



# GUIDE DES BONNES PRATIQUES

d'approvisionnement local

HÔTELLERIE - RESTAURATION

ÉDITION DÉCEMBRE 2023

LA MONTÉRÉGIE  
**LE GARDE-  
MANGER**  
DU QUÉBEC

# Table des matières

**3. L'achat local**

---

**4. Qu'entend-on exactement par « manger local » ?**

---

**5. Pourquoi acheter local ?**

---

**6. Qu'en est-il des impacts concrets sur votre entreprise ?**

---

**7. Développement durable**

---

**8. Trucs et astuces pour s'approvisionner localement**

---

**11. Liste de produits de substitution**

---

**12. Vous utilisez déjà des produits locaux dans votre menu ?**

---

**13. Disponibilité des produits**

---

**14. Calendrier des récoltes**

---

**15. Ressources utiles**

---



# L'achat local

Depuis quelques années, l'importance de l'approvisionnement local est de plus en plus reconnue, autant par le grand public, que par le gouvernement et les prestataires de service. Toutefois, il s'agit encore d'un défi pour bien des entreprises, notamment dû aux enjeux d'approvisionnement, aux coûts des produits et au manque de main d'œuvre. Pourtant, en modifiant graduellement certaines habitudes, il est possible de générer de grands changements dans votre communauté!

La Montérégie est un vaste territoire qui récolte plus de 35% de la production agricole totale du Québec. Nous avons donc la chance de pouvoir nous approvisionner régionalement pour une grande partie de ce qui compose notre assiette.

Ce guide a été élaboré comme une entrée en matière afin de favoriser l'augmentation des produits régionaux dans les menus. N'hésitez pas à consulter le site de [La Montérégie, le Garde-Manger du Québec](#) pour la liste de producteurs montérégiens membres de notre campagne de promotion et pour consulter le [répertoire régional des produits destinés au marché HRI](#).



# Qu'entend-on exactement par « manger local » ?

Selon le *Défi je mange local* et le Regroupement des Tables de concertation bioalimentaire du Québec (RTCBQ):

**« Manger local, c'est s'approvisionner le plus près possible de chez soi. À commencer par les aliments qui poussent dans notre jardin, puis par ceux qui sont produits ou transformés par les producteurs de notre communauté ou de notre région et, finalement, par les produits du Québec tout entier. »**

Il y a donc plusieurs niveaux à la consommation locale, et il importe d'y aller à son rythme, une bouchée à la fois! Si ça demande un peu plus de temps et d'organisation au départ, le sentiment de fierté de s'approvisionner auprès de sa communauté et la qualité des aliments consommés compensent largement les efforts demandés. Plusieurs autres avantages à l'achat local seront également abordés dans les prochaines pages.

Ce guide a été conçu  
par la campagne de promotion  
**La Montérégie, le Garde-Manger du Québec,**  
qui a pour mandat de mettre en valeur le potentiel  
bioalimentaire de la région.

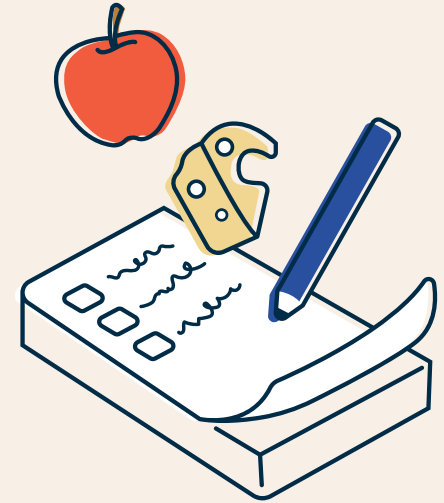
**En collaboration avec**

TOURISME  
MONTÉRÉGIE



# Pourquoi acheter local ?

Lorsque vous achetez des aliments de proximité, vous stimulez l'économie de votre région, en plus d'avoir un impact direct sur votre environnement et sur la qualité de vie de votre communauté.



