



## LA VIANDE DE BŒUF ET DE VEAU DURABLE EN RESTAURATION



## COMMENT CONJUGUER APPORTS NUTRITIONNELS ET DÉCARBONATION DES ASSIETTES ?



**C**haque jour en France, des millions de repas sont servis dans les restaurants scolaires, les hôpitaux et établissements médico-sociaux, les maisons de retraite, les universités, les entreprises et les restaurants commerciaux. Ces repas ne sont pas qu'une réponse à un besoin alimentaire : ils sont l'occasion d'influencer positivement les modes de consommation, de soutenir nos filières agricoles, et de garantir des produits de qualité pour tous.

**La viande joue un rôle central. Bien plus qu'un simple aliment, elle contribue à l'équilibre nutritionnel et assure l'accès à une alimentation de qualité.**

**L'élevage bovin et veau français, qui produit cette viande durable et de qualité, repose sur un modèle d'élevage autonome, herbager et à taille humaine, et joue un rôle clé sur nos**



**territoires** : il entretient les paysages, favorise la biodiversité, préserve la qualité de l'eau et contribue au stockage du carbone dans les sols des prairies.

C'est un modèle vertueux fondé sur l'économie circulaire et qui soutient aussi l'économie locale, grâce aux nombreux emplois qu'il génère, assurant ainsi une vitalité économique dans nos territoires.

Face aux attentes sociétales et à la demande croissante pour plus de produits locaux,

**la viande bovine et de veau issue des territoires français constitue donc un atout pour les professionnels de la restauration** qui souhaitent s'inscrire dans une démarche de réduction de leur impact environnemental, de maintien de l'équilibre alimentaire pour tous et de contribution à la souveraineté alimentaire.

## LA PLACE DE LA VIANDE BOVINE DANS DES MENUS ÉQUILIBRÉS

**L'**équilibre alimentaire, c'est se faire plaisir avec une alimentation diversifiée, qui respecte ce dont on a besoin pour être en forme. En mangeant mieux, de façon plus raisonnable et raisonnée, chacun peut privilégier des **viandes de qualité issues d'une production durable.**

**Les viandes de bœuf et de veau sont des produits naturels et sains qui bénéficient d'une haute valeur nutritionnelle** car elles contiennent des protéines de bonne qualité,

du fer bien assimilable, de la vitamine B12 et autres vitamines B, du zinc et d'autres minéraux, nécessaires pour le bon fonctionnement de notre organisme.

C'est pourquoi le PNNS recommande d'alterner viande rouge, volaille, poisson et œufs, sans dépasser 500 g par semaine de viande rouge (hors volaille) cuite, sachant que la juste portion est comprise entre 100 et 150 g (soit environ 3 à 4 steaks).



**BON À SAVOIR**

- **Les protéines présentes dans la viande** sont reconnues pour leur richesse en acides aminés indispensables qu'elles apportent en proportion bien équilibrée, ce qui n'est pas le cas de la plupart des protéines d'origine végétale.
- **Le fer "héminique" présent dans la viande** est au moins deux fois mieux assimilé par l'organisme que le fer "non héminique" issu des aliments végétaux. Il permet de couvrir plus facilement les besoins en fer de l'organisme.
- **Les produits animaux, dont la viande, sont la seule source de vitamine B12** de notre alimentation. Tous les aliments d'origine végétale sont naturellement dépourvus de vitamine B12, pourtant nécessaires au fonctionnement du système immunitaire et du système nerveux. D'ailleurs, en cas d'alimentation excluant tout aliment d'origine animale, les instances de santé publique préconisent une supplémentation en B12 et une surveillance médicale plus globale, pour éviter les carences.

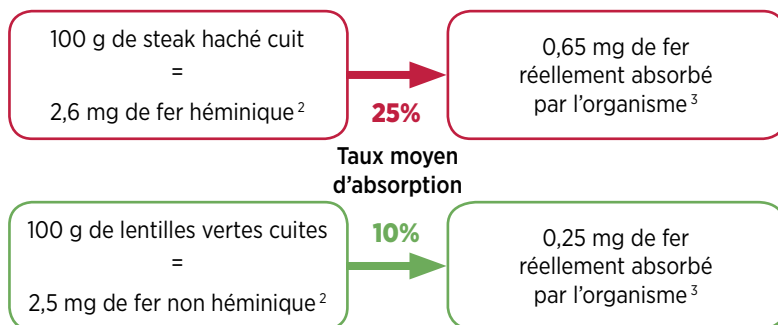
## Comment atteindre les apports journaliers recommandés en protéines et en fer ? <sup>1</sup>

