

## GREEN DEAL – CANTINES DURABLES

### Ma cantine s'engage pour une alimentation durable !

NOM de la cantine : Haute Ecole de la Reid (Internat – Haut-Mâret)

Personne responsable : Marianne Dawirs, Christine Rose

Secteur : Cantine scolaire

Nombre de repas servis à midi : entre 80 et 100 sandwiches et plus ou moins 30 litres de soupe, 20 paninis

Année d'entrée en service : depuis + de 20 ans

Mode de gestion (biffer les mentions inutiles) : entière

E-mail et tél. de la personne en charge du suivi du Green Deal : Serge SON

[serge.son@provincedeliege.be](mailto:serge.son@provincedeliege.be) 04/279 74 60

---

« La cantine du « Haut-Marêt de La Reid » est une cuisine de collectivité au sein d'un internat. Elle sert chaque jour entre 80 et 100 sandwiches et plus ou moins 30 litres de soupe, 20 paninis à destination des étudiant.e.s et des membres du personnel. Depuis plusieurs années, des contacts renforcés avec les producteurs locaux ont été mis en place pour favoriser les circuits-courts, en collaboration avec le service de coordination de la qualité dans les restaurants de collectivité de la Direction générale de l'enseignement de la Province de Liège. Le souhait de s'engager dans une démarche durable – notamment à travers l'alimentation - fait partie d'une réflexion globale menée dans le cadre de la Déclaration de politique provinciale dans laquelle l'école s'inscrit. »

---

## 1/ POUR DES PRODUITS LOCAUX ET DE SAISON

### Objectifs chiffrés

Fin 2021, les repas privilégieront les produits locaux.

Fin 2021, les repas privilégieront les produits de saison.

### Actions

- Réaliser un tableau des fournisseurs locaux et formaliser l'approvisionnement en circuit-court de la cantine.
- Mieux connaître les produits de saison, apprendre à les cuisiner et s'organiser pour varier les menus au fil des saisons.

## 2/ POUR DES PRODUITS RESPECTUEUX DE L'ENVIRONNEMENT ET DES ANIMAUX

### Objectifs chiffrés

Fin 2021, un grammage équilibré de la viande dans l'assiette sera privilégié.

Fin 2021, les repas privilégieront les produits issus de l'agriculture biologique.

Fin 2021, les repas privilégieront les produits de la mer seront issus de la pêche durable.

### Actions

- Le grammage en viande des repas servis ne dépassera pas 100gr/assiette.
- Investir dans des viandes de qualité, issues d'élevage bio et local.
- Identifier les labels bios et opérationnaliser les filières d'approvisionnement de ces produits.
- Proposer une alternative végétarienne au menu.
- Identifier les labels de pêche durable (MSC, Naturland, Friend of the Sea, Iceland responsible fisheries, label bio, label ASC...) et commander les produits de la mer issus de la pêche durable (supprimer les poissons de la liste rouge, être vigilant pour certains poissons, découvrir et test les poissons à privilégier – pêche sauvage et aquaculture).

## 3/ POUR DES PRODUITS ÉQUITABLES

### Objectifs chiffrés

Fin 2021, la cantine privilégiera des produits exotiques étiquetés « label équitable ».

### Actions

- Identifier, dans les marchés, les produits labellisés « équitables » (Prix juste, Fairebel, Terra etica, WFTO, SPP, Fair for life, Fair Wild, Bio équitable, Max Havelaar...) et formaliser l'approvisionnement de la cantine pour les produits exotiques.

## 4/ POUR DES REPAS SAINS, ÉQUILIBRÉS ET SAVOUREUX

### Objectifs chiffrés

- Fin 2021, la cantine garanti un accès permanent et gratuit à l'eau potable.
- Fin 2021, les produits frais seront privilégiés.
- Fin 2021, un grammage équilibré des légumes dans l'assiette sera privilégié.
- Fin 2021, les produits complets (riz complet, pâtes complètes...) seront privilégiés.
- Fin 2021, les protéines seront adaptées en portion et en sources (animales et végétales).
- Fin 2021, l'utilisation des huiles sera régulée.
- Fin 2021, l'utilisation d'ingrédients à index glycémique élevé sera réduite.

### Actions

- Mise à disposition quotidienne d'eau du robinet en carafes et/ou fontaine(s).
- Le grammage en légumes sera d'environ 200gr. (grammage cru) par assiette.
- Diminuer les commandes de produits surgelés.
- Intégration de fruits frais dans les menus, desserts et collations.
- La proportion de légumes frais dans les soupes atteindra 45 à 60% (et sans glutamate).
- Réalisation de desserts « faits maison ».
- Commander plus de produits complets.

- Adaptation des portions de protéines et alternance des sources animales (viandes, poissons, œufs, fromages) et végétales (céréales, légumineuses, tofu, seitan, quorn...).
- Intégration d'un repas végétarien au menu hebdomadaire.
- Introduction de nouvelles denrées aux propriétés gustatives et nutritionnelles intéressantes : oléagineux, légumineuses, céréales, épices, condiments...
- Minimiser les huiles végétales hydrogénées (margarine végétale...) et celles contenant beaucoup de graisses saturées (palme, coco...) et favoriser les huiles mieux équilibrées (colza, olive, tournesol...).
- Réduire l'utilisation de sucres blancs, céréales raffinées...

## 5/ POUR LA REDUCTION DU GASPILLAGE ALIMENTAIRE ET DES DECHETS

### Objectifs chiffrés

Fin 2021, le gaspillage alimentaire sera réduit au maximum.

### Actions

- Identifier les sources de gaspillage alimentaire.
- Service des repas : réaliser un dressage plus précis de l'assiette (utiliser des ustensiles de mesure, simples et efficaces, pour portionner correctement les assiettes en fonction de la faim du client).
- Optimiser le système de réservation des repas pour mieux adapter la production aux besoins réels.
- Eviter les pertes alimentaires en réalisant périodiquement un inventaire des stocks et toujours garder un œil dessus.
- Réaliser une meilleure gestion de la conservation des aliments.
- Apprendre à accommoder les restes.
- Opérer un tri des déchets organiques.
- Réutiliser les restes valorisables de cuisine dans certaines préparations.
- Trier l'ensemble des déchets des utilisateurs de la cantine (tout-venant, PMC, organique).

- Trier les déchets de la cuisine (tout-venant, verres, organiques, PMC, papier-carton).

## 6/ POUR L'INCLUSION SOCIALE

### Objectifs chiffrés

Garantir l'accessibilité financière aux repas pour tous.

### Actions

- Optimiser l'identification des cas de pauvreté afin de favoriser leur prise en charge.