

Good Food à la cantine

Services, outils et accompagnements
pour des repas plus durables
à l'école et à la crèche



© Xavier Claes



bruxelles
environnement
.brussels



GoodFood
MIEUX PRODUIRE, BIEN MANGER
.brussels

Au menu

Plus de Good Food à la cantine	3
Gestion durable d'une cuisine collective	4
Formations thématiques et pratiques	6
Le label Cantine Good Food	8
Un guide et des outils	9
Sensibiliser petits et grands	10
Ils nous parlent de leur démarche Good Food	11



PLUS DE GOOD FOOD A LA CANTINE !

La stratégie « Good Food », initiée en 2016, vise à instaurer une alimentation plus saine et plus respectueuse de l'environnement à Bruxelles. Un processus qui concerne bien sûr l'alimentation de nos enfants. Aujourd'hui, 44% des élèves bruxellois mangent à la cantine, ne fût-ce que de temps en temps. Les menus proposés peuvent largement contribuer à leur offrir une alimentation plus durable, dès les premières bouchées. Des menus sains et équilibrés, des produits frais, locaux et de saison, moins de gaspillage, plus de protéines végétales ...autant de bonnes pratiques qui peuvent être associées à un programme pédagogique, pour plus de cohérence.

Cette brochure vous présente les outils, formations et accompagnements pour instaurer plus de Good Food à la cantine, surmonter les aprioris et passer à l'action.



GESTION DURABLE D'UNE CUISINE COLLECTIVE



Comment gérer une cantine pour instaurer une alimentation plus durable ?

Quelles actions mettre en place en priorité ?

Comment s'y prendre sans engager davantage de coûts ?

Autant de questions que se posent les établissements scolaires et les crèches qui souhaitent proposer plus de Good Food au menu. La transition ne se fait pas en un jour et **le plan d'actions a son importance pour assurer un**

processus évolutif, sans mauvaise surprise. Bruxelles Environnement et ses partenaires proposent divers services (accompagnement, formations, outils...) pour **guider les professionnels** :

- ▶ sélection des fournisseurs, choix des produits locaux et de saison, reconnaissance des labels.
- ▶ maîtrise du budget, gestion optimale des stocks, réduction des déchets.
- ▶ création de recettes équilibrées et de saison, réduction de la consommation de viande.
- ▶ etc.

La gestion durable d'une cantine nécessite une **collaboration entre divers acteurs de l'établissement** (pouvoir organisateur, équipe de cuisine, personnel de la cantine, responsable des achats, association des parents...). Il est donc essentiel de communiquer sur les actions menées pour impliquer chacun dans la démarche.

Un cahier spécial des charges pour les marchés publics

Pour imposer des critères d'alimentation durable aux fournisseurs ou prestataires de services, Bruxelles Environnement propose un modèle de cahier des charges, directement lié aux critères Good Food (mode de production, lutte contre le gaspillage, grammage de viande, alternatives aux protéines animales...).

Télécharger le CSC : www.environnement.brussels > **THEME** > **alimentation** > **restauration et cantines** > **outils** > **pour gérer** > **cahier spécial des charges**



FORMATIONS THEMATIQUES ET PRATIQUES

© F. Collet

Elles sont destinées au personnel impliqué dans la gestion de la cuisine collective et/ou spécifiquement au personnel de cuisine. Accessibles gratuitement, elles abordent notamment la saisonnalité des produits, la préparation des protéines végétales, les processus pour réduire le gaspillage alimentaire et mieux gérer les déchets, etc. Le programme est renouvelé chaque année et comprend des formations thématiques, des formations pratiques ainsi que des visites de terrain, pour favoriser l'échange d'expériences entre professionnels.

Infos et inscriptions : www.environnement.brussels > Alimentation > restauration et cantines > Outils > Formations Good Food pour les cantines.

ACCOMPAGNEMENT POUR PASSER A L'ACTION

Bruxelles Environnement propose des accompagnements sur mesure, pour plus de veggie et moins de gaspi.

