

Communiqué de presse – 17 juillet 2024

Davantage de plats végétariens au menu : une expérience réussie en restauration universitaire

Depuis le 1^{er} janvier 2023, la loi Egalim impose aux établissements publics de proposer une option végétarienne tous les jours. Dans cette continuité, les Crous visent un taux de prise de 30 % de repas végétariens en 2025. Un des freins essentiels à surmonter pour atteindre cet objectif est l'acceptabilité d'une telle mesure par les étudiants.

Pour la première fois en France à l'échelle d'un restaurant universitaire du Crous, une équipe INRAE a expérimenté le doublement de l'offre de plats végétariens. Les résultats de cette étude menée à Dijon, publiés le 16 juillet dans la revue *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, montrent qu'une diversification de l'offre de restauration, qui inclurait plus de plats végétariens, est possible sans diminuer la satisfaction des étudiants. Ces travaux apportent également un éclairage sur les freins à lever pour installer sur le long terme cette offre diversifiée en restauration universitaire.

Afin de tester en conditions réelles le comportement des étudiants dans un contexte d'augmentation de l'offre végétarienne, un partenariat entre INRAE et le Crous Bourgogne-Franche-Comté a permis de mener une étude interventionnelle au sein d'un restaurant universitaire (Ru) du Crous à Dijon, où plus de 2 000 repas sont servis tous les midis.

L'étude s'est déroulée en 2 phases qui duraient chacune 2 semaines : une phase contrôle durant laquelle 24 % des plats servis étaient végétariens, et une phase d'intervention où cette proportion passait à 48 %, grâce à des substitutions. Par exemple, les pâtes carbonara habituellement servies pouvaient être remplacées par des tortellinis aux 4 fromages, les lasagnes bolognaises par des lasagnes végétariennes, etc., ce qui permettait de rester dans la même gamme de produits. Les données de vente enregistrées quotidiennement et le recueil de 18 342 bulletins de satisfaction ont permis d'estimer l'acceptabilité de ce changement.

Résultat : les étudiants ont augmenté significativement leur choix de plats végétariens avec le doublement de l'offre, en passant de 23 à 45 %. Leur satisfaction pour l'offre proposée n'a pas diminué (de 4,05 à 4,07 sur 5), ni leur appréciation pour le plat qu'ils ont choisi (de 4,09 à 4,13 sur 5). Un questionnaire distribué à la fin de l'intervention a révélé que seulement 6 % des étudiants avaient remarqué la modification de l'offre, qui n'avait pas été communiquée.

L'étude révèle certaines limites, liées à la courte durée de l'intervention et à la mobilisation rapide des cuisiniers. Si l'empreinte carbone des plats choisis a diminué (-21 % en kgCO₂eq), l'effet sur la qualité nutritionnelle et le coût de production des plats choisis n'était pas celui espéré. En effet, les scientifiques ont observé une légère augmentation du coût de production (passage du prix de production par repas de 0,95 à 1,02 €). La qualité nutritionnelle des plats est restée en moyenne dans l'intervalle C du Nutri-Score : le score de qualité nutritionnelle (score FSA situé entre -15 et

40) s'est légèrement dégradé de 4,7 à 5. Une phase de planification plus longue des menus pour les cuisiniers, associée à des formations à la cuisine végétale pourrait optimiser l'évolution de ces indicateurs et améliorer la qualité nutritionnelle tout en réduisant les coûts.

Depuis cette étude, les étudiants se restaurant au Ru Montmuzard du Crous Bourgogne-Franche-Comté sont 30 % à choisir des plats végétariens contre 24 % antérieurement. Poursuivant cette démarche, les chercheurs suivent actuellement une cohorte de 300 étudiants qui doivent photographier durant plusieurs mois le contenu de leur plateau. L'objectif est d'identifier différents profils d'étudiants pour mieux comprendre les motivations individuelles liées au choix du plat végétarien.

Référence

Arrazat L., Cambriels C., Le Noan C. et al. (2024). Effects of increasing the availability of vegetarian options on main meal choices, meal offer satisfaction and liking: A pre-post analysis in a French university cafeteria. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-024-01624-4>

Contact scientifique :

Lucile Marty - lucile.marty@inrae.fr

Unité mixte de recherche Centre des sciences du goût et de l'alimentation

Département scientifique Alimentation humaine (ALIMH)

Centre INRAE Bourgogne-Franche-Comté

Contact presse :

01 42 75 91 86 – presse@inrae.fr

INRAE, l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement, est un acteur majeur de la recherche et de l'innovation. L'institut rassemble une communauté de 12 000 personnes, avec 272 unités de recherche, de service et d'expérimentation implantées dans 18 centres sur toute la France.

Institut de recherche finalisée, il se positionne parmi les tout premiers organismes de recherche au monde en sciences agricoles et alimentaires, en sciences du végétal et de l'animal, et en écologie-environnement. Il est le premier organisme de recherche mondial spécialisé sur l'ensemble « agriculture-alimentation-environnement ». INRAE a pour ambition d'être un acteur clé des transitions nécessaires pour répondre aux grands enjeux mondiaux.

Face à l'augmentation de la population et au défi de la sécurité alimentaire, au dérèglement climatique, à la raréfaction des ressources et au déclin de la biodiversité, l'institut a un rôle majeur pour construire des solutions et accompagner la nécessaire accélération des transitions agricoles, alimentaires et environnementales.

la science pour la vie, l'humain, la terre

Rejoignez-nous sur :



www.inrae/presse