

Analyse nutritionnelle des menus des restaurants du site de l'UNIL

Semaines du 25 au 29 novembre 2019
et du 17 au 21 février 2020

1. Contexte	2
2. Démarche	2
3. Résumé des résultats	3
3.1. Offre des restaurants Geopolis (SV-Group)	3
3.2. Offre des restaurants N. Cananiello	4
3.3. Menus les plus appréciés sur l'ensemble du site universitaire	5
4. Analyse détaillée des menus de Geopolis (SV-Group)	6
4.1. Geopolis menu par menu	8
5. Analyse détaillée des menus de N. Cananiello	13
5.1. Unithèque menu par menu	16
5.2. Amphimax menu par menu	23

1. Contexte

Le cadre de référence pour une offre alimentaire équilibrée et durable à l'UNIL (1) définit les attentes de l'UNIL à l'égard de ses prestataires de repas.

Dès août 2019, il a valeur contraignante pour les signataires de tout nouveau contrat et le deviendra pour les autres prestataires s'ils sont choisis lors de l'appel d'offre lancé à l'échéance de leur contrat actuel.

Le cadre de référence prévoit quatre fois par année, une fois par saison, une analyse de la qualité nutritionnelle de chacun des menus servis à l'UNIL et figurant sur le site internet, permettant le suivi de l'équilibre alimentaire.

Le présent document présente les deux premières analyses de l'année universitaire 2019-2020 (soit novembre 2019/février 2020) pour les restaurants de Geopolis (SV-Group) et N. Cananiello.

2. Démarche

Le cadre de référence de la restauration collective à l'UNIL veut une offre alimentaire équilibrée et durable, l'analyse nutritionnelle de la semaine du mois de février a été réalisée en parallèle avec celle de la durabilité effectuée par Beelong.

Les menus ont été évalués sur la base des planifications de menus, des recettes avec les quantités prévues pour chacun des mets et des chiffres de vente réalisés.

Des compléments d'information ont été obtenus lors d'un entretien, les 14.01.20 et 06.05.20 avec le gérant de Geopolis (SV Group), Monsieur J. Raemy et le 07.05.20 avec le chef de cuisine des restaurants de N. Cananiello, Monsieur F. Cousot.

Un descriptif de l'atteinte des critères est présenté pour chaque menu des deux prestataires de repas.

Le cadre de référence ne faisant pas partie du contrat signé par les actuels prestataires, il n'est pas attendu de leur part que l'ensemble des critères soient respectés à 100% pour l'instant.

Cette évaluation se veut incluse dans un processus d'amélioration continue avec une progression de l'atteinte des indicateurs au fil des mois.

L'offre végétarienne n'étant pas obligatoire quotidiennement, l'atteinte est mentionnée à titre indicatif.

La saisonnalité des fruits et légumes étant plus difficile à respecter en hiver qu'en été, là aussi, le 100% d'atteinte n'est pas attendu à chaque saison. Ce critère fait également partie de l'analyse de Beelong.

Les 5 menus de Geopolis et les 9 menus de l'Unithèque-Amphimax ont été regroupés afin de présenter la synthèse des critères pour les deux semaines de menus analysées. A l'avenir, elles pourront être comparées à l'ensemble des menus servis sur le site dans les restaurants universitaires (N. Cananiello), Da Nino, SV-Group, la Cafétéria du CSS et le Vortex. Le CSS et Da Nino et n'ont pas été évalués cette année, leurs recettes n'étant pas documentées.

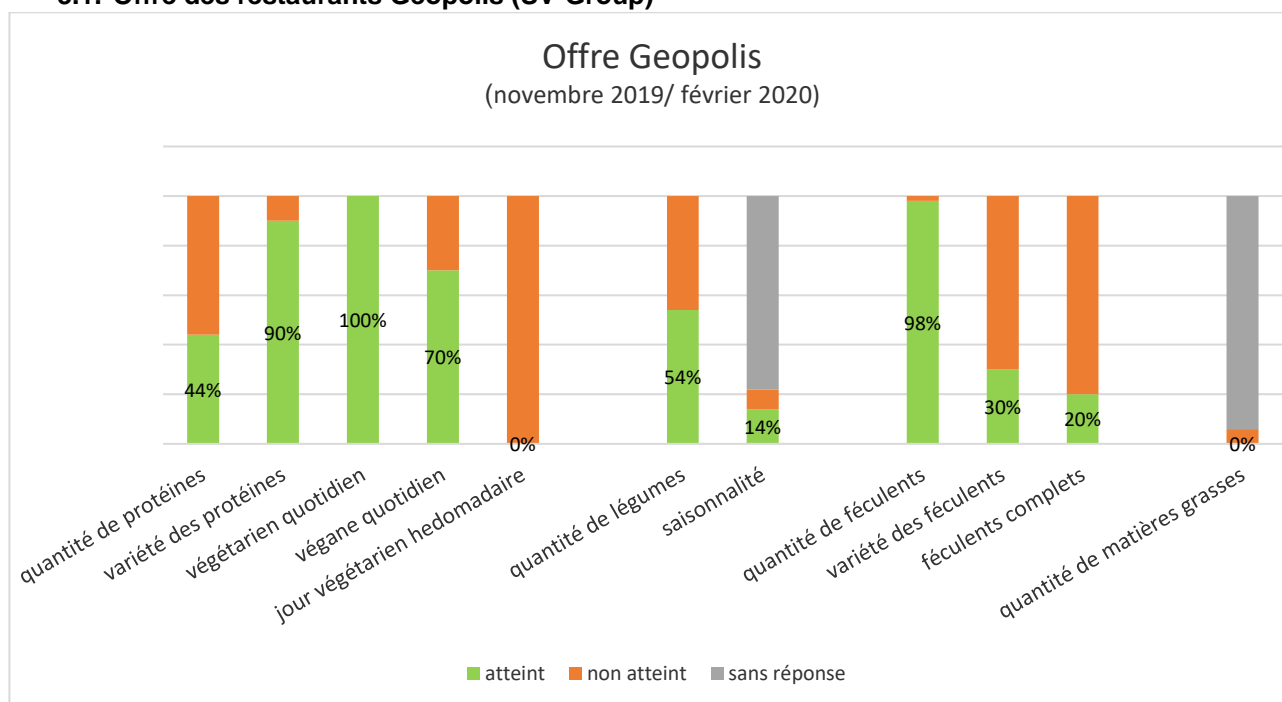
Les pages suivantes présentent les résultats condensés de l'atteinte des critères nutritionnels définis dans le cadre de référence (pp. 1-5) et peuvent être mises en ligne sur le site de l'UNIL.

Le détail de chacun des prestataires figure aux pages 6-12 pour Geopolis et 13-24 pour les restaurants de N. Cananiello, leurs gérants recevront personnellement l'extrait détaillé concernant leurs restaurants.

1. Commissions d'alimentation et de durabilité de l'UNIL. Cadre de référence pour une offre alimentaire équilibrée et durable à l'UNIL [Internet]. 2019. Disponible sur: https://www.unil.ch/durable/files/live/sites/durable/files/shared/PDF/20191111_Cadre_de_referance_restaurant_UNIL.pdf

3. Résumé des résultats

3.1. Offre des restaurants Geopolis (SV-Group)



Pour l'ensemble des cinq menus de Geopolis et pour les deux semaines analysées, le respect des critères nutritionnels devra être amélioré.

Points positifs

Les points déjà presque acquis sont la variété des sources protéiques, l'offre végétarienne quotidienne, le menu végétane régulièrement présent.

Selon les menus, les quantités de légumes sont suffisantes (Air et Eau) ; en revanche celles des autres menus (Feu, Terre, Univers) sont à augmenter.

Les féculents sont servis en suffisance, leur variété est à améliorer pour l'ensemble des menus, sauf pour celui où les pâtes et le riz en sont la carte de visite (Eau).

L'information des client-e-s quant aux allergènes est proposée ; de l'eau gratuite offerte dans des verres lavables est disponible. La possibilité d'un supplément de légumes et/ou de féculents existe.

Points à améliorer

En ce qui concerne les quantités de sources protéiques servies, celles-ci sont régulièrement trop importantes lorsqu'il s'agit de viande et inférieures aux recommandations pour les légumineuses ou le fromage.