## Les raisons de vous approvisionner localement sont multiples :

- > Vous minimisez votre **empreinte environnementale**.  
 Acheter d'un producteur local permet de réduire le nombre de kilomètres parcourus par les aliments, et donc de générer moins de pollution.
- > Vous offrez des aliments de qualité à vos clients :  
 des aliments **sains, frais**, et **facilement traçables**.
- > Vous contribuez à développer l'**identité culinaire** de la Montérégie et à la faire découvrir aux visiteurs. En cuisinant des produits locaux, vous mettez en valeur le terroir propre à la région et les savoir-faire traditionnels, tout en y imprégnant votre couleur.
- > **Vous tissez des liens** avec des producteurs locaux. En achetant directement du producteur, vous pouvez discuter avec lui et en apprendre davantage sur son histoire, son savoir-faire, sa vision et ses valeurs.
- > Vous développez un **sentiment d'appartenance** envers votre région. Développer des liens avec vos fournisseurs locaux vous permettra de découvrir les richesses du terroir et le dynamisme des producteurs agricoles.
- > Vous encouragez des modes de production plus **éthiques**.  
 Bien souvent, les entreprises de notre région sont à échelle humaine et privilégient des méthodes plus écologiques, dans le respect des êtres humains et des animaux.
- > Vous stimulez la **vitalité** socio-économique de la région.
- > Vous participez au rayonnement de la Montérégie en tant que **destination gourmande**.



Photo: Daphn&amp;Nico

## Qu'en est-il des impacts concrets sur votre entreprise ?

**Au-delà des avantages pour la communauté et la région, s'approvisionner localement peut avoir des impacts bien concrets pour votre entreprise :**

- ▶ **L'engagement et la motivation des employés.** De plus en plus d'employés considèrent les valeurs de l'entreprise dans leurs critères de recherche d'emploi, notamment des valeurs liées au développement durable, au respect et à l'éthique. En cherchant à offrir des produits locaux, vous démontrez que vous vous souciez de votre environnement et que vous avez à cœur le développement et le bien-être de votre communauté.
- ▶ **Une image positive de votre entreprise.** L'engagement d'une entreprise dans sa communauté et dans le développement durable peut servir d'outil marketing. Au même titre que pour la main-d'œuvre, la clientèle recherche des entreprises engagées et ses choix seront influencés par vos actions.

**Attention!** Veillez à communiquer de manière transparente sur vos actions : il est important de faire preuve d'honnêteté lorsqu'il est question de vos démarches et des défis auxquels vous faites face.

- ▶ **Une diminution des coûts.** On croit souvent que de consommer des produits locaux signifie nécessairement payer plus cher. Pourtant, **Aliments du Québec** ☑ a démontré que ce n'était pas nécessairement le cas et qu'il était même souvent plus avantageux d'acheter localement!



# Développement durable



Économie, environnement, communauté... ça vous rappelle quelque chose ? Vous avez vu juste ! Les raisons de s'approvisionner localement sont directement liées aux critères du développement durable. L'achat local permet de s'approvisionner de manière responsable, en respectant les principes du développement durable.

Par définition, l'achat responsable « **consiste à intégrer des critères environnementaux, sociaux et économiques aux processus d'achat des biens et services, comme moyen de réduire l'impact sur l'environnement, d'augmenter les bénéfices sociaux et de renforcer la durabilité économique des organisations** »

Vous souhaitez mettre en place une politique de développement durable ? L'achat local pourrait être le premier pas vers l'atteinte de vos objectifs !

Source [☞](#)

# Trucs et astuces pour s'approvisionner localement

**Bien que l'achat local soit désormais sur toutes les lèvres, il amène tout de même son lot de défis pour les organisations.**

**Voici quelques conseils simples pour ajouter des aliments locaux dans votre menu**



## Politique d'achat responsable

Dotez-vous d'une politique d'achat responsable, incluant vos besoins, vos objectifs, vos critères d'approvisionnement, votre engagement et les personnes responsables de la mise en application de la politique.



