

# Les portions petite, moyenne et grande faim

STOP   
au Gâchis

ADEME



Agence de l'Environnement  
et de la Maîtrise de l'Énergie

## Potentiel de gains



## Faisabilité



## Personnes ciblées

### Convives

[élèves - professeurs]

## Moyens requis

### Humains

Temps de sensibilisation du personnel de cuisine.

### Techniques

- Ustensiles adaptés pour le service selon l'option retenue (louches, assiettes...).
- Outils de communication (affiches, étiquettes...).

### Financiers

0 € si aucun achat de vaisselle ou d'ustensiles supplémentaires.

## Actions complémentaires

- Mise à disposition de fruits épluchés. (cf. fiche action 7)
- Le bar à salades. (cf. fiche action 8)
- La sensibilisation du personnel de cuisine. (cf. fiche action 9)

## Présentation

Cette action consiste à proposer des portions petite, moyenne et grande faim aux élèves et enseignants. Son objectif est d'adapter ainsi les quantités servies à la faim réelle des convives afin de réduire leur gaspillage alimentaire.

Cette action s'applique en général au plat chaud tout au long de l'année.

Cette fiche vous présente 2 options : avec ou sans achat de matériel supplémentaire.

La mise en place de ce nouveau concept doit nécessairement s'accompagner de communication pour expliquer au moment du service, l'intérêt des différentes portions, avec :

- ➔ des affiches de communication
- ➔ des échanges entre le personnel et les convives. Car plus encore que les affiches, les échanges seront déterminants dans cette action.

Vous devrez également laisser aux convives la possibilité de revenir se servir s'ils ont encore faim.



## Préparation et mise en œuvre de l'action

## Recommandations

**1** Sensibiliser votre personnel de cuisine à cette nouvelle démarche et définir ensemble la taille des portions « petite », « moyenne » et « grande faim ».

Vous pouvez vous appuyer sur les recommandations du GEMRCN (cf. fiche Enjeux) pour définir la taille des portions.  
Vous pourrez ajuster ces portions au bout d'une semaine de service afin de correspondre au mieux à l'appétit des convives.

### à noter

#### Différence entre recommandations GEMRCN et obligations réglementaires

Les obligations réglementaires relatives à la qualité nutritionnelle de repas servis en restauration scolaire ne fixent aucune taille de portion pour les plats préparés par les équipes de restauration scolaire (cuisine centrale, cuisine sur place).

En conséquence, les services de restauration scolaire sont libres de proposer les tailles de portion qu'ils jugent appropriées aux besoins de leurs convives.

Source : Guide pratique et réglementaire « restauration collective ; donner aux associations d'aide alimentaire » - DRAAF - 2013.

**2** Choisir l'option à mettre en œuvre :

- sans achat de nouveaux matériels
- avec achat de nouveaux matériels

Sans changement de vaisselle, tout passe par le dialogue entre le personnel de service et les convives pour connaître la quantité voulue (p.ex : 1, 2 ou 3 cuillères)

Avec changement de vaisselle, vous pouvez acheter des assiettes de tailles ou de couleurs différentes ainsi que des louches adaptées aux nouvelles portions.

### à noter

#### Avantages et inconvénients de l'option « différentes tailles d'assiettes »

Avantages : regard attiré, aliment mis en valeur en cas d'assiette colorée

Inconvénients : investissements supplémentaires, nécessité de différents chariots adaptés aux tailles d'assiettes, tri supplémentaire lors de la vaisselle.

**3** Réaliser un affichage pour expliquer la démarche au début de la file d'attente et au moment du service.

Précisez bien que le convive pourra revenir se faire servir s'il a mal estimé sa faim.

Le + :

Ajoutez sur les affiches des photographies des différentes portions.

**4** Lancer l'action en salle.

Un peu d'attente est à envisager lors du lancement car les assiettes ne peuvent pas être servies à l'avance. L'expérience prouve que le service redevient normal au bout d'une semaine maximum.

Dialoguer avec les convives et adapter la portion à leur demande est essentiel, au-delà même des affiches.

**5** Poursuivre le dialogue avec les convives et adapter la portion à leur demande.

Au bout d'une semaine vous pourrez réaliser un bilan :

- du temps d'attente
- de la taille des portions proposées.

(cf. étape 1)



## résultats attendus

Réduction rapide et visible du gaspillage alimentaire au niveau de la dépose-plateaux : moins de restes seront présents sur les plateaux.

## méthode d'évaluation

Vous pouvez évaluer l'impact de cette action en menant une campagne de pesées (cf. 4-1-1-Pesees-option-1 ou 4-1-2-Pesees-option-2 / 1-Pesees-Methodo), à renouveler régulièrement.

### Pour en savoir plus

Le kit de communication anti-gaspi du Ministère de l'agriculture :

► <http://agriculture.gouv.fr/antigaspi>

Les outils pratiques de la campagne « ça suffit le gâchis » :

► [www.casuffitlegachis.fr](http://www.casuffitlegachis.fr)

La Semaine européenne du développement durable :

► [www.ecologique-solaire.gouv.fr/semaine-europeenne-du-developpement-durable](http://www.ecologique-solaire.gouv.fr/semaine-europeenne-du-developpement-durable)

Guide pratique et réglementaire « restauration collective ; donner aux associations d'aide alimentaire »  
- DRAAF – 2013 – 128 pages :

► [http://draaf.grand-est.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/Guide\\_dons\\_restaurant\\_sept2013\\_cle091e14-1.pdf](http://draaf.grand-est.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_dons_restaurant_sept2013_cle091e14-1.pdf)

La boîte à outils « gaspillage alimentaire » de l'ADEME :

► [www.optigede.ademe.fr/outils-gaspillage-alimentaire](http://www.optigede.ademe.fr/outils-gaspillage-alimentaire)

La Semaine européenne de la réduction des déchets :

► [www.serd.ademe.fr](http://www.serd.ademe.fr)

**ADEME**



Agence de l'Environnement  
et de la Maîtrise de l'Énergie

