



Limiter les surcoûts des produits bio

Les produits bio sont en général plus chers que leur homologues conventionnels. On peut cependant rendre ce surcoût très acceptable dans un budget alimentaire.



Saisonnalité

En saison, les fruits et légumes bio présentent un faible surcoût, voire sont au prix du conventionnel en pleine période de production.



Faire de la cuisine et travailler le frais

Travailler au maximum les produits frais permet de mieux les valoriser, et de faire percevoir encore mieux la différence de goût et de texture entre du bio et du conventionnel.

Moins on a recours à des préparations toutes faites achetées à l'extérieur, moins les plats reviennent chers en coût matière. Sauces et fonds de sauce peuvent être préparés en cuisine. Ces derniers peuvent même être supprimés avec des produits qui ont du goût.



S'équiper pour travailler du frais

Sans revenir au lavage et à l'épluchage, on peut au moins s'équiper d'un robot-coupe pour râper ou couper en rondelles les légumes.

On trouve également des équipements permettant de faire des soupes pour de nombreux convives (jusqu'à 2 500).

Pour la viande, utilisez les nouvelles méthodes de cuisson à basse température, qui vous éviteront des pertes à la cuisson et vous feront faire des économies d'énergie.



Moins de viande, plus de protéines végétales

Diminuer la part de viande dans les menus est un moyen de baisser le coût matière du repas.

Régulièrement, remplacez cette viande par un plat végétarien protéiné avec des céréales et des légumineuses.



Contractualisation sur un volume important en amont

L'achat direct au producteur sans intermédiaire permet de faire des économies pour les fruits et légumes, les laitages, le pain. Certains sont en rapport direct avec un éleveur et un atelier de découpe pour la viande. On peut aussi, dans certains endroits, travailler en direct avec un paysan boulanger qui cultive ses céréales, fait sa farine et son pain.





Acheter groupé

Pas toujours évident à organiser, l'achat groupé de produits avec un ou plusieurs autres établissements. Très valable pour la viande et l'achat de carcasses entières, à un prix plus avantageux. Mais ce la peut concerner tous les produits.

Commandes synchronisées

Des établissements situés dans un périmètre restreint peuvent se mettre d'accord pour passer leur commande à un producteur pour une livraison le même jour. C'est très intéressant pour les petits établissements, et pour profiter du franco de port grâce à la somme des commandes.

Contractualiser avec des producteurs

Un engagement quantitatif sur un an ou plus auprès d'un producteur vous permettra d'avoir un prix meilleur et plus stable dans le temps.

Limiter le gaspillage

Le pain à la demande et à l'unité, plutôt que à volonté sur la table, permet de faire des économies. Certains légumes, comme les carottes, se passent d'épluchage. On peut encore réduire le grammage de viande tout en restant dans les normes recommandées.

Recours à des plats bon marché

S'ils ne sont pas servis trop souvent, quiches, pizzas, lasagnes, ... sont d'un bon rapport qualité nutritionnelle / prix.

Aides à la bio dans la restauration scolaire

Les communes, départements et régions offrent souvent des aides à l'introduction de bio dans la restauration scolaire. Renseignez vous.

A Clamart le volume mensuel de denrées bio servies dans les cantines est passé de 0% à 50 % en 3 ans et ceci à budget constant. Pour arriver à un tel bilan, l'élu en charge de la restauration a choisi de s'appuyer sur le pilier social du développement durable pour introduire du bio dans les menus des cantines scolaires. Il a notamment revalorisé les postes dans les cuisines, en réintroduisant les plats préparés sur place par exemple. Ce nouvel intérêt pour son job a entraîné une chute vertigineuse de l'absentéisme et des arrêts maladie, et donc un gain important. De même, l'utilisation de produits bruts et l'arrêt de l'achat de produits transformés, fonds de sauces, sauces, desserts industriels, ont réduit les dépenses de denrées. Et avec des plats plus savoureux, bien sûr moins de pertes ...