## Objectifs motivants

Fixez-vous des objectifs motivants, mais atteignables. L'achat local est important, mais pas au détriment d'aliments sains ou écoresponsables. Il est donc important d'établir vos priorités en fonction de vos objectifs et de vos valeurs, et d'avancer un pas à la fois.



## Voici quelques conseils simples pour ajouter des aliments locaux dans votre menu



### Ressources disponibles

Utilisez les ressources disponibles pour vous aider. Par exemple, *La Montérégie*, *Le Garde-Manger du Québec* peut vous soutenir et vous conseiller pour la mise en contact avec des producteurs locaux, en plus d'être en mesure de vous suggérer des aliments de substitution (voici **quelques exemples**). Vous y trouverez également un répertoire des produits régionaux destinés au marché HRI.



### Ouvrez la discussion avec vos distributeurs

Abordez le sujet avec vos fournisseurs concernant la provenance des produits offerts. Leur collaboration est essentielle dans le processus d'approvisionnement local. En leur faisant part de vos besoins, vous pourrez réfléchir ensemble afin de trouver des solutions adéquates à vos enjeux d'approvisionnement et ainsi faire avancer les choses.

## Voici quelques conseils simples pour ajouter des aliments locaux dans votre menu



### Mobilisez vos équipes

Invitez vos équipes à contribuer ! Bien qu'il soit essentiel que les gestionnaires soient engagés, le changement ne pourra s'opérer que si les employés sont mobilisés et motivés à participer au changement et à y mettre des efforts.

# Liste de produits de substitution

INGRÉDIENT D'AILLEURS	VERSION LOCALE
HUILE D'OLIVE	HUILE DE TOURNESOL « POUR CUISSON », HUILE DE CAMÉLINE, HUILE DE CANOLA D'ICI
SAUCE PIQUANTE (TABASCO, SRIRACHA)	SAUCE PIQUANTE FAITE AU QUÉBEC
FARINE DE BLÉ	FARINE DE BLÉ D'ICI, FARINE DE CHANVRE, FARINE DE SARRASIN
FLOCONS D'AVOINE	FLOCONS D'AVOINE LOCALE
GRAINES DE CHIA	GRAINES DE CAMÉLINE, GRAINES DE LIN
RAISINS SECS	CANNEBERGES SÉCHÉES, BLEUETS SÉCHÉS
SUCRE BLANC	SUCRE D'ÉRABLE, SIROP D'ÉRABLE, MIEL
JUS DE CITRON	VINAIGRE DE CIDRE, VERJUS
VINAIGRE BLANC	VINAIGRE DE CIDRE, VINAIGRE D'ÉRABLE
VINAIGRE BALSAMIQUE	VINAIGRE DE CIDRE DE TYPE BALSAMIQUE, SIROP DE BOULEAU
VANILLE	ESSENCE DE MÉLILOT
SAUCE SOYA	MISO
POIVRE	POIVRE DES DUNES
BIÈRE	BIÈRE LOCALE, CIDRE PÉTILLANT
VIN	VIN DU QUÉBEC, CIDRE
SPIRITUEUX	CIDRE DE GLACE L'offre des distilleries locales a explosé au cours des dernières années, profitez-en!
CAFÉ	CAFÉ TORRÉFIÉ AU QUÉBEC
KOMBUCHA	IL EXISTE BEAUCOUP D'OPTIONS FAITES AU QUÉBEC
LÉGUMINEUSES	LENTILLES NOIRES BÉLUGA, LENTILLES VERTES DU PUY, POIS JAUNES
AIL	AIL DU QUÉBEC, FLEUR D'AIL MARINÉE
GRAINES DE SÉSAME	GRAINES DE CAMÉLINE TORRÉFIÉES
HUILE DE SÉSAME GRILLÉE	HUILE DE GRAINES DE CAMÉLINE TORRÉFIÉES
NOIX	NOIX DE NOYER NOIR