Pour atteindre la couverture des besoins, l'association des protéines d'origine animale et végétale est très intéressante **dans le cadre d'une alimentation équilibrée.**

	Besoin moyen journalier en protéines	Bœuf haché (cuit)	Lentilles vertes (cuites)
		Quantité <u>théorique</u> pour couvrir les besoins en protéines/jour <sup>2</sup>	
Femme	53 g/jour	224 g	518 g
Homme	67 g/jour	283 g	667 g

Le tableau ci-dessus montre que la viande facilite la couverture des besoins journaliers en protéines. Les protéines végétales sont intéressantes en complément d'autres sources de protéines, pour rester dans des quantités facilement digestibles.

## Une meilleure couverture en fer grâce à la viande de bœuf <sup>1</sup>



Pour 100 g de lentilles cuites qui contiennent 2,5 mg de fer non héminique, on absorbe en moyenne, 0,25 mg de fer alors que 100 g de steak haché cuit qui contient 2,6 mg de fer héminique permettra une absorption de 0,65 mg de fer (**soit 40% de plus**).

Rappelons que les **besoins quotidiens en fer (c'est à dire absorbé)** de l'adulte sont<sup>4</sup> d'environ 1 mg chez l'homme et 2 mg chez la femme entre la puberté et la ménopause en raison des règles, avec le risque de déficiences, voire d'anémies en cas d'apports insuffisants.



<sup>1</sup> Simulation comparative entre 2 sources de protéines s'inscrivant dans un régime alimentaire varié équilibré, proposée à titre illustratif et pédagogique.

<sup>2</sup> <https://ciqual.anses.fr/>

<sup>3</sup> <https://www.anses.fr/system/files/NUT2018SA0238Ra.pdf>

<sup>4</sup> <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/anemie-par-carence-en-fer/> (consulté juillet 25)

# LA FILIÈRE VIANDE BOVINE FRANÇAISE

## ACTRICE DE LA DÉCARBONATION ET DE LA BIODIVERSITÉ

**C**onsciente de sa contribution aux émissions de gaz à effet de serre, l'interprofession de la filière Élevage et Viande agit depuis de nombreuses années pour améliorer ses pratiques. Dès 2017, INTERBEV a lancé le **Pacte Sociétal**, une démarche RSE labellisée 3 fois par l'AFNOR au niveau "Engagé RSE confirmé". Ce Pacte s'articule autour de quatre piliers : la préservation de l'environnement, le bien-être et la santé des animaux, la juste rémunération et l'attractivité des métiers, ainsi qu'une alimentation de qualité, raisonnée et durable.



Dans cette dynamique, la filière bovine a adopté une feuille de route décarbonation et souveraineté pour atteindre l'objectif fixé par la planification écologique : -5 Mt eq CO<sub>2</sub> d'ici 2030 sur les émissions des bovins, dont -2,43 Mt spécifiquement pour la production de viande bovine. Cette feuille de route s'appuie sur une stratégie ambitieuse : **stabiliser les effectifs de bovins pour préserver notre souveraineté alimentaire et maintenir les externalités positives liées aux ruminants**. Pour ce faire, elle mobilise des **leviers techniques** tels que l'alimentation des bovins, la productivité, la génétique et la valorisation des effluents par méthanisation, qui permettent d'atteindre les objectifs de la planification écologique sans réduire encore le cheptel.

### LES LEVIERS D'ACTION CONCRETS



#### Optimiser la conduite du troupeau

Améliorer la productivité et les conditions de reproduction & réduire les animaux improductifs.

+



#### Évolution des rations alimentaires

Systèmes herbagers et autonomes.

+



#### Compléments alimentaires

Réduire le méthane entérique directement.

+



#### Améliorer la génétique

Sélectionner les animaux moins émetteurs.

+



#### Méthanisation

Valoriser le méthane des effluents en énergie.

