition des unités alimentaires sur l'ensemble de la journée).



5 PTS



Tous les bacs de service ne quittent pas la cuisine en même temps : on remplit le chariot de service au fur et à mesure afin de ne pas avoir à jeter des excédents qui du fait de leur sortie de cuisine ne sont plus consommables.



5 PTS

### Sensibilisation du personnel

Le personnel en cuisine et en salle a reçu une formation de sensibilisation au tri des biodéchets.



2 PTS

Le personnel en cuisine et en salle a reçu une formation de sensibilisation à l'antigaspi et aux bonnes pratiques.



5 PTS

Le personnel a reçu une formation de sensibilisation à la nutrition des personnes âgées.

(Présentation du Programme National Nutrition Santé, réflexion autour des difficultés à s'alimenter : perte de goût, problème de dentition, régime sans sel, etc)



5 PTS





L'établissement a désigné un référent antigaspi en cuisine et en service pour assurer un bon respect et suivi de la démarche.



5 PTS

## Sensibilisation des résidents

Une action de sensibilisation à l'antigaspi a été proposée (campagne d'affichage, animation, atelier...).



5 PTS

Un gâchimètre à pain a été installé pendant au moins 3 mois.



5 PTS

Une affiche indique le grammage de gaspillage par convive à minima chaque semaine.



5 PTS



Une fois par an, l'établissement organise un atelier autour de la cuisine pour éveiller les sens des résidents : atelier muffins, cookies, tartelettes, recettes antigaspi...



5 PTS

## Gestion des excédents

Les excédents de repas sont proposés au personnel mangeant sur place.



3 PTS

Réutilisation des produits non servis pour préparer les soupes du soir (légumes, fanes, pain)



3 PTS

L'établissement propose des paniers antigaspi avec les excédents (Too Good To Go, Phénix, autre).



3 PTS

Les desserts non consommés sont proposés au goûter.



5 PTS



L'établissement donne les excédents à des associations d'aide alimentaire. (signature d'une convention de don)



3 PTS

## Environnement du repas

L'ambiance visuelle et sonore de la salle est agréable.



5 PTS

Le temps dédié au repas est adapté pour laisser à chacun le temps d'apprécier son assiette.



5 PTS

Le personnel a reçu une information sur l'accompagnement des résidents lors des repas afin que celui-ci soit bienveillant et convivial.



5 PTS

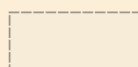


Des repas à thème sont proposés régulièrement. En plus d'un menu festif, ce moment implique les résidents dans la décoration des tables et de la salle.



5 PTS

## SOUS TOTAL :



/ 94 PTS



## RÉSULTAT TOTAL :

/ 234 PTS

Si vous avez obtenu moins de 30 points, ne vous inquiétez pas !  
Vous pouvez facilement y remédier en mettant en place certaines des actions proposées dans ce guide.



30 à 99 pts

### VOUS ÊTES SUR LA BONNE VOIE !

Les actions mises en place sont un démarrage efficace pour intégrer une politique antigaspi plus forte.

N'hésitez pas à vous rapprocher de structures comme le RÉGAL pour mettre en place d'autres actions.



100 à 169 pts

### BRAVO POUR L'INVESTISSEMENT !

De nombreuses actions sont déjà en place, bravo !  
Votre établissement est avancé sur la stratégie antigaspi. Pour aller encore plus loin, prenez contact avec le RÉGAL !



170 à 234 pts

### EXCELLENT !

Votre établissement intègre une stratégie antigaspi à chaque étape de la restauration. Si vous souhaitez faire rayonner vos actions, le RÉGAL peut vous accompagner pour parler de vos bonnes pratiques et inspirer d'autres structures.



# COMMENT MENER UNE CAMPAGNE DE PESÉE

Les deux tableaux suivants doivent être imprimés et complétés chaque jour pour chaque repas afin de suivre les quantités produites et les pertes alimentaires.

## Comment bien utiliser ces tableaux ?

### 1. Fiche Quantités produites

Poids total des aliments préparés pour le service (avant distribution).

