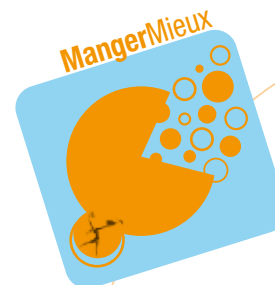
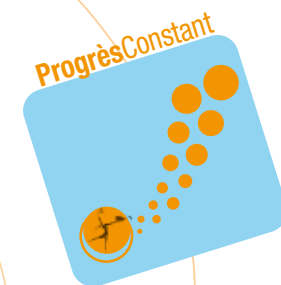




# " COLLECTIVEMENT RESPONSABLES "



Manger sain et équilibré

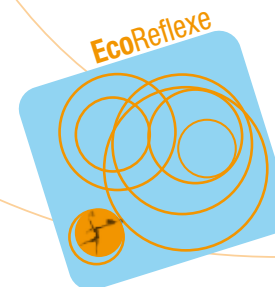


Éviter de gaspiller

Zéro Gaspil'



Préserver l'environnement

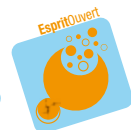
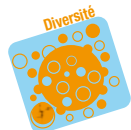


**Mille et Un Repas, seule société de restauration certifiée Ethics™, est aussi une entreprise citoyenne qui s'implique, au quotidien, dans une démarche responsable :**



- respect des hommes,
- utilisation des produits locaux ou bio,
- adaptation des postes de travail pour les handicapés,
- commerce équitable,
- préservation de notre environnement,
- éco-attitude,
- accueil au sein des équipes des personnes en rupture sociale,
- ...

**Mille et Un Repas, est la dixième entreprise de restauration collective en France et la première nationale en " Gastronomie Collective® ".**



3 allée du Moulin Berger • Bat 3 - 69130 Ecully  
Tél : 04 72 54 80 90 • Fax : 04 72 54 80 99  
www.1001repas.fr



## " Zéro Gaspil® " ... une démarche originale créée par Mille et Un Repas, société de " Gastronomie Collective® ".

**Le gaspillage alimentaire**, dans les restaurants scolaires et d'entreprise, crée des dépenses inutiles, alourdit la production des déchets de la culture du produit jusqu'à sa consommation et génère une utilisation des ressources et pollutions dommageables pour l'environnement.

Lorsque les convives arrivent dans leur restaurant, ils ont faim et remplissent souvent leurs plateaux de manière disproportionnée.

La conséquence directe de cette attitude est une quantité de déchets alimentaires exagérée.

Des tests précis démontrent qu'il peut y avoir **plus de 30% des aliments sains** qui sont ainsi jetés à la poubelle ! Et ceci, à chaque repas.

Pour exemple, une base de 100 repas par jour peut ainsi générer **2,1 tonnes de déchets par an**... ce qui représente l'équivalent de **4600 repas** complets mis à la poubelle !

Chez **Mille et Un Repas, société de " Gastronomie Collective® "**, nous avons des restaurants où les convives se servent à volonté le cas échéant, mais dans la même assiette. Ils mangent de façon équilibrée et **ne jettent que 4 grammes** de déchets par repas.

**Cette démarche, nous la nommons " Zéro Gaspil® ".**

## Une information structurée et efficace.

Cette démarche originale, applicable en établissement scolaire comme en entreprise, a permis de repenser totalement le principe du self traditionnel. Plus de ligne de self, plus de file d'attente, plus de problème de quantité... donc moins de gaspillage, pour d'avantage de temps qui favorise les relations humaines et donc la convivialité.

Les équipes de Mille et Un Repas, en plein accord avec les directions d'établissements, se rendent dans les classes afin de sensibiliser les élèves à cette action citoyenne.

Le document ci-dessous leur est remis pour les guider le premier jour.

**Mille et Un Repas, société de " Gastronomie Collective® "**, lutte au quotidien contre le gaspillage. Elle développe un projet citoyen et éducatif à travers la démarche **"Zéro Gaspil"** pour sensibiliser les élèves et les responsabiliser...

**COMMENT CELA FONCTIONNE...**

**1** Il s'agit simplement de te servir toi-même des entrées, avant de prendre, avec la même assiette, un plat chaud accompagné de légumes frais de saison et souvent de la région.

**2** Pour lutter contre le gaspillage, il y a une solution : le **" Zéro Gaspil "**.

**3** Une fois ton assiette terminée, tu peux aller te faire servir le plat chaud que le chef te proposera. Tu es libre de prendre l'accompagnement (féculents et/ou légumes) qui te plaît. Comme pour l'entrée même principe, tu finis ton assiette pour éviter le gaspillage.