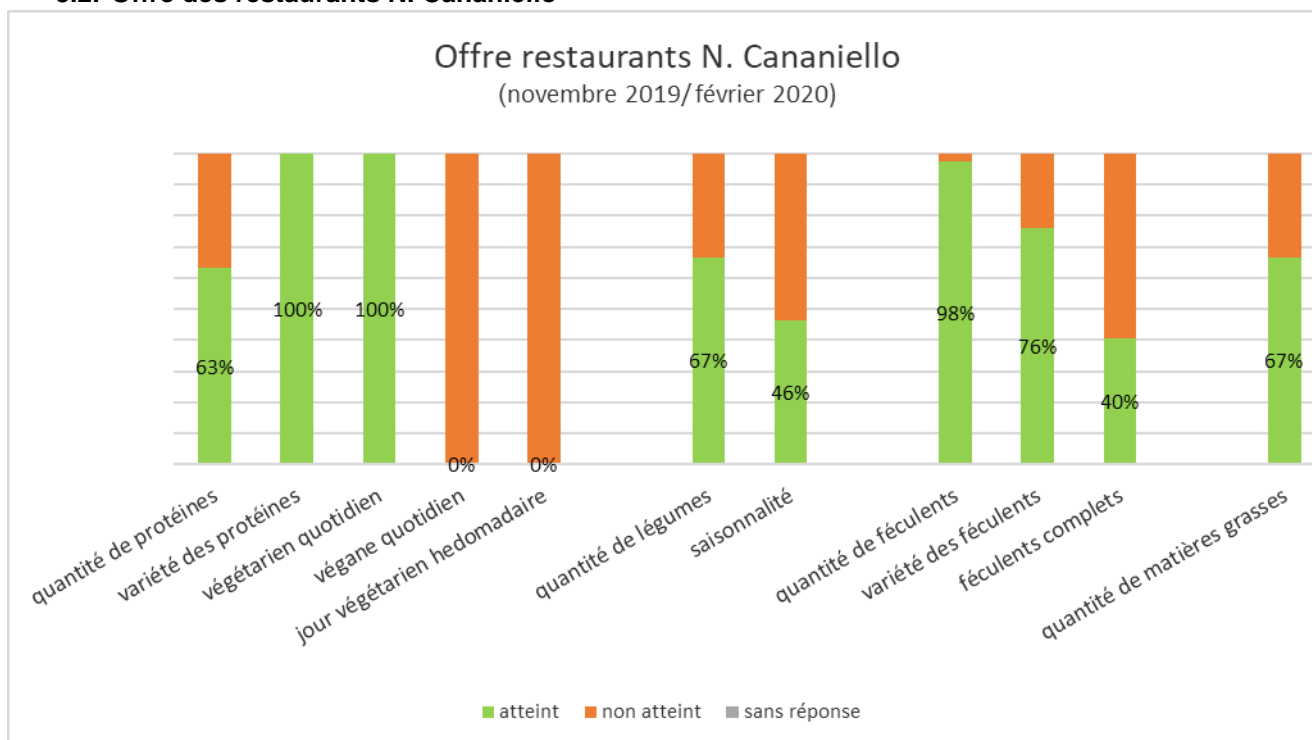
La journée hebdomadaire exclusivement végétarienne n'a pas encore été instaurée car, de l'avis de M. Raemy, ce jour devrait être fixé pour l'ensemble du site afin d'éviter le déplacement des clients vers un autre restaurant servant de la viande ou de poisson ce jour-là. La proposition d'un jour variable de la semaine, dès la rentrée universitaire est envisageable pour lui, avec la demande d'une communication émanant de la direction de l'UNIL. Cet avis est partagé par Messieurs N. et D. Cananiello.

L'expérience de la semaine de la durabilité en mars 2020 a montré que lorsque 4 des 5 menus servis étaient végétariens, le 5^{ème}, carné, a été choisi par 30% des client-e-s.

Une amélioration du libellé des menus devra être faite en mentionnant précisément les légumes servis afin de pouvoir en apprécier la saisonnalité, l'indication actuelle « légumes » ou « salade du jour » étant par trop vague.

Les quantités de matières grasses indiquées dans les recettes devront également être précisées, la qualité est, elle, conforme aux recommandations nutritionnelles.

3.2. Offre des restaurants N. Cananiello



Pour l'ensemble des neuf menus des restaurants de N. Cananiello et pour les deux semaines analysées, le respect des critères nutritionnels devra être amélioré.

Points positifs

Les critères déjà acquis sont la variété des sources protéiques et l'offre végétarienne quotidienne.

Les féculents sont servis en suffisance, leur variété est à améliorer pour l'ensemble des menus, sauf pour ceux où les pâtes et le riz en sont la carte de visite (indien, thaï).

L'information des client-e-s quant aux allergènes est proposée ; de l'eau gratuite offerte dans des verres lavables est disponible. La possibilité d'un supplément de légumes et/ou de féculents existe.

Points à améliorer

Cependant, en ce qui concerne les quantités de sources protéiques servies, elles sont régulièrement trop importantes lorsqu'il s'agit de viande ou de poisson (Unithèque : Menu 1 ; Assiette 1, Assiette 2, Amphimax : Assiette 1) et inférieure aux recommandations pour les légumineuses ou le fromage.

La journée hebdomadaire exclusivement végétarienne n'a pas encore été instaurée, Messieurs N. et D. Cananiello partagent l'avis de M. Raemy quant au jour identique fixé pour l'ensemble des prestataires du site avec la communication de l'UNIL aux client-e-s.

L'offre végane n'est pas indiquée sur les plans de menu mais peut être obtenue tous les jours sous la forme de l'assiette orientale servie avec les falafels uniquement. Un menu supplémentaire végétarien, parfois même végane, est régulièrement décliné de l'assiette thaï.

Selon les menus, les quantités de légumes sont suffisantes (Unithèque : Menu 1, Menu 2-végétarien, Fourchette verte ; Amphimax : Assiette 2-végétarienne) ; en revanche celles des autres menus sont à augmenter.

La saisonnalité des fruits et légumes n'est pas très bien respectée, les produits sont très souvent frais, mais d'origine étrangère ou cultivés sous serre chauffée ou congelés. Les menus analysés portant sur des semaines de novembre et février, il est vraisemblable que ce critère sera mieux respecté lors de l'analyse de juin et de septembre 2020.

Les quantités de matières grasses utilisées pour la préparation des mets sont à diminuer dans certains menus (Unithèque : Menu 1 ; Menu 2 ; Assiette 1 ; Menu thaï).

3.3. Menus les plus appréciés sur l'ensemble du site universitaire

Sur la base des chiffres de vente communiqués par les chefs de cuisine, il peut être considéré que les client-e-s des restaurants de l'Unithèque, de l'Amphimax et de Geopolis, ont des habitudes alimentaires classiques : les deux menus les mieux vendus chaque jour sont ceux avec très souvent de grandes quantités de viande et peu de légumes (Assiette 1, Menu indien, Menu thaï pour l'Unithèque, Terre et Univers pour Geopolis), parmi les plus chers (8.20/10.60 CHF; 10.50/11.50 CHF) de l'offre.

Le menu le moins cher (Assiette 2, Amphimax, 7.20 CHF), végétarien, le menu Fourchette verte (10.60 CHF) de l'Unithèque sont ceux qui ont eu le moins de succès ces semaine-là.

Pour Geopolis, il n'est pas possible de déterminer un menu régulièrement moins bien vendu pendant les deux semaines analysées.

Il est à relever que les menus asiatiques, indiens, moyen-orientaux sont fort appréciés des client-e-s du site universitaire, quand bien même ils présentent des quantités de viande réduites, mais conformes aux recommandations nutritionnelles. Il paraît donc possible de diminuer progressivement les quantités de produits carnés, sans forcément passer à une option totalement végétarienne ou végane.

Ces types de cuisine pourraient aussi être développés pour l'offre végane, car de tels plats figurent traditionnellement dans leur répertoire.

L'incitatif financier pour des menus végétariens, soit leur prix inférieur à ceux avec de la viande ou du poisson, ne fonctionne pas pour l'instant, peut-être parce que la différence de prix entre ces deux types de menus n'est pas suffisante.

Les personnes désirant manger de façon économique ont également la possibilité de venir avec leur pique-nique à Geopolis, ce qui n'est pas encouragé à l'Unithèque ou l'Amphimax.

Si la durabilité de l'offre alimentaire servie devient la carte de visite de l'UNIL, la politique de prix devrait être revue dans son ensemble, avec une différence de prix significative entre les menus végétariens ou comportant peu de viande et ceux carnés.

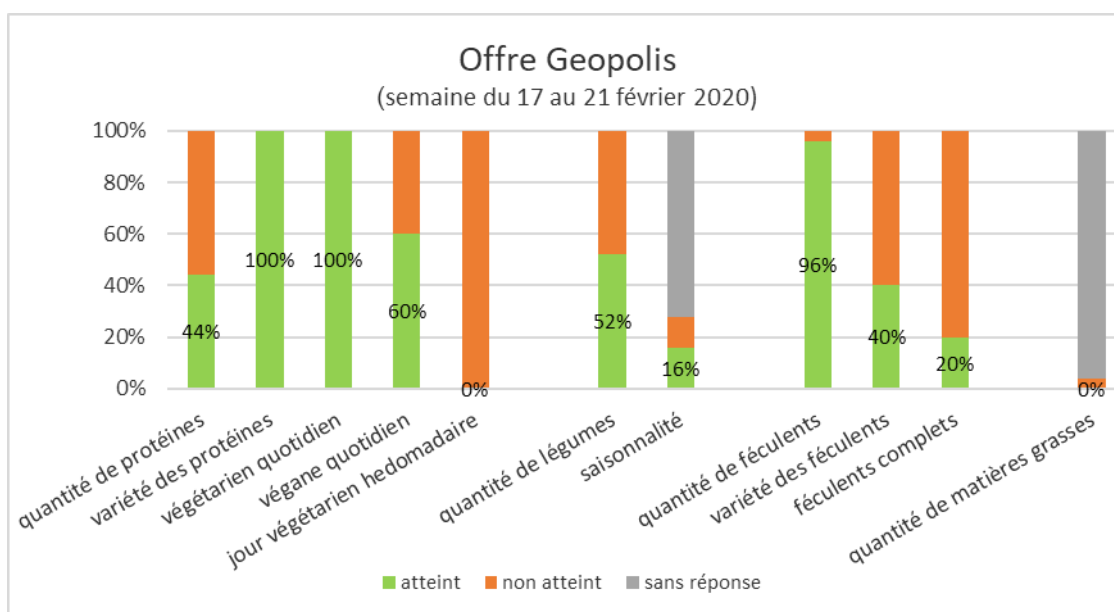
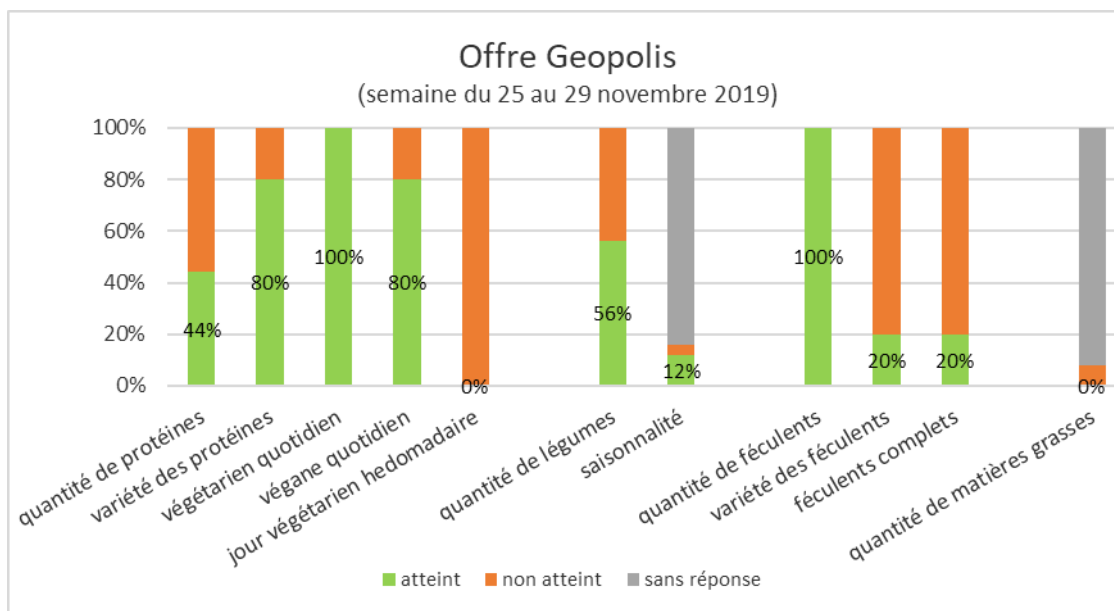
Florilège des menus les plus appréciés (soit les mieux vendus) pendant les semaines de novembre 2019 et février 2020 sur l'ensemble du site de l'UNIL :