Inclut tous les produits cuisinés ou mis à disposition pour le repas, qu'ils soient servis ou non.

### 2. Fiche Quantités jetées

Poids total des aliments qui ne seront pas consommés et qui seront jetés.

Les denrées qui seront valorisées dans un compost sont considérées comme gaspillées et doivent également être renseignées dans le tableau.

#### Produits jetés – sous-catégories

Restes en distribution : produits présentés mais non servis (buffet, ligne de service).

Restes assiettes : aliments laissés par les convives dans leur assiette et/ou leur plateau.

Surplus non utilisés et non valorisés : produits restés en cuisine, non servis et non réutilisés pour un autre repas, ainsi que les denrées du stock éventuellement jetées le jour de la pesée.

Les denrées qui seront réutilisées pour un autre repas ne sont pas considérées comme gaspillées.

## CALCUL DU COÛT DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE (GA)

La dernière actualisation des coûts directs et indirects liés au gaspillage alimentaire dans le secteur de la restauration collective menée par l'**ADEME** a été publiée en septembre 2025.

On retrouve les données suivantes relatives aux EHPAD :

**Coût moyen direct** du GA par repas : 0,37 €

**Coût moyen indirect** du GA par repas : 0,52 €

**Coût moyen complet** du GA par repas : 0,89 €

Afin d'estimer le coût que représente le gaspillage alimentaire dans votre établissement, il faut donc appliquer ce montant au nombre de repas servis par an.

Définitions :

**Coût direct** = Valeur économique d'achat des denrées gaspillées.

**Coût complet** = Coût direct + coût du personnel + coût de l'énergie + coût de gestion des déchets.

Pour consulter l'étude : [La librairie ADEME - Analyse des coûts du gaspillage en restauration collective](#)



## Quantités produites

Date : .....

Nombre de convives prévus : .....

Nombre de convives présents : .....

☐

Déjeuner

☐

Dîner

Indiquez les quantités en KG ainsi que la nature de chaque composante (ex : carottes râpées)



Entrées



Plats



Accompagnements



Produits laitiers & desserts



Pain

TOTAL = ..... KG





## Quantités jetées



Date : .....

Nombre de convives prévus : .....

Nombre de convives présents : .....

☐

Déjeuner

☐

Dîner

| Indiquez les résultats en KG                                                                                      |  Restes en distribution |  Restes assiettes |  Surplus non utilisés et stock |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Entrées                     |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |
| <br>Plats                      |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |
| <br>Accompagnements            |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |
| <br>Produits laitiers & dessert |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |
| <br>Pain                       |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |
| TOTAL                                                                                                             |                                                                                                          |                                                                                                    |                                                                                                                   |





*Cette méthodologie correspond à celle du référentiel RESTAURATION  
Label national anti-gaspillage alimentaire du Gouvernement.*



**Trois niveaux de diagnostic possibles** (les niveaux correspondent à la fois à la finesse des pesées et aux exigences attendues pour prétendre au Label)

| Niveau | Durée minimale                         | Données à collecter                                                              |
|--------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 1      | 1 semaine (jours ouvrés)               | Données minimales * + suivi dons & paniers anti-gaspi                            |
| 2      | 2 semaines (jours ouvrés)              | Données minimales * + suivi dons & paniers anti-gaspi                            |
| 3      | 2 semaines ou sur 1 mois représentatif | Données minimales *+ données complémentaires** + suivi dons & paniers anti-gaspi |

**Gaspillage alimentaire = total des quantités de denrées comestibles non valorisées en alimentation humaine ou animale**

#### Données à collecter

- **\*Données minimales** : distinction denrées comestibles (reste repas, DLC dépassées, fruits trop mûrs ou entamés...) / non comestibles (os, peau d'agrumes, huiles de friture...).
- **\*\* Données complémentaires** par composante : entrées, protéines animales, accompagnements, desserts, fromages, pain...
- **Quantités de dons** et autres formes de valorisation (paniers anti-gaspi) **non comptabilisés comme du gaspillage mais utiles à l'analyse.**
- **Unité** : en g/couvert + extrapolation kg/an sur la base du nombre repas annuels.