Des menus végétariens savoureux

La consommation de viande représente 50% de l'impact de notre alimentation, alors que **les protéines végétales sont aussi riches en vitamines et en nutriments, moins chères à la consommation et plus respectueuses de l'environnement.** L'accompagnement consiste à analyser les menus pour établir un plan

d'actions en concertation avec l'équipe de cuisine, conviée à participer à un atelier culinaire. Les

enfants, les ados et le personnel de l'école découvriront bientôt les plaisirs du veggie !

► **L'accompagnement dure 3 jours et peut être réparti sur plusieurs mois.**

Jeudi veggie

Découvrez une foule de recettes et instaurez le jeudi veggie à la cantine: l'association EVA vous guide et vous fournit du matériel de communication gratuit pour sensibiliser petits et grands !

www.jeudiveggie.be

Moins de gaspillage

La réduction du gaspillage commence en cuisine (gestion du stock, préparations, réutilisations), se poursuit dans l'assiette (gestion des quantités servies, sensibilisation des enfants), et se termine par une bonne gestion des déchets. Après avoir évalué la quantité de nourriture gaspillée quotidiennement, un plan d'actions est défini en collaboration avec l'équipe. **De potentielles économies pour l'établissement !**

► **L'accompagnement dure 4 jours et peut être réparti sur plusieurs mois.**



A la pesée

Faites l'expérience dans votre établissement : pesez la nourriture préparée avant de la servir. Puis pesez la quantité jetée. Effrayant ? Des solutions existent comme le portionnement plus optimal des repas, vous verrez vite la différence !

Infos et inscriptions via le helpdesk : 02/775 76 22 – helpdeskcantine@environnement.brussels

LE LABEL CANTINE GOOD FOOD



Les cantines qui évoluent vers une gestion plus durable peuvent aujourd'hui être valorisées par l'octroi du label Cantine Good Food. Il est gratuit et la démarche se veut évolutive. Le label est octroyé selon 3 niveaux (une, deux ou trois fourchettes) et est valable 3 ans. Il se base sur des critères obligatoires et optionnels. L'occasion de valoriser l'équipe de cuisine et d'informer le public des démarches menées pour une alimentation saine, locale et équilibrée.

Un accompagnement gratuit est prévu pour vous aider à poser votre candidature.

Infos via le helpdesk : 02/775 76 22 – helpdeskcantine@environnement.brussels



© Laura Podorski

UN GUIDE ET DES OUTILS

Le guide pratique cantine Good Food

Il s'adresse à toute personne impliquée dans la cuisine de collectivité (cuisiniers, gestionnaires, responsable des achats, etc.). Via des **fiches thématiques**, il aborde les différents aspects de l'alimentation durable appliquée aux cuisines collectives pour faciliter leur intégration dans la pratique quotidienne : le choix des produits, la gestion des stocks, la maîtrise du budget, la communication, etc. Il reprend des conseils concrets, des exemples inspirants, des témoignages et une foule de ressources pour aller plus loin.

Le calendrier des produits de saison

Pour s'y retrouver et consommer plus local au fil des saisons, un calendrier est **disponible en ligne** ou **sous forme d'affiche**, pour informer et sensibiliser les mangeurs (disponible gratuitement via : www.environnement.brussels).

Les recettes Good Food

Vous cherchez des idées de menus Good Food ? Cuisiner de savoureux plats de saison tout en limitant la consommation de viande et le gaspillage ? Le guide des cantines Good Food vous propose des fiches recettes pour trouver l'inspiration et s'adapter aux besoins des enfants.