Brochette de poulet Chich taouk-patata harara-légumes grillés au zahtar
Porc caramélisé au basilic thaï et cébette-riz parfumé aux légumes croquants
Durum de poulet sauce blanche-tomates, salade, oignons, country fries
Steak de porc pané-american smokey sauce-texas fries-choux rouges
Hamburger façon milanaises-pommes noisette-salade
Filets de perche frits-sauce tartare-frites-salade
Mutter paneer-riz sauté aux légumes-salade ou fruit de saison
Emincé d'agneau au basilic-riz parfumé-salade ou fruit de saison
Bœuf masala-riz basmati-salade ou fruit de saison
Bœuf au curry massaman-riz parfumé-salade ou fruit de saison
Saucisse de veau sauce moutarde-pommes bernoises-haricots verts
Jambon à l'os, jus au Porto-gratin dauphinois-fenouils

4. Analyse détaillée des menus de Geopolis (SV-Group)

Semaines du 25 au 29 novembre 2019 / 17 au 21 février 2020

Atteinte des critères du cadre de référence lors des deux premières semaines d'analyse
Données cumulées pour une semaine de menus et 5 menus différents



Sources protéiques

Pour des raisons de santé et de durabilité, la présence d'une source de protéines en quantité suffisante mais limitée est demandée. Les personnes vivant en Suisse consomment en moyenne des portions de viande et de poisson supérieures en quantité et en fréquence aux recommandations.

Selon le thème du menu, ces quantités sont supérieures (Feu, Terre, Univers) ou inférieures (Air, Eau) à celles précisées dans le cadre de référence.

La communication sur la volonté de l'UNIL de développer la durabilité de l'alimentation chaque jour dans tous ses restaurants devra être développée. L'instauration de la journée sans viande ni poisson au restaurant (menus, sandwiches, plats à l'emporté, etc.) pourrait favoriser cette prise de conscience.

La proposition d'un jour variable selon les semaines, afin de toucher l'ensemble des client-e-s, est envisageable, du moment que cette orientation durable forte est communiquée largement par les deux Commissions (alimentation et durabilité).

Le calendrier évoqué pourrait être le suivant pour l'année 2020-2021 :

Septembre : mardi 8.09.20 ; mercredi 16.09.20 ; jeudi 24.09.20 ; vendredi 2.10.20
Octobre : lundi 5.10.20; mardi 13.10.20 ; mercredi 21.10.20 ; jeudi 29.10.20
Novembre : lundi 2.11.20; mardi 10.11.20 ; mercredi 18.11.20 ; jeudi 26.11.20
Décembre : lundi 1.12.20; mardi 9.12.20 ; mercredi 17.12.20
Janvier : lundi 4.01.21; mardi 12.01.21 ; mercredi 20.01.21 ; jeudi 28.01.21
Février : lundi 1.02.21; mardi 9.02.21 ; mercredi 17.02.21 ; jeudi 25.02.21
Mars : lundi 1.03.21; mardi 9.03.21 ; mercredi 17.03.21 ; jeudi 25.03.21
Avril : lundi 29.04.21; mardi 6.04.21 ; mercredi 14.04.21 ; jeudi 22.11.20; vendredi 30.04.21
Mai : lundi 3.05.21; mardi 11.05.21 ; mercredi 19.05.21 ; jeudi 27.05.21
Juin : lundi 31.05.21; mardi 8.06.21 ; mercredi 16.06.21; jeudi 24.06.21; vendredi 2.07.21

Légumes

Les quantités de légumes servies correspondent à celles précisées dans le cadre de référence pour les deux menus les plus économiques (Air et Eau). La saisonnalité n'a pas pu être évaluée, les plans de menus ne précisant pas le type de légumes servis.

Féculents

Les quantités de féculents sont suffisantes pour tous les menus, mais la présence de variétés complètes pourrait être augmentée. A noter que le menu Air comporte régulièrement des farineux complets, ce menu a permis d'avoir tous les jours une offre de produits complets (féculents ou légumineuses) lors de la semaine de novembre.

Actions de communication

Le prix des menus végétariens est plus attractif que celui des menus avec de la viande ou du poisson. La durabilité de ce type de menu pourrait être mise en avant.

Signalisation

Des logos spécifiques indiquent les menus végétariens et véganes sur les écrans (mentionnés également sur les menus en ligne). Les menus sont photographiés chaque jour, permettant aux client-e-s d'apprécier les quantités servies.

Le personnel est à disposition pour répondre aux questions concernant les allergènes, ainsi qu'indiqué sur des écriteaux. Le respect de menus sans gluten ne peut être assuré en raison du risque de contamination aérienne.

Autres

Un supplément de légumes et de féculents peut être obtenu lors d'un deuxième service.

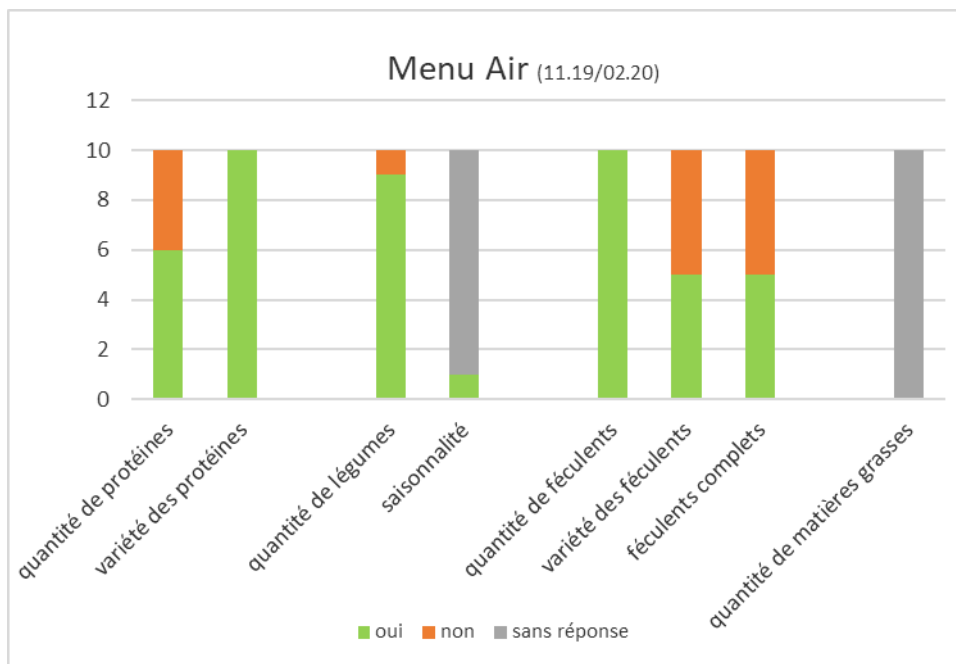
L'eau du robinet est à disposition gratuitement avec des verres réutilisables.

Les pique-niques sont autorisés dans l'espace de consommation du restaurant.

Recommandations

- Diminuer les quantités de viande dans les menus Feu, Terre, Univers. Augmenter ou prévoir des portions de légumineuses dans les menus végétariens-véganes des menus Air et Eau
- Augmenter les quantités de légumes dans les menus Feu, Terre, Univers
- Préciser les légumes servis dans tous les menus
- Augmenter les farineux complets dans tous les menus
- Préciser dans les recettes les matières grasses utilisées et leurs quantités
- Instaurer la journée hebdomadaire totalement végétarienne

4.1. Geopolis menu par menu



Assiette vendue à 7.10 (prix étudiant), végétarienne ou végane (7 jours/10 pour les véganes), avec du fromage (2 fois), des légumineuses (6 fois) ou rien (2 fois).

N'a jamais été dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant la semaine de novembre 2019 et 4 fois pendant la semaine de février 2020 (Légumes Tom Yam, Satay de légumes, Couscous aux 3 légumes, Penne Casereccia).

Commentaires :

Les portions protéiques sont variées mais régulièrement insuffisantes ou inexistantes (4 jours/10); les portions de légumes et de féculents dépassent celles recommandées, les produits complets sont présents, mais pas chaque semaine.