#### Consignes de mise en œuvre

- Pesées **distinctes par étape** : stock / préparation / service / consommation.
- Pour la **distinction des denrées comestibles et non comestibles**, possibilités de réaliser des pesées distinctes ou d'appliquer un ratio.
- **Matériel nécessaire** : seaux étiquetés avec consignes de tri, balance ou peson, tableau de relevé pour saisie et analyse des résultats.

#### Spécificités par secteur

- **Scolaire** : ne pas inclure les périodes périscolaires dans la mesure.
- **Santé et médico-social** : séparer restauration patients / personnels. La semaine doit comprendre des pesées sur 7 jours.

## Pourquoi faire un diagnostic du gaspillage alimentaire ?

- Respecter la réglementation nationale en vigueur visant l'ensemble de la restauration collective depuis 2020.
- Comprendre son gaspillage alimentaire pour mettre en place des actions de réduction adaptées.
- Optimiser son budget et mobiliser les économies réalisées pour l'achat de produits durables et sous signes de qualité (définis à l'article L230-5-1 du Code Rural et de la Pêche Maritime).
- Indispensable pour être labellisé.

## Pourquoi distinguer les parties comestibles et non comestibles des aliments ?

- Méthodologie requise par l'Union Européenne et demandée lors des enquêtes INSEE.
- Permet de ne pas pénaliser l'utilisation de produits bruts. Exemple : réalisation de soupes à base de produits bruts qui produisent de nombreux déchets alimentaires non comestibles, les épluchures se retrouveront dans la partie « non comestibles ».

Rappel : seule la part comestible du diagnostic est considérée comme du gaspillage alimentaire.

## Exemple d'une campagne de pesée : (tableau de saisie issu du référentiel « restauration » du Label)

| Diagnostic par composante (exemple) |                                  |                       |                                  |                       |                                  |                       |                                         |                       |                                          |                       |
|-------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                                     | Stock (g/couvert)                |                       | Préparation (g/couvert)          |                       | Service (g/couvert)              |                       | Consommation (restes repas) (g/couvert) |                       | TOTAUX                                   |                       |
| Composante n°1 : Entrées            | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires :        |                       | Quantités Déchets alimentaires :         |                       |
|                                     | 0                                |                       | 10                               |                       | 20                               |                       | 10                                      |                       | 40                                       |                       |
|                                     | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                       | Part non comestible : | Part comestible = GASPILLAGE ALIMENTAIRE | Part non comestible : |
|                                     | 0                                | 0                     | 5                                | 5                     | 20                               | 0                     | 0                                       | 10                    | 25                                       | 15                    |
| Composante n°2 : plat 1             | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires :        |                       | Quantités Déchets alimentaires :         |                       |
|                                     | 10                               |                       | 5                                |                       | 20                               |                       | 50                                      |                       | 85                                       |                       |
|                                     | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                       | Part non comestible : | Part comestible = GASPILLAGE ALIMENTAIRE | Part non comestible : |
|                                     | 10                               | 0                     | 0                                | 5                     | 10                               | 10                    | 40                                      | 10                    | 60                                       | 25                    |
| Composante n°3 : dessert            | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires :        |                       | Quantités Déchets alimentaires :         |                       |
|                                     | 5                                |                       | 5                                |                       | 0                                |                       | 5                                       |                       | 15                                       |                       |
|                                     | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                       | Part non comestible : | Part comestible = GASPILLAGE ALIMENTAIRE | Part non comestible : |
|                                     | 5                                | 0                     | 5                                | 0                     | 0                                | 0                     | 5                                       | 0                     | 15                                       | 0                     |
| TOTAL                               | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires : |                       | Quantités Déchets alimentaires :        |                       | TOTAL Quantités Déchets alimentaires :   |                       |
|                                     | 15                               |                       | 20                               |                       | 40                               |                       | 65                                      |                       | 140                                      |                       |
|                                     | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                | Part non comestible : | Part comestible :                       | Part non comestible : | Part comestible = GASPILLAGE ALIMENTAIRE | Part non comestible : |
|                                     | 15                               | 0                     | 10                               | 10                    | 30                               | 10                    | 45                                      | 20                    | 100                                      | 40                    |