Guide pratique des cantines Good Food à télécharger en ligne : www.environnement.brussels >

thématique alimentation > restauration et cantines > outils > pour gérer. Vous pouvez également vous le procurer directement au Service Info de Bruxelles Environnement (Site de Tour et Taxis – 86c Avenue du Port/3000 – 1000 Bruxelles)

ILS NOUS PARLENT DE LEUR DÉMARCHE GOOD FOOD

Lorsque les cantines d'écoles et de crèches prennent la voie de l'alimentation durable, la démarche est d'autant plus cohérente si elle est intégrée au processus pédagogique. Des **actions de sensibilisation** peuvent être menées tout au long de l'année pour **découvrir la Good Food, la cultiver, la préparer, la déguster** :

- ▶ Organiser des **ateliers culinaires en classe** : sélectionner les produits locaux et de saison, élaborer des recettes « Good Food » et proposer une séance de dégustation.
- ▶ **Découvrir les produits de saison en s'amusant**, avec le jeu de « La ronde des saisons » ou le set de 4 affiches à exposer en classe.
- ▶ Constituer un menu « **Good Food** » avec l'outil pédagogique « Planète collation » ou le jeu « Game of Food ».
- ▶ Accueillir des **animations « Good Food »**, proposées par Bruxelles Environnement et adaptées à l'âge des enfants.
- ▶ **Organiser un apéro de dégustation « Good Food »** pour expliquer la démarche aux parents, le soutien apporté aux producteurs locaux, l'éveil gustatif de leurs enfants...et les inviter à poursuivre la démarche à la maison (réduire le gaspillage, consommer local et de saison...).

Pour découvrir les outils pédagogiques disponibles :

www.environnement.brussels>ecoles>outils>pédagogiques

Découvrez **Bubble**, le réseau des écoles bruxelloises en action pour l'environnement :

il propose notamment diverses activités pour permettre aux professeurs de s'enrichir de leurs expériences mutuelles. Être membre de Bubble, c'est rester informé de l'offre pédagogique sur l'éducation à l'environnement pour les écoles bruxelloises. La Good Food en fait partie, avec une offre d'animations, des appels à projets, des ateliers de cuisine, etc.

Inscription gratuite : www.bubble.brussels - info@bubble.brussels



« Nous cuisinons aujourd'hui des produits que l'on n'aurait jamais pensé proposer aux enfants. C'est l'occasion de leur faire découvrir une diversité de saveurs, d'ouvrir leurs plaisirs gustatifs. Nous leur proposons aussi différentes manières de consommer les produits de saison, par exemple en légumes crus ou cuits. »

La crèche du Homborch, labellisée Good Food (3 fourchettes)



« Nous étions motivés par la démarche depuis longtemps, mais on ne savait pas comment s'y prendre. Cela nous semblait impossible, nous étions convaincus que cela coûterait trop cher, qu'on n'aurait pas le choix des fournisseurs. L'accompagnement nous a permis de changer nos a priori. La réduction du gaspillage et de la viande nous a permis de faire de belles économies, et le compost nous permet de réduire la taille de nos poubelles ! » - La crèche du Chat, labellisée Good Food (2 fourchettes).

« Des animations sont menées en classe pour expliquer l'origine des produits, la saisonnalité et le tri des déchets. Les enfants comprennent pourquoi tel produit est proposé à tel moment, et ils sont généralement satisfaits des menus proposés. La direction est régulièrement conviée pour faire un état de la situation, et si certains menus sont moins appréciés, ils sont adaptés » - L'Ecole Karenberg, labellisée Good Food (3 fourchettes).



Pour retrouver toutes les informations utiles sur le programme Cantine Good Food (conseils, outils de gestion, formations, recettes...) : www.environnement.brussels/cantinegoodfood

Ou contactez directement : helpdeskantine@environnement.brussels



www.goodfood.brussels

Pour intégrer le réseau Bubble :

www.bubble.brussels

Crédits photos - sauf mention contraire :

Bruxelles Environnement, Xavier Claes, Yvan Glavie, Telemans Dieter, Fanny Colot,
Laura Podoroski, Jérôme Hubert.

Editeur responsable : F. Fontaine - B. Dewulf

Site de Tour et Taxis – 86c Avenue du Port/3000 – 1000 Bruxelles

Auteur : Magali Ronsmans – Bee Com

Graphisme : JC Piette – Bruxelles Environnement

Imprimé avec de l'encre végétale sur papier recyclé.