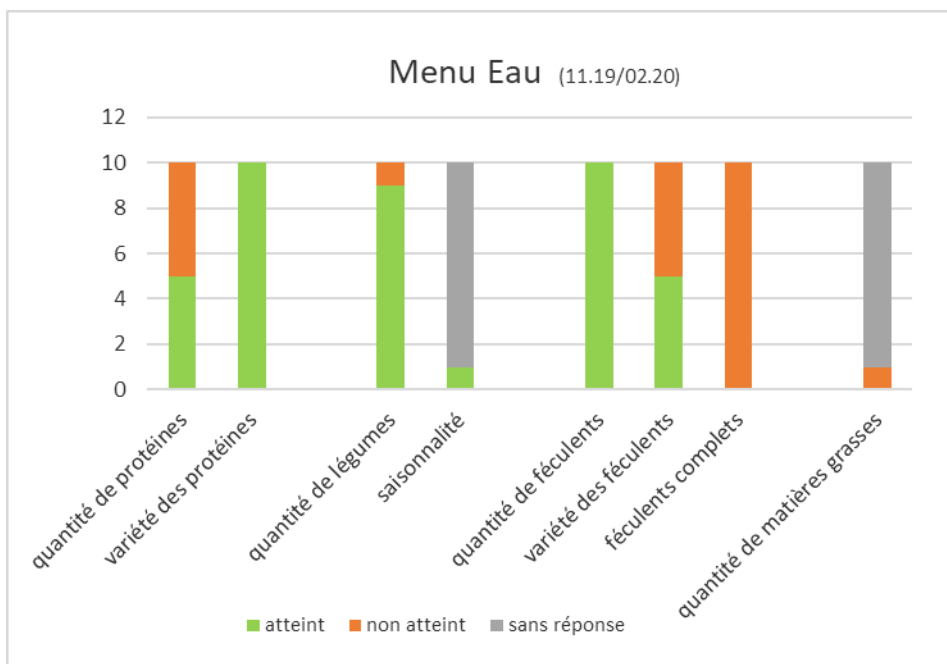
La saisonnalité n'a pas pu être appréciée, le libellé « légumes » sur le menu étant trop vague.

Les matières grasses ne figurent pas dans les recettes, mais la composition de celles utilisées habituellement est de bonne qualité.

Parmi tous les menus de Geopolis, le menu Air est celui qui est le plus proche des recommandations du cadre de référence, mis à part la quantité de source protéique.

Recommandations

- Prévoir une source de protéines suffisante tous les jours ; lorsque des légumineuses figurent au menu, veiller à ce qu'il y en ait au minimum 120 g/personne si elles sont en conserve (pois chiches par exemple), 50 g si elles sont sèches
- Indiquer les légumes servis afin de préciser la saisonnalité
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine
- Détailler dans les recettes les matières grasses utilisées et leur quantité



Menu vendu à 8.10 (prix étudiant), végétarien. A été 4 fois (Mezzelune aux champignons, Omelette farcie aux légumes, Dim-sum aux shitakés, Escalope de quinoa panée) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

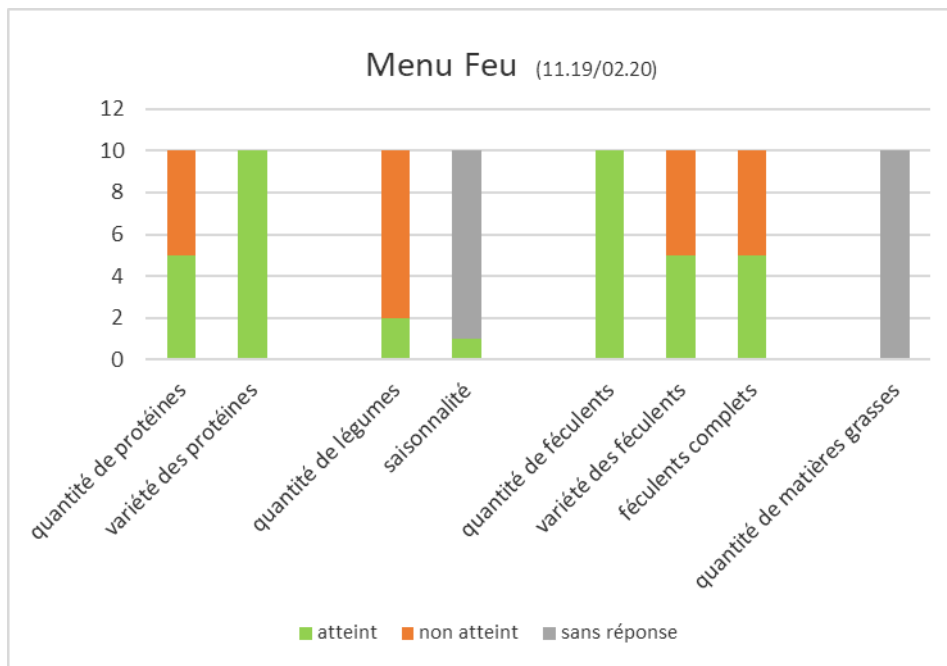
Les portions protéiques sont variées mais régulièrement insuffisantes (en particulier si du fromage ou des légumineuses sont servis); les portions de légumes et de farineux dépassent les recommandations, les farineux sont peu variés (riz ou pâtes raffinés), mais font l'identité du menu.

La saisonnalité n'a pas pu être appréciée, le libellé « légumes » sur le menu étant trop vague.

Les matières grasses ne figurent pas dans les recettes, mais la composition de celles utilisées habituellement est de bonne qualité.

Recommandations

- Prévoir une source de protéines suffisante tous les jours (minimum 25 g de fromage râpé ou 50 g de légumineuses sèches ou 120 g de légumineuses en conserve)
- Indiquer les légumes servis afin de préciser la saisonnalité
- Proposer de temps en temps du riz ou des pâtes complètes en accompagnement
- Détailler dans les recettes les matières grasses utilisées et leur quantité



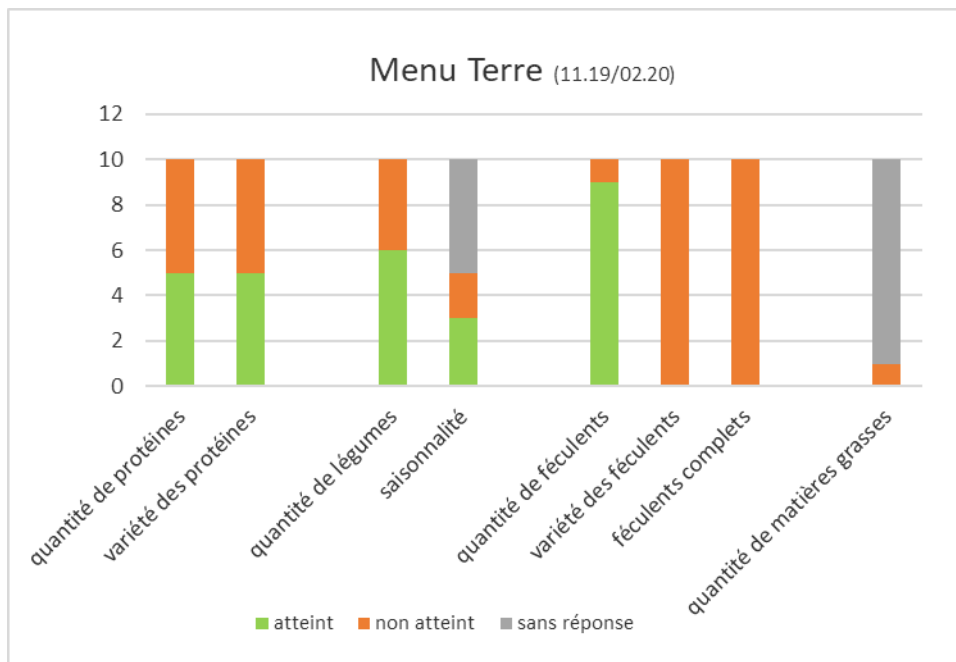
Assiette vendue à 10.50 (prix étudiant), avec de la viande (4 fois), du poisson (4 fois), du fromage (2 fois). A été 1 fois (Filet de lieu coriandre-citron) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont variées mais trop conséquentes (7 jours/10), celles de légumes insuffisantes. La saisonnalité n'a pas pu être appréciée, le libellé « légumes » sur le menu étant trop vague. Les portions de féculents dépassent celles recommandées, les produits complets sont présents, mais pas chaque semaine. Les matières grasses ne figurent pas dans les recettes, mais la composition de celles utilisées habituellement est de bonne qualité.

Recommandations

- Diminuer les portions de viande servies
- Augmenter les portions de légumes
- Indiquer les légumes servis afin de préciser la saisonnalité
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine
- Détailler dans les recettes les matières grasses utilisées et leur quantité



Assiette vendue à 10.50 (prix étudiant), avec de la viande (6 fois), du poisson (3 fois) ou du fromage (1 fois). A été 5 fois (Porc caramélisé, Rôti de porc, Steak de porc pané, Daurade sautée à la thaïlandaise, Emincé de volaille aux bolets) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont trop conséquentes, celles de légumes insuffisantes, les féculents sont en suffisance mais peu variés et sans produit complet.

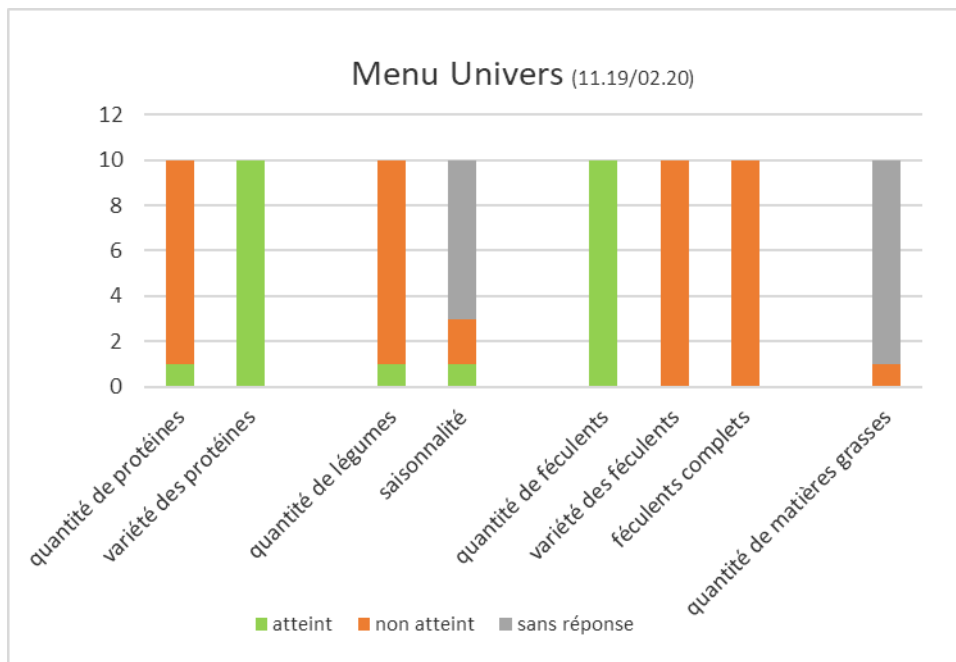
La variété des viandes est à améliorer (3x du porc/5 jours en novembre).