**4** Après ton dessert, tu dois maintenant penser au tri sélectif. Les déchets alimentaires (os de poulet, épluchures, peau de banane etc...), sont différents des autres emballages. Des poubelles spéciales sont disponibles et séparées.

**Le «-bon plan - équilibre :**  
En accompagnement de la viande ou ton poisson, si tu as pris une pâtisserie en dessert ou une entrée chaude, privilégie les légumes. Sinon, ne fais pas l'impasse sur les féculents : ils sont une source indispensable d'énergie pour tenir jusqu'au dîner !

**Le «-bon plan - équilibre :**  
En entrée, c'est l'occasion de manger des nouvelles espèces de viandes : n'hésites pas à goûter un peu de tout, tu as le choix ! Mais attention, réserve toi de la place pour ton plat, ton fromage et ton dessert... ils sont aussi des composants essentiels de ton repas.

**Tu choisis ton produit laitier et ton dessert et tu déposes ton plateau à ta place.**  
Tu vas ensuite te servir d'une entrée (au choix) avec ton assiette sur les pôles de distribution.  
Tu peux te resservir si tu le souhaites. Une seule obligation, finir ton assiette avant de passer au plat chaud.

**Quand tout est mélangé, on ne récupère rien ! Les déchets sont soit brûlés ou mis en décharge. Pour économiser les matières premières (plastique, bois, papier...) et protéger la nature, il faut donc récupérer les déchets qui peuvent être recyclés.**

**Le fait de trier les déchets, c'est ce qu'on appelle faire du tri sélectif.**

L'objectif de Mille et Un Repas, grâce au **" Zéro Gaspil® "**, est de passer de 2,1 tonnes de déchets, pour une base de 100 repas... **à seulement quelques grammes par jour.**

## Une prise de conscience.

Un travail a été entrepris en 2007 pour sensibiliser les convives à l'absence de gaspillage dans les restaurants des établissements. Des affiches ont été conçues pour leur expliquer qu'ils pouvaient se servir et consommer tout ce qu'ils souhaitaient, mais sans gaspiller.

### Le " Zéro Gaspil'® " est né.

Des mesures étalons ont été réalisées. Elles laissent apparaître un rejet important d'aliments de l'ordre de **150 grammes** par élève.

La seule sensibilisation par quelques messages, couplés au discours éducatif du personnel de Mille et Un Repas, a permis de **réduire de manière spectaculaire les déchets de l'ordre de 50 %** en quelques semaines.

Aux actions de communication sur les sites, a succédé une suppression du concept de self traditionnel, déstructurant par nature la chronologie du repas... sauf si le plat chaud est pris... froid.

### Pas de ligne de self service "traditionnelle" mais la création de pôles de distribution "Responsables".

Lorsque les convives entrent dans la salle de restaurant, ils choisissent un fromage et un dessert. Puis, ils posent leur plateau à table. Ils vont ensuite prendre une entrée sur les " pôles de distribution " puis retournent s'asseoir. Une fois l'assiette vide, ils vont se servir d'un plat chaud. Il n'y a donc pas, à ce stade, de déchets dans l'assiette. Personne ne leur interdit de se resservir (sauf plats protéinés) **mais ils doivent terminer leur assiette, puisqu'ils n'en ont qu'une.**

A la fin du repas, ils sont également confrontés à la pratique du tri sélectif, mis en place dans tous les restaurants.

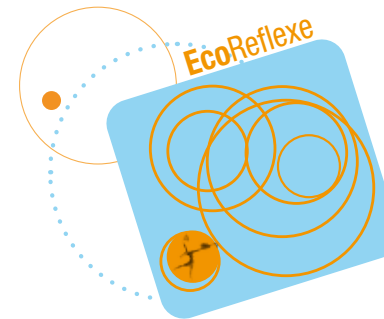


## Des conséquences positives...

La réduction des déchets a une incidence directe sur la qualité de ce qui est proposé aux convives. En effet, la réduction mécanique des coûts sur les grandes masses permettent :

- **des achats de proximité** auprès des producteurs locaux, pour favoriser l'emploi local, diminuer l'empreinte carbone et utiliser des produits frais pour les menus.
- **d'acheter et d'utiliser des produits frais et de qualité** (exemple : les produits labellisés bio, Label Rouge...) pour éveiller les enfants au goût et au plaisir de manger, en leur proposant chaque jour des menus variés et adaptés à leurs besoins et à leur âge.
- **de former des chefs** avec l'Institut Paul Bocuse. Tous les plats sont donc conçus et préparés sur les sites et dans les restaurants. Les chefs de restaurants sont autonomes et maîtres de leurs menus quotidiens validés par la diététicienne de Mille et Un Repas. Ils laissent libre cours à la création et à l'inventivité.