=

**-2.56 Mt eq CO<sub>2</sub>  
entre 2019 et 2030**

**Objectif atteint pour la filière viande  
sans baisse du cheptel à partir de 2024**

En complément, il est essentiel d'alerter sur l'**usage du critère "carbone" pris de façon isolée pour juger des impacts environnementaux de la viande, qui conduit à des paradoxes majeurs faute de prise en compte des externalités positives.** C'est pourquoi la filière est engagée pour mieux intégrer ces atouts de l'élevage herbager français dans les évaluations environnementales.

En effet, si l'élevage bovin émet du carbone, **il contribue aussi à en stocker** grâce aux prairies qu'il entretient. Sans bovins, ces prairies seraient retournées pour d'autres usages agricoles, entraînant un relargage massif de

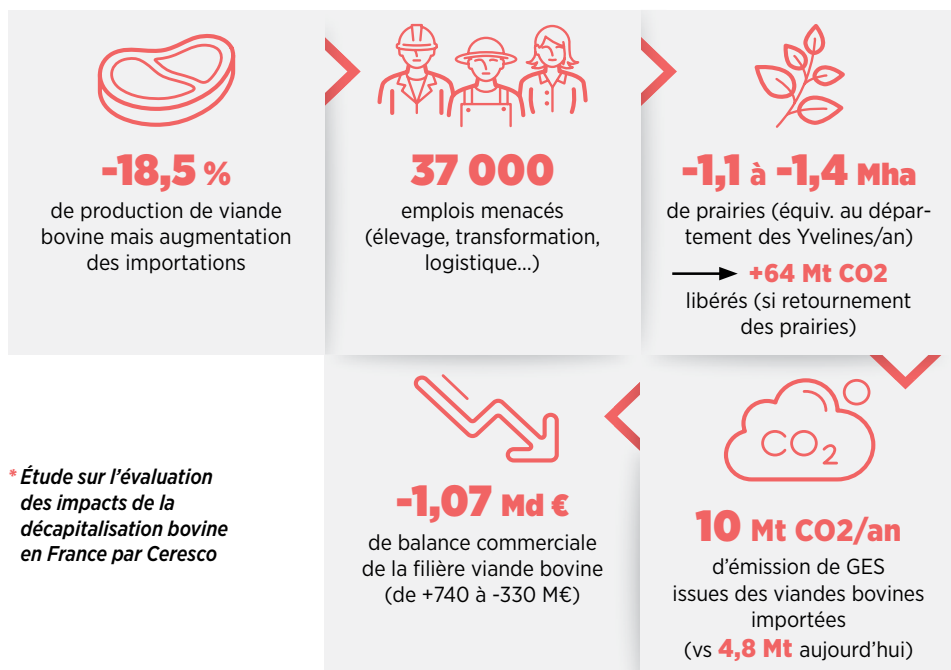
carbone dans l'atmosphère. Selon l'Idel (2018), **le carbone stocké dans les prairies compense plus d'un tiers des émissions de l'élevage bovin.** Ces prairies jouent également un rôle crucial dans la **préservation de la biodiversité**, la qualité de l'eau, la lutte contre l'érosion et l'entretien des paysages. Par ailleurs, les animaux produisent des **fertilisants** organiques qui réduisent le recours aux engrais minéraux ; les troupeaux valorisent les coproduits de l'alimentation humaine dans une logique d'**économie circulaire** ; et l'élevage participe à la production d'**énergies renouvelables** via la méthanisation.

## DEMAIN, SI LA DÉCAPITALISATION SE POURSUIT

La décapitalisation des cheptels bovins conduit à une baisse rapide de la production alors que la consommation ne s'érode que faiblement. Cela conduit à une augmentation des importations, parfois plus émettrices de gaz à effet de serre.

**Selon l'étude CERESCO (étude 2024)\*** : si la tendance de décapitalisation observée entre 2020 et 2022 se prolonge sans inflexion politique ou économique, **le cheptel de vaches mères en France reculerait de 19% en 2030.**

En 2030 (réf. 2022), cela impliquerait :



# FAIRE LE CHOIX D'UNE VIANDE BOVINE DURABLE EN RESTAURATION

**E**n France, le modèle d'élevage herbager de ruminants est un exemple de production durable qui participe à notre souveraineté alimentaire. Il est même l'un des plus vertueux au monde car il apporte de nombreux bénéfices pour les territoires, la biodiversité et les paysages. Ce mode de production, à taille humaine, est basé sur le pâturage des animaux dans les prairies, une alimentation à l'herbe des animaux et une forte autonomie alimentaire des exploitations. Il s'agit d'un modèle d'élevage unique au monde et bien loin des modèles d'élevage d'autres pays du monde, comme les feed lot aux Etats-Unis ou en Amérique du Sud.