La saisonnalité n'a pas pu être appréciée tous les jours, le libellé « légumes » sur le menu étant trop vague.

Les matières grasses ne figurent pas dans les recettes, mais la composition de celles utilisées habituellement est de bonne qualité.

Recommandations

- Diminuer les portions de viande servies
- Varier le type de viande
- Augmenter les portions de légumes
- Indiquer les légumes servis afin de préciser la saisonnalité
- Proposer de temps en temps un farineux complet en accompagnement
- Détailler dans les recettes les matières grasses utilisées et leur quantité



Menu vendu à 11.50 (prix étudiant), avec de la viande (9 fois) et du poisson (1 fois). A été 7 fois (Brochette de poulet, Rôti de veau haché, Durum de poulet, Rôti d'épaule de veau, Escalope de poulet panée, Pièce de bœuf confite aux épices, Filets de perche frits) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont variées mais trop conséquentes, celles de légumes insuffisantes, les féculents sont en suffisance mais peu variés et sans produit complet.

La saisonnalité n'a pas pu être appréciée, le libellé « légumes » sur le menu étant trop vague.

Les matières grasses ne figurent pas dans les recettes, mais la composition de celles utilisées est de bonne qualité. Un menu peut être néanmoins considéré comme trop gras (Filets de perche frits-sauce tartare-frites).

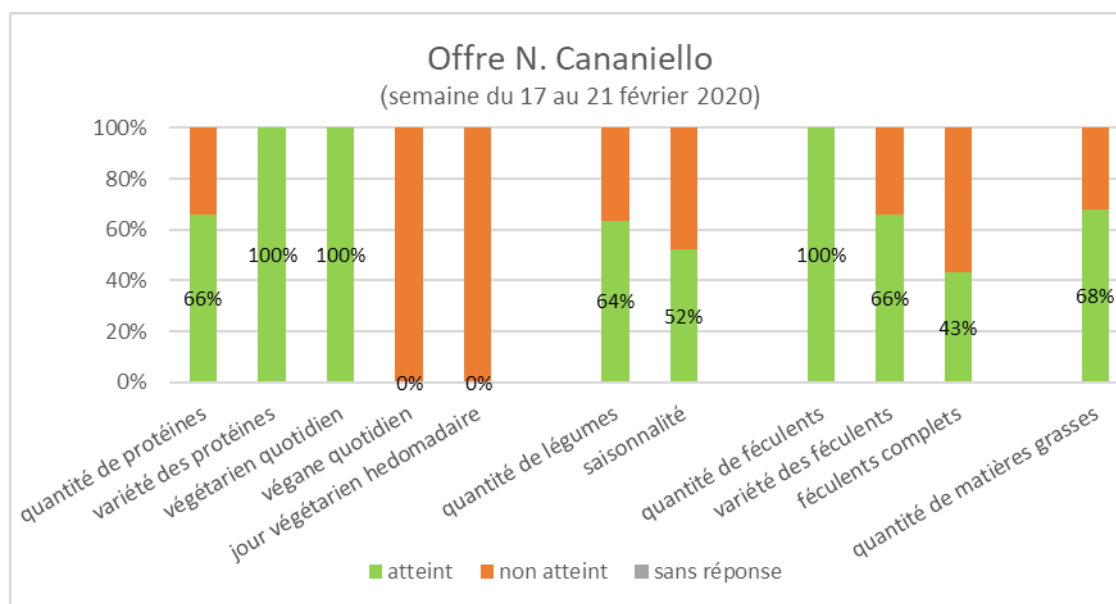
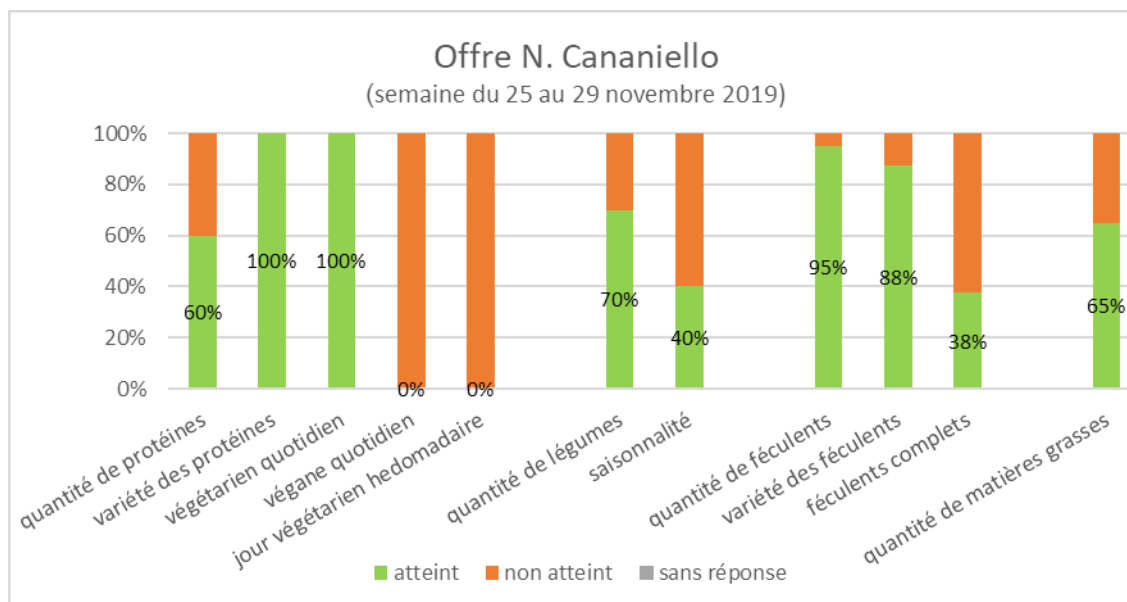
Recommandations

- Diminuer les portions de viande servies
- Augmenter les portions de légumes
- Indiquer les légumes servis afin de préciser la saisonnalité
- Proposer de temps en temps un farineux complet en accompagnement
- Détailler dans les recettes les matières grasses utilisées et leur quantité

5. Analyse détaillée des menus de N. Cananiello

Semaines du 25 au 29 novembre 2019 / 17 au 21 février 2020

Atteinte des critères du cadre de référence lors des deux premières semaines d'analyse
Données cumulées pour deux semaines de menus et 9 menus différents



Sources protéiques

Pour des raisons de santé et de durabilité, la présence d'une source de protéines en quantité suffisante mais limitée est demandée. Les personnes vivant en Suisse consomment en moyenne des portions de viande et de poisson supérieures en quantité et en fréquence aux recommandations.

Selon le thème du menu, ces quantités sont supérieures ou inférieures à celles précisées dans le cadre de référence.

La communication sur la volonté de l'UNIL de développer la durabilité de l'alimentation chaque jour dans tous ses restaurants devra être développée. L'instauration de la journée sans viande ni poisson au restaurant (menus, sandwiches, plats à l'emporté, etc.) pourrait favoriser cette prise de conscience.

La proposition d'un jour variable selon les semaines, afin de toucher l'ensemble des client-e-s, est envisageable, du moment que cette orientation durable forte est communiquée largement par les deux Commissions (alimentation et durabilité).

Le calendrier évoqué pourrait être le suivant pour l'année 2020-2021 :

Septembre : mardi 8.09.20 ; mercredi 16.09.20 ; jeudi 24.09.20 ; vendredi 2.10.20
Octobre : lundi 5.10.20 ; mardi 13.10.20 ; mercredi 21.10.20 ; jeudi 29.10.20
Novembre : lundi 2.11.20 ; mardi 10.11.20 ; mercredi 18.11.20 ; jeudi 26.11.20
Décembre : lundi 1.12.20 ; mardi 9.12.20 ; mercredi 17.12.20
Janvier : lundi 4.01.21 ; mardi 12.01.21 ; mercredi 20.01.21 ; jeudi 28.01.21
Février : lundi 1.02.21 ; mardi 9.02.21 ; mercredi 17.02.21 ; jeudi 25.02.21
Mars : lundi 1.03.21 ; mardi 9.03.21 ; mercredi 17.03.21 ; jeudi 25.03.21
Avril : lundi 29.04.21 ; mardi 6.04.21 ; mercredi 14.04.21 ; jeudi 22.11.20 ; vendredi 30.04.21
Mai : lundi 3.05.21 ; mardi 11.05.21 ; mercredi 19.05.21 ; jeudi 27.05.21
Juin : lundi 31.05.21 ; mardi 8.06.21 ; mercredi 16.06.21 ; jeudi 24.06.21 ; vendredi 2.07.21

En mars 2020, au moins un menu végétarien est servi chaque jour à l'Unithèque et à l'Amphimax.