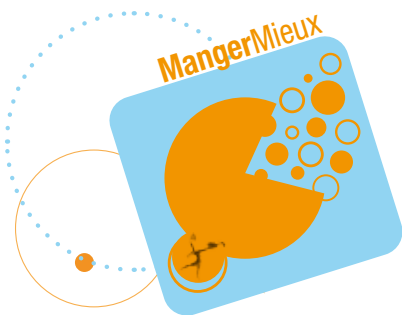
### ...entraînant des bénéfices pour l'établissement.



Après audit de l'établissement validant les installations et la mise en place possible de la démarche dans un environnement existant, il apparaît que le " Zéro Gaspil'® " permet :

- **une réduction des fluides**, l'utilisation d'une seule assiette et l'absence de verrines ou de portions individuelles entraînent une réduction de manière assez sensible de l'utilisation d'eau dans les cuisines.
- **une diminution des déchets** de l'ordre de 80 % en quelques semaines, ce qui génère une réduction des coûts concernant la gestion des containers et du tri des déchets.
- **une optimisation des ressources énergétiques**, les interventions sont mécaniquement réduites, ce qui occasionne naturellement une moindre consommation d'électricité et donc une diminution des charges de l'entreprise.
- **une meilleure répartition des équipes**, l'absence de lignes de self (et donc leur réassort), associé à un traitement réduit de la vaisselle, peut entraîner une meilleure productivité et plus de plaisir et de motivation.

## Une démarche pour le bien-être des convives et la responsabilisation des enfants.



Il y a une dimension éducative forte dans le " **Zéro Gaspil**'® " qui permet de **mieux manger** et de **respecter la nourriture**.

Cette responsabilisation permet également aux enfants de prendre conscience qu'ils participent, par leur action, au bien commun.

Ils deviennent, de plus, de véritables ambassadeurs auprès de leurs parents, frères, sœurs...

Sur la partie alimentaire, cela permet également de :

- **manger des produits frais, de qualité...** et parfois bio,
- **découvrir de nouvelles saveurs** et de nouveaux aliments (légumes), avoir la liberté du choix,
- **d'être accompagné et conseillé** grâce à la proximité et à une meilleure disponibilité des équipes...
- **d'équilibrer ses repas au quotidien** en suivant les menus recommandés par la diététicienne de Mille et Un Repas, affichés sur le restaurant,
- **diminuer le temps d'attente** dans les files de près de 30% et de profiter pleinement de son temps de repas.

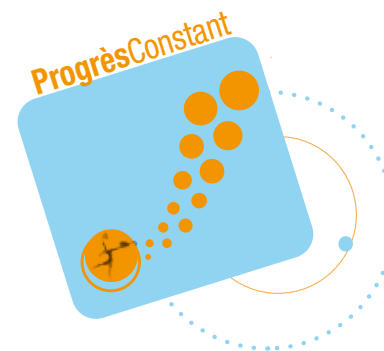
### Améliorer l'état de santé de la population

Le Programme National Nutrition Santé (PNNS) a comme objectif général d'améliorer l'état de santé de l'ensemble de la population en proposant des recommandations nutritionnelles.

Il dégage 9 objectifs nutritionnels prioritaires parmi lesquels :

- **augmenter** la consommation de fruits et légumes,
- **augmenter** la consommation de calcium,
- **réduire** la contribution moyenne des apports lipidiques totaux,
- **augmenter** la consommation de glucides,
- **réduire** de 20% la prévalence du surpoids et de l'obésité, ...

## " Zéro Gaspil'® " préserve l'Environnement



Mille et Un Repas propose aussi, dans cette démarche originale, une véritable action citoyenne et exemplaire pour supprimer les dépenses inutiles et préserver l'environnement :

- l'absence de gaspillage entraîne mécaniquement **moins de production et moins de sollicitations des terres** et des cultures. Par voie de conséquence, **l'utilisation d'eau est fortement réduite**.
- **l'empreinte carbone diminue sensiblement** puisque l'achat des produits locaux est privilégié. De même, le transport des déchets est réduit de l'ordre de 50 %.

Dans les deux cas, l'incidence positive est directe, moins de déplacement donc moins de pollution et moins de consommation d'énergie.

Chaque jour, plus de 8 millions de personnes prennent un repas dans les écoles, les entreprises ou dans les établissements de santé.

La **restauration collectivement responsable** est essentielle pour :

- **préserver** la qualité environnementale,
- **responsabiliser** les convives, leur donner le choix,
- **former** au goût, à la qualité, aux produits frais,
- **assurer** un certain bien-être,
- **réinstaller** la production et les achats auprès des agriculteurs locaux.

Le " **Zéro Gaspil**'® " est donc bien une démarche d'avenir qui concerne et implique tous les acteurs du restaurant et de la restauration collective et au delà, de la production en amont et du traitement en aval.