# VOUS UTILISEZ DÉJÀ DES PRODUITS LOCAUX DANS VOTRE MENU ?

**Voici quelques conseils pour vous assurer d'une bonne collaboration avec les producteurs partenaires et de la satisfaction de tous :**

---

**Maintenez une bonne communication :** Déterminez le meilleur moyen de communiquer ensemble, posez des questions sur leurs besoins, précisez vos moments les plus occupés et informez-vous des leurs, convenez ensemble des modalités de commande (journée, heure, quantité, etc.). Assurez-vous aussi d'utiliser de **transparence** dans toutes vos communications, avec vos partenaires, ainsi qu'avec vos clients.

---

**Réfléchissez à des produits de substitution :** Il est possible que certains produits ne soient pas disponibles à certains moments dans l'année. Soyez prêts à utiliser des produits de substitution ou à modifier légèrement votre menu.

---

**Identifiez la provenance de vos produits locaux sur vos menus :** Indiquez le nom du producteur, ajoutez une page sur votre site Internet où vos fournisseurs locaux seront mis de l'avant.

---

**Démontrez votre collaboration :** Identifiez vos partenaires dans vos publications, partagez les leurs, communiquez sur votre démarche d'approvisionnement, etc.

---

**Formez vos employés :** Lorsque vous affichez de nouveaux produits locaux sur votre menu, assurez-vous que vos employés soient en mesure d'en parler et de présenter le producteur. Pourquoi ne pas aller visiter vos producteurs partenaires avec votre équipe ?

---

# Disponibilité des produits

**Consultez le calendrier des récoltes pour planifier votre menu.**

La saison des récoltes est plutôt courte au Québec, mais cela ne nous empêche pas d'avoir une belle variété d'aliments frais tout au long de l'année. Il suffit de suivre les saisons pour être en mesure de consommer localement plus facilement!





# Ressources utiles

## La Montérégie, Le Garde-Manger du Québec

Vous trouverez ici un répertoire d'entreprises bioalimentaires et une foule d'outils pratiques!

> [gardemangerduquebec.ca](http://gardemangerduquebec.ca)

## Aliments du Québec

Le site d'Aliments du Québec regorge de ressources pour faciliter l'achat local, notamment un répertoire des aliments québécois, en plus de trucs et astuces pour utiliser les aliments d'ici. Le programme Aliment du Québec au menu s'adresse aux restaurants et aux institutions qui mettent en valeur les produits du Québec dans leur menu.

> [alimentsduquebec.com/fr](http://alimentsduquebec.com/fr)

## Répertoire des aliments québécois

Le RAQ contient plusieurs informations sur les produits bioalimentaires québécois.

> [repertoirealimentsquebecois.gouv.qc.ca](http://repertoirealimentsquebecois.gouv.qc.ca)

## Les organismes de développement de votre territoire (MRC, CLD, offices de tourisme, etc.)

Ces organismes ont comme mission de soutenir le développement économique sur leur territoire et plusieurs d'entre eux ont des projets en lien avec l'approvisionnement des HRI. Informez-vous auprès d'eux afin de connaître les différentes façons de vous soutenir.

## Tourisme Montérégie

Le site de Tourisme Montérégie vous fera découvrir des escapades gourmandes et de bonnes tables où apprécier les produits d'exception de la région.

> [tourisme-monteregie.qc.ca](http://tourisme-monteregie.qc.ca)



Ce projet a été  
soutenu par la



**Pour plus d'informations :**

**MARJORIE LEBEUF-BINETTE**

Conseillère mise en marché et approvisionnement HRI

*La Montérégie, le Garde-Manger du Québec*

**450.446.2880**

**[mlebeuf-binette@expansionpme.org](mailto:mlebeuf-binette@expansionpme.org)**

LA MONTÉRÉGIE  
**LE GARDE-  
MANGER**  
DU QUÉBEC



**[gardemangerduquebec.ca](http://gardemangerduquebec.ca)**