L'offre végane est disponible à la demande sous la forme d'un menu identique chaque jour, soit l'assiette orientale servie avec les falafels. L'assiette thaï selon les jours peut aussi être obtenue sous forme végane. Certains menus végétariens à base de légumineuses pourraient être déclinés en végétaliens moyennant le remplacement des matières grasses animales par des végétales et la suppression du dessert contenant des produits laitiers, si tel est le cas. A noter, l'expérience faite lors des JOJ en janvier 2020 qui a montré que cette demande était confidentielle chez les jeunes.

Légumes

Les quantités de légumes servies correspondent à celles précisées dans le cadre de référence pour quatre menus sur les neuf analysés menus (Menu 1, Menu 2-végétarien, Fourchette verte, Amphimax : Assiette 2-végétarienne). La saisonnalité n'est pas respectée et la variété des légumes restreinte, se résumant à des tomates, des carottes, des aubergines, des épinards (congelés), des haricots verts (congelés), des petits pois (congelés), quelques choux (chou-fleur, brocoli), des poireaux, de la courge, de la salade. Comme les deux semaines de menus analysées portaient sur des périodes où l'offre est réduite, ce point sera facilement amélioré lors des prochaines évaluations (prévues en mai et en septembre).

Féculents

Les quantités de féculents sont suffisantes pour tous les menus, mais la présence de variétés complètes n'est que ponctuelle.

Actions de communication

Le prix des menus végétariens est plus attractif que celui des menus avec de la viande ou du poisson. La durabilité de ce type de menu pourrait être mise en avant.

Pourtant, cet incitatif financier ne fonctionne clairement pas : les menus les mieux vendus sont les plus chers (indiens ou thaïs à 10.60, avec des portions de viande limitées) ou alors le menu économique avec de la viande (assiette 1).

Signalisation

Les menus végétariens sont indiqués sur les écrans (mentionnés également sur les menus en ligne) et au self.

Le personnel est à disposition pour répondre aux questions concernant les allergènes, ainsi qu'indiqué sur des écrans. Les étiquettes des salades du buffet les spécifient nommément. Le respect de menus sans gluten ne peut être assuré en raison du risque de contamination aérienne.

Autres

Un supplément de légumes et de féculents peut être obtenu lors d'un deuxième service.

L'eau du robinet est à disposition gratuitement avec des verres réutilisables.

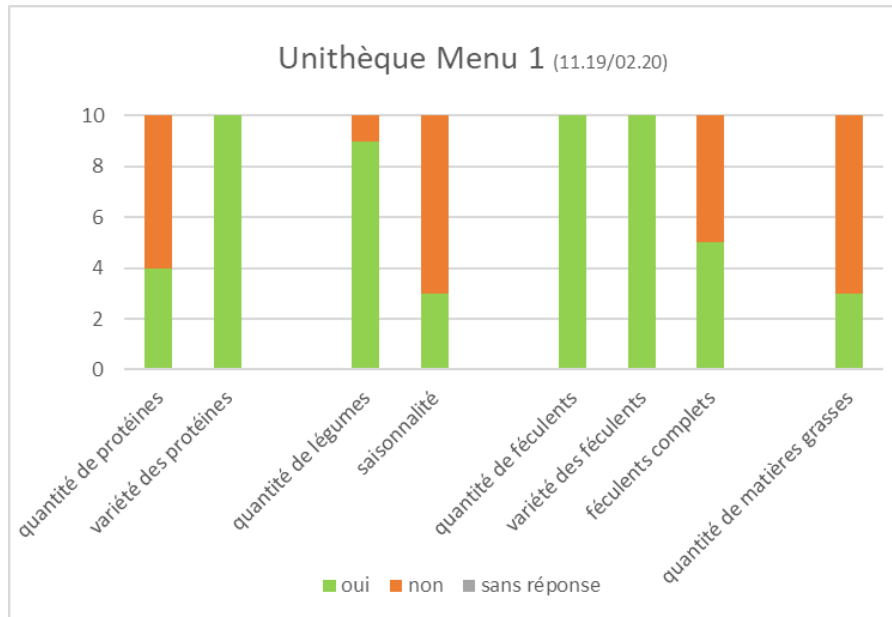
Le label « Fait maison » qui met en avant les mets cuisinés à partir de produits bruts pourrait plus être mis en avant puisque la plupart des préparations y correspondent.

A l'heure actuelle, les pique-niques ne sont pas encouragés, par manque d'espace notamment.

Recommandations

- Diminuer les quantités de viande dans les menus Menu 1 et Assiette 1. Augmenter ou prévoir des portions de légumineuses dans les menus végétariens de l'Assiette 2 (Unithèque et Amphimax)
- Augmenter les quantités de légumes dans les menus Assiette 1 ; Assiette 2 ; Menu thaï ; Menu indien ; Assiette 1 (Amphimax)
- Choisir plus de légumes de saison
- Augmenter les farineux complets dans tous les menus
- Instaurer la journée hebdomadaire totalement végétarienne
- Diversifier les menus végétariens avec des recettes d'autres cuisines du monde, l'expérience du menu thaï ou indien montrant que ces cultures culinaires sont appréciées des client-e-s de l'UNIL
- Voir pour repenser les catégories de prix, avec les menus à valoriser en premier prix et un différentiel important dès le moment où de la viande est servie
- Revoir les quantités de matières grasses de certains menus

5.1. Unithèque menu par menu



Menu vendu à 8.90 (prix étudiant), avec de la viande (8 fois) ou du poisson (2 fois), un potage, des légumes ou une salade et un dessert. A été 1 fois (Emincé de bœuf Stroganoff) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

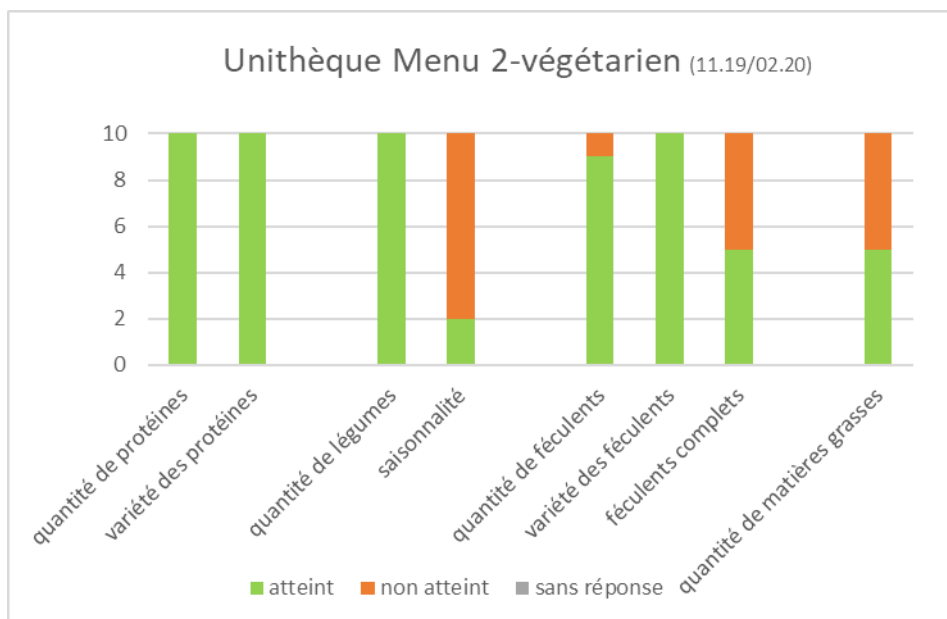
Les portions protéiques sont trop conséquentes, les portions de légumes et de féculents dépassent celles recommandées, les farineux complets sont présents, mais pas chaque semaine.

La saisonnalité n'est pas respectée, des tomates, courgettes, concombre, aubergines, poivrons, raisins ou melons, figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont trop importantes, en raison notamment du cumul des 3 plats (entrée, plat, dessert), leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Diminuer les portions de viande et de poisson servies
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine
- Diminuer les quantités de matières grasses utilisées



Menu vendu à 8.90 (prix étudiant), végétarien (mais jamais végane en raison de produits laitiers, permettant de ce fait d'assurer un bon apport en protéines), avec un potage, des légumes ou une salade et un dessert. Ce menu comporte régulièrement des produits industriels (boulettes végétales, roestis farcis aux fines herbes et fromage, vol-au-vent de roesti, cevapcici végétale, cheeseburger végétal). A été 2 fois (Cevapcici végétale, Fajitas végétale) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

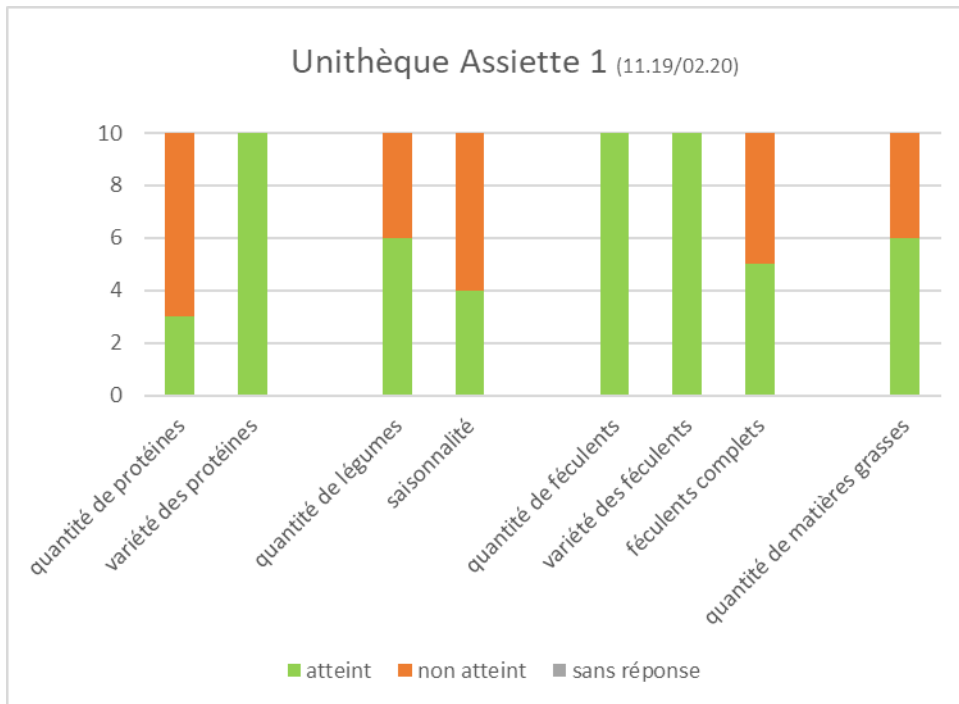
Les portions protéiques sont adéquates, celles de légumes et de féculents dépassent les recommandations, les farineux complets sont présents, mais pas chaque semaine.