## CHIFFRES CLÉS

**60** vaches en moyenne en élevage bovins viande en France (Idele 2022)

**88%** de l'alimentation (herbe, fourrages, céréales) des bovins viande est produite sur la ferme (Idele Cap2er, 2023)

L'herbe représente **80%** des aliments consommés par l'élevage bovin viande français (source Devun et al, 2012)

Les bovins pâturent **5 à 8** mois en extérieur sur la période printemps/été



En France, la polyculture-élevage est un modèle agronomique très répandu et performant en matière d'économie circulaire, qui met en évidence la complémentarité entre production animale et végétale. En pâturant, les herbivores valorisent l'azote des prairies et le transforment en lait et viande. Une partie de l'azote se retrouve dans les effluents et sont utilisés pour fertiliser les sols des cultures. De ce fait, l'élevage de ruminants est essentiel dans l'entretien de la fertilité des sols et limite le recours aux engrais de synthèse

(Van Hal et al., 2019). Par ailleurs, ces effluents peuvent être valorisés en biogaz grâce aux installations de méthanisation. Cela atténue le bilan carbone global de la ferme, contribue à la fertilisation des surfaces grâce à l'épandage des digestats de méthanisation et réduit la consommation d'énergie de la ferme. Aussi, les animaux d'élevage valorisent les co-produits des cultures non consommables par les hommes. L'élevage de ruminants fournit aussi du cuir, de la laine et des coproduits industriels utiles à de nombreux secteurs d'activité.



Préserver l'approvisionnement en viande rouge française dans la restauration hors domicile, c'est donc bien plus que défendre une filière agricole : c'est un **choix stratégique pour une alimentation durable**, c'est **réduire notre dépendance à des viandes importées**

**plus émettrices**, c'est **assurer la souveraineté alimentaire** et c'est offrir aux consommateurs une viande issue d'une filière engagée, tout en favorisant une **juste rémunération** de tous les acteurs.

En choisissant une viande bovine durable, les professionnels de la restauration s'inscrivent dans une démarche de soutien à la biodiversité, aux territoires et aux éleveurs français.

Pour réduire leur impact environnemental, ils peuvent aussi :

- Utiliser la méthode d'achats de **bovins à l'équilibre** ou mieux équilibrés, en variant les morceaux servis selon les menus ou en mélangeant des morceaux pour une même recette.
- Valoriser des pratiques vertueuses au niveau de la production par la **contractualisation de l'approvisionnement** avec un fournisseur ou une organisation de producteurs.
- Faire le choix d'un approvisionnement sous **signes officiels de qualité tels que les viandes Label Rouge ou Agriculture Biologique**.
- S'approvisionner en viande bovine durable et de qualité en utilisant dans l'appel d'offre le **critère de performance envi-**



**ronnementale et de développement des approvisionnements directs**, dans le respect des règles de la commande publique.

- Travailler sur le **regroupement des livraisons**.
- S'organiser pour mieux ajuster les quantités servies et **réduire ainsi les gaspillages**.
- Privilégier la **cuisson basse-température**.
- **Privilégier l'utilisation de produits bruts** pour leur intérêt nutritionnel comme environnemental et combiner les sources alimentaires afin de couvrir l'ensemble des besoins nutritionnels, en s'appuyant sur la complémentarité des protéines animales - sources essentielles d'acides aminés indispensables, de vitamines et de minéraux hautement biodisponibles - et des protéines végétales, toutes issues d'un approvisionnement français durable et de qualité.

#PacteSociétal  
#PlanDeFilière

**AIMEZ  
LA VIANDE,  
MANGEZ-EN  
MIEUX.**

Une filière engagée,  
responsable et durable.



**Pour en savoir plus sur  
les attentes des Français au restaurant**



**Retrouvez tous les outils sur :**  
**interbev.fr**  
**viandes-rhd.fr**



Tour Mattéi • 207, rue de Bercy • TSA 21307 • 75564 Paris Cedex 12  
Tél. 01 44 87 44 60