## Ressources complémentaires :

- [Label national antigaspi alimentaire](#)
- Toutes les [ressources](#) en matière de lutte anti-gaspi pour les collectivités : moyennes nationales, ratios part non comestible, guides pratiques.
- « [ma cantine](#) » pour déclarer son diagnostic et retrouver toutes les pistes d'actions



# UTILISATION DE LA PÉSÉE LORS D'ÉVÉNEMENTS

**La pesée des déchets alimentaires est un outil essentiel pour mesurer le gaspillage, suivre l'évolution des pratiques et évaluer l'impact des actions mises en place. L'événement ci-dessous illustre concrètement comment une pesée peut être mobilisée pour analyser et valoriser une action collective ponctuelle.**

Le 16 décembre 2025, l'EHPAD d'Ardres a accueilli un événement fédérateur venant clôturer deux années d'accompagnement dans le cadre de la lutte contre le gaspillage alimentaire. Intitulé « L'EHPAD comme au rest'Haut », ce temps fort a proposé une expérience culinaire originale, alliant gastronomie, anti-gaspillage et terroir.

Le nom de l'événement fait écho au restaurant « Haut bonheur de la Table » du chef étoilé Eugène HOBRAICHE, installé à Cassel. Pour l'occasion, le chef est intervenu dans les cuisines de l'EHPAD afin de concevoir un repas gastronomique respectant le budget d'un repas classique, tout en appliquant les principes de la cuisine antigaspi.

Le menu a valorisé l'intégralité des produits : parures de poisson transformées en sauce, épluchures intégrées aux accompagnements, chaque ingrédient trouvant sa place. Une démonstration concrète qu'exigence culinaire et réduction des déchets peuvent aller de pair en restauration collective.



Cette journée a mobilisé plusieurs acteurs du territoire. Deux élèves du lycée professionnel du Détroit de Calais ont cuisiné aux côtés du chef étoilé et de la cheffe de l'EHPAD, tandis que des étudiants du lycée professionnel Saint-Pierre de Calais ont assuré le service en salle.

L'événement a également pris une forte dimension intergénérationnelle avec la participation d'une classe de CE2 de l'école primaire d'Ardres, invitée à partager le repas avec les résidents. En amont, une rencontre organisée par le RÉGAL a permis d'échanger avec les élèves et leur institutrice autour de l'alimentation durable et du gaspillage alimentaire.

Les producteurs<sup>1</sup> du Pays du Calais ont été mis à l'honneur, renforçant les liens entre l'EHPAD et son territoire et ouvrant la voie à de nouveaux partenariats durables.

À l'issue du repas, les restes alimentaires ont été pesés : 98 g/pers, contre une moyenne nationale de 120 g en restauration collective de santé. Ce résultat reste toutefois supérieur aux performances habituelles de l'EHPAD (46 g), en raison notamment de la présence des élèves de CE2, moins enclins à consommer certains plats à base de légumes.



Ce constat souligne l'importance de l'éducation au goût et de l'adaptation des actions de sensibilisation.

En clôture de deux années d'accompagnement, « L'EHPAD comme au rest'Haut » démontre que la lutte contre le gaspillage alimentaire peut être collective, créative et source de plaisir, tout en respectant les contraintes des EHPAD.

<sup>1</sup> légumes bio du Jardin de Berthem et du Jardin des Noires Terres, volaille de Licques, porc de Brêmes, champignons de la ferme Baz'Angus, produits laitiers via la Biocoop de Calais, etc.



**ISABELLE TREUTENAERE – ANIMATRICE RÉGAL**



**03 21 00 28 84**



**regal@pays-du-calaisis.fr**



**RÉGAL Pays du Calaisis**

Édition 2026