La saisonnalité n'est pas respectée, des tomates, courgettes, brocoli, aubergines, haricots verts (congelés), poivrons, raisins ou melons figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont trop importantes, en raison notamment du cumul des 3 plats (entrée, plat, dessert), leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Réorienter ce menu végétarien avec des recettes valorisant plutôt le label « fait maison », les cuisines indiennes, thaïs, moyen-orientales peuvent d'ailleurs inspirer de tels plats
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine
- Diminuer les quantités de matières grasses utilisées



Assiette vendue à 7.90 (prix étudiant), avec de la viande (tous les jours).

A été 6 fois (Jambon à l'os (2x), Saucisse de veau (2x), Steak de bœuf, Piccata de volaille) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

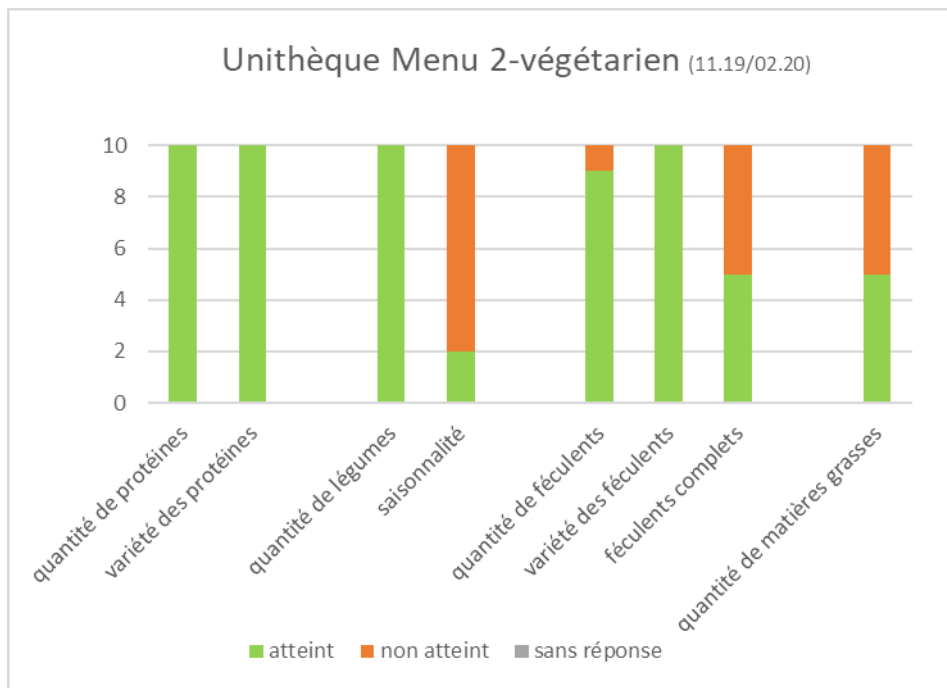
Les portions protéiques sont trop conséquentes, celles de légumes pas toujours adéquates ; les féculents sont en suffisance, variés et présentent des produits complets une fois pendant les deux semaines analysées.

La saisonnalité n'est pas respectée, des fenouils, poivrons, tomates, aubergines, courgettes, haricots verts (congelés) figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont régulièrement importantes, leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Diminuer les portions de viande et de poisson servies
- Augmenter les portions de légumes
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine
- Diminuer les quantités de matières grasses utilisées dans certains plats (Saucisse de veau, Sauce au poivre, Piccata sauce tomates)



Assiette la moins chère du site, vendue à 6.90 (prix étudiant), souvent à base de pâtes ou de riz accompagnés de fromage (6 fois) ou de viande (2 fois), de fruits de mer (1 fois) ou rien (1 fois). N'a jamais été dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

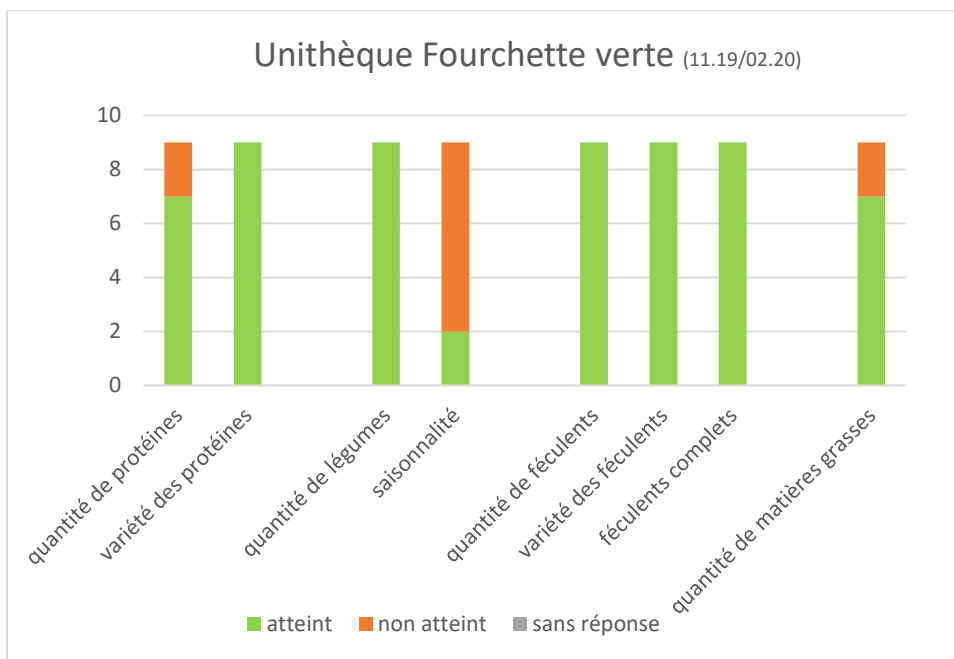
Commentaires

Les portions protéiques sont insuffisantes selon les jours (en particulier lorsqu'il s'agit de fromage râpé), celles de légumes pas toujours adéquates et les féculents, en quantité correcte, variés mais sans produit complet. La saisonnalité n'est pas respectée, des courgettes, brocolis, tomates cherry, petits pois (congelés) figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont presque à chaque repas correctes, leur composition est de bonne qualité

Recommandations

- Garantir une quantité de fromage râpé minimale (25 g) lorsqu'il fait office d'unique source protéique
- Augmenter les portions de légumes
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine



Assiette vendue à 10.60 (prix étudiant), avec de la viande (7 fois) ou du poisson (2 fois). A été 1 fois (Emincé de bœuf à la bourguignonne) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont adéquates (sauf pour l'émincé de bœuf à la bourguignonne et les crevettes à la mauricienne), sont adéquates, preuve qu'il est possible d'en servir des quantités limitées et de satisfaire tout de même les client-e-s.

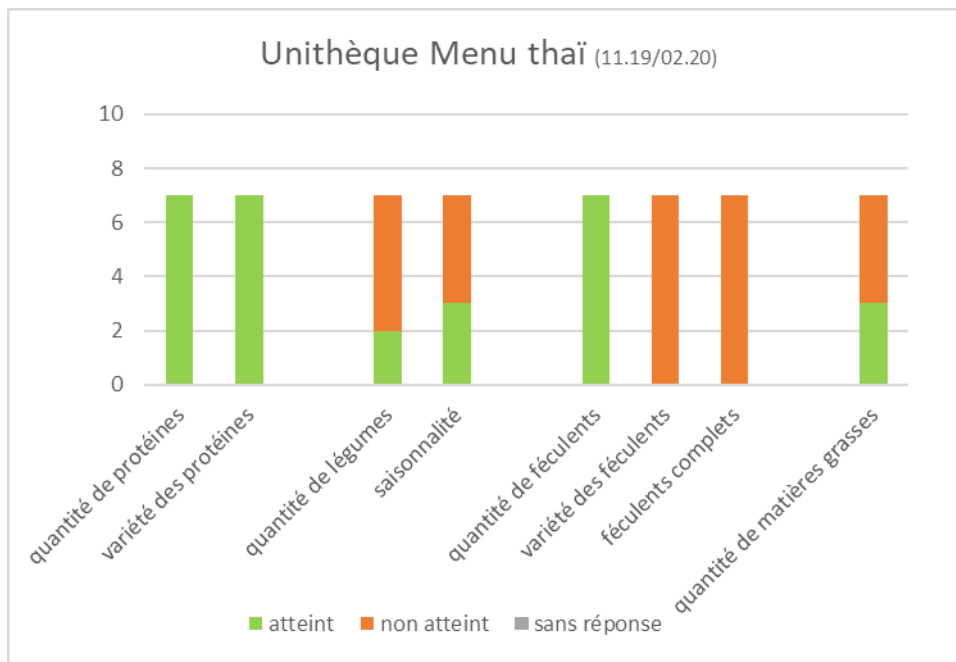
Celles de légumes dépassent souvent les quantités recommandées et les féculents, en suffisance, sont variés et complets. La saisonnalité n'est pas respectée, des poivrons, tomates, courgettes, aubergines figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont presque à chaque repas correctes, leur composition est de bonne qualité.

Parmi tous les menus des restaurants N. Cananiello, le menu Fourchette verte est celui qui est le plus proche des recommandations du cadre de référence, mis à part la source protéique par 2 fois.

Recommandations

- Vérifier les portions de viande servies pour quelques recettes
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison



Assiette thaï vendue à 10.60 (prix étudiant), avec de la viande (6 fois) ou du poisson (1 fois). A été 5 fois (Emincé d'agneau au basilic (2x), Bœuf au curry (2x), Lamelles de poulet au Satay) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

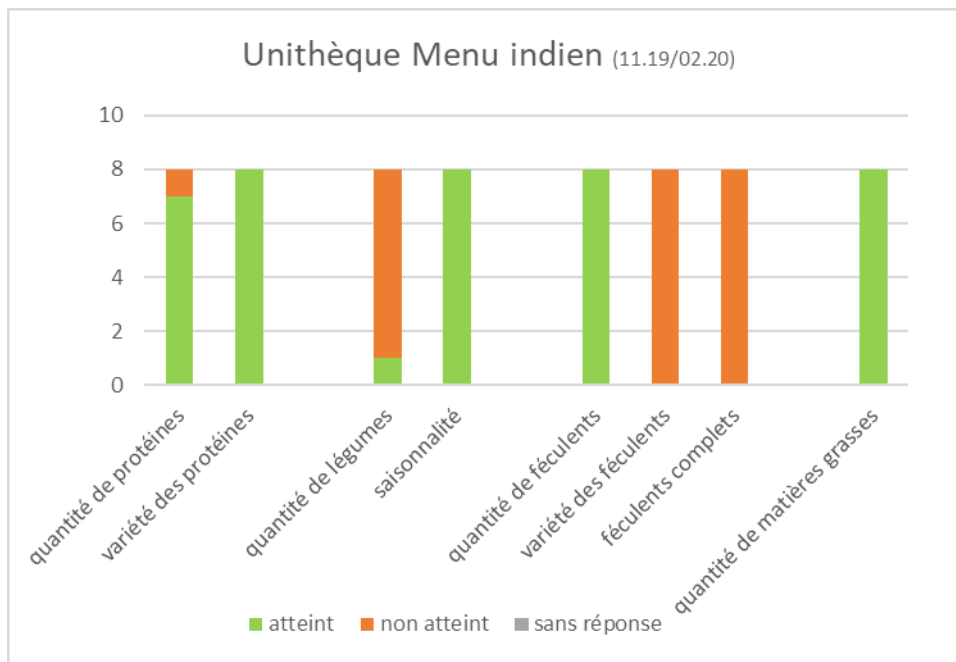
Les portions protéiques sont adéquates, preuve qu'il est possible d'en servir des quantités limitées et de satisfaire tout de même les client-e-s.

Celles de légumes sont insuffisantes, les féculents, servis en quantité correcte, peu variés (riz ou pâtes raffinés), mais font l'identité du menu. La saisonnalité n'est pas respectée, des poivrons, tomates, courgettes, aubergines figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont parfois importantes (bœuf massala, bœuf au curry vert, émincé de porc aux haricots fermentés, lamelles de poulet au satay) souvent en raison du cumul d'huile de cuisson et de lait de coco.

Recommandations

- Augmenter les portions de légumes
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Diminuer les quantités de matières grasses utilisées dans certains plats



Assiette indienne vendue à 11.60 (prix étudiant), avec de la viande (5 fois), des crevettes (1 fois) ou des légumineuses (2 fois). A été 6 fois (tofu-Mutter paneer, Bœuf Masala, Agneau vindaloo, Butter chicken, Crevettes tandoori) dans le classement des deux meilleures ventes quotidiennes pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont adéquates, preuve qu'il est possible d'en servir des quantités limitées et de satisfaire tout de même les client-e-s.

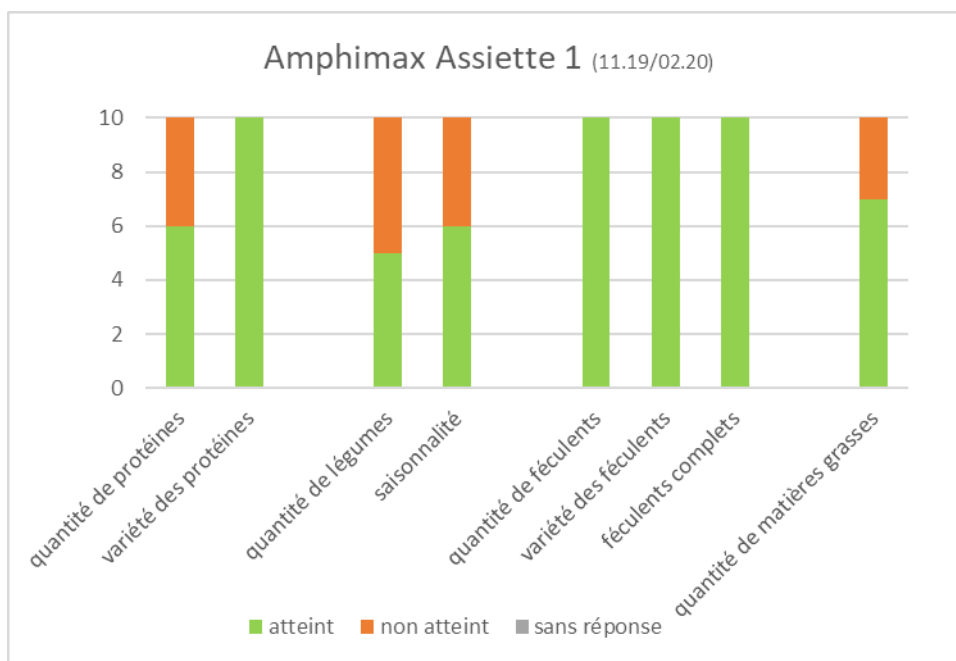
Celles de légumes sont insuffisantes, les féculents, servis en quantité correcte, peu variés (riz ou pâtes raffinés), mais font l'identité du menu. La saisonnalité est respectée car il y a peu de légumes mis à part la salade du jour.

Les quantités de matières grasses utilisées sont correctes, leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Augmenter les portions de légumes, en choisissant des légumes de saison

5.2. Amphimax menu par menu



Assiette vendue à 8.20 (prix étudiant), avec de la viande (8 fois) ou du poisson (2 fois). A toujours été la meilleure vente quotidienne à l'Amphimax (mis à part le jour du menu « Joue de porc ») pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont adéquates (6 jours/10), sinon trop conséquentes.

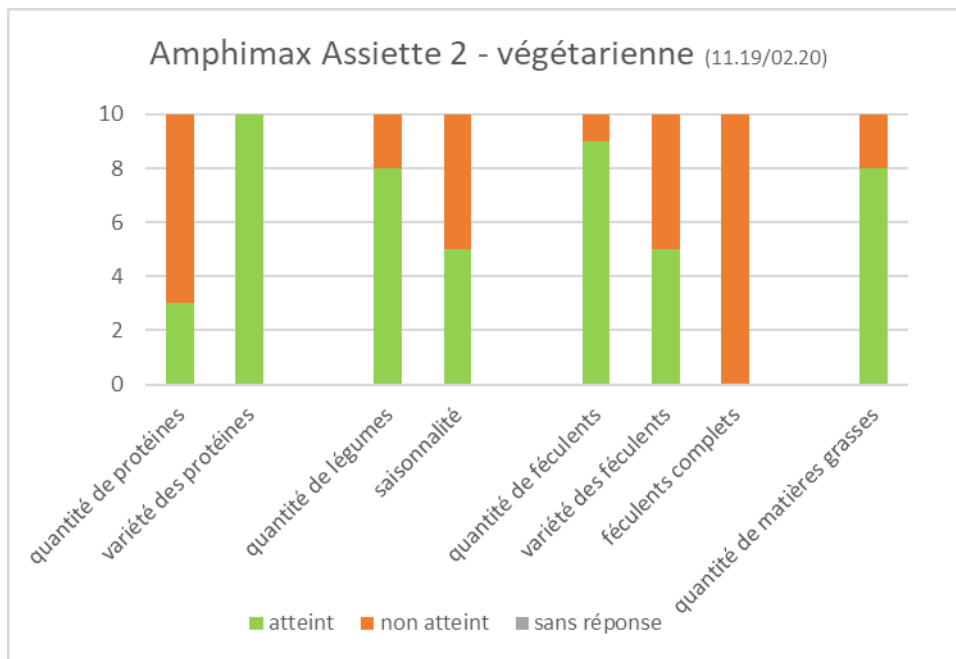
Celles de légumes sont souvent insuffisantes et les féculents, servis en quantité correcte, variés et complets.

La saisonnalité n'est pas respectée, des poivrons, tomates, courgettes, aubergines, petits pois (congelés) figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont parfois importantes, leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Diminuer les portions de viande servies dans quelques recettes
- Augmenter les portions de légumes
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Diminuer les quantités de matières grasses utilisées dans certains plats



Assiette vendue à 7.20 (prix étudiant), végétarienne avec du fromage (6 fois), des œufs (1 fois), des légumineuses (1 fois) ou rien (2 fois). N'a été qu'une fois la meilleure vente quotidienne à l'Amphimax (Risotto aux légumes) pendant les semaines analysées.

Commentaires :

Les portions protéiques sont souvent insuffisantes (7 jours/10) (en particulier lorsqu'il s'agit de fromage râpé) voire inexistantes.

Celles de légumes sont presque toujours adéquates, les féculents, servis en quantité correcte, peu variés et sans produit complet. La saisonnalité n'est pas respectée, des tomates, courgettes, aubergines, concombre figurent dans ces menus de fin d'automne et d'hiver.

Les quantités de matières grasses utilisées sont parfois importantes, leur composition est de bonne qualité.

Recommandations

- Prévoir une source de protéines suffisante tous les jours (minimum 25 g de fromage râpé ou 50 g de légumineuses sèches ou 120 g de légumineuses en conserve)
- Choisir plus fréquemment des légumes de saison
- Prévoir au moins un farineux complet par semaine