

## Déjeuners sages et dîners festifs

47 % des Français mangent en dehors de chez eux à midi  
au moins une fois par semaine

Pascale Hébel

*La généralisation de la journée continue, l'éloignement des lieux de travail et la croissance de l'activité féminine ont favorisé depuis quelques décennies l'essor de la restauration hors du domicile, surtout à midi en semaine. 18 % du budget alimentaire sont consacrés aujourd'hui aux repas hors domicile. Mais l'accroissement de la concurrence dans ce secteur économique a obligé tous les acteurs à mieux prendre en compte les souhaits des consommateurs.*

*Ainsi, la cantine populaire avec son plat unique servi à table s'est transformée en restaurant d'entreprise sous la pression de la concurrence de la restauration commerciale et rapide, mais surtout de celle de la vente à emporter. L'étude montre que les services offerts sont bien différenciés : repas traditionnel « entrée-plat principal-fromage ou dessert » pour le restaurant d'entreprise, sandwich pour le repas rapide pris sur le pouce, repas plus « festif » pour le restaurant traditionnel et aussi contre toute attente pour la formule de restauration rapide. A la demande de la Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes (DGCCRF), le CRÉDOC a réalisé une enquête auprès d'un échantillon représentatif de la population française âgée de 15 ans et plus sur les consommations alimentaires prises hors du domicile. Cette étude permet d'évaluer pour la première fois les quantités d'aliments consommées.*

### Maintien des repas traditionnels grâce à la restauration collective

La restauration hors du domicile est devenue une obligation pour beaucoup d'actifs en milieu urbain. Plus de 60 % des étudiants ou actifs, soit 47 % des quinze ans et plus déjeunent en dehors de chez eux au moins une fois dans la semaine en dehors du week-end. La généralisation de la journée continue a considérablement écourté la pause de midi et l'éloignement des lieux de travail a favorisé le développement de la Restauration Hors Foyer (RHF) au déjeuner. Ce type de restauration liée au travail recouvre bien plus de repas que la

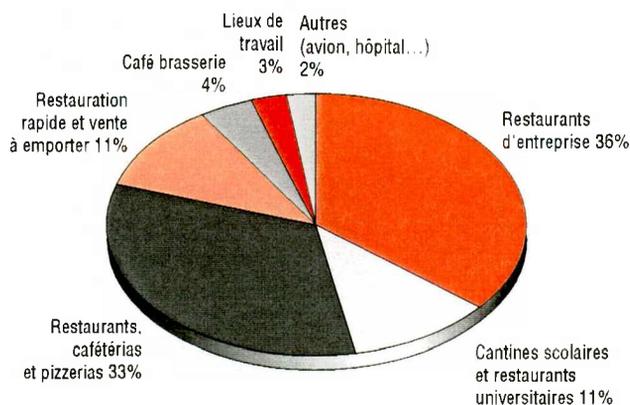
restauration de loisirs : 72 % des repas pris hors du domicile sont des déjeuners pris en semaine.

Deux grands secteurs économiques répondent à ce besoin croissant de déjeuners : la restauration « collective » en cantine ou restaurant d'entreprise et la restauration « commerciale » en cafétéria, restaurant ou fast food. En nombre de repas, ces deux secteurs se partagent ce marché de façon équilibrée.

Le succès du restaurant d'entreprise s'explique à la fois par son prix, 20 francs en moyenne par repas, compte tenu de la part versée par l'employeur, sa proximité et le caractère traditionnel des repas proposés. Paradoxalement, le repas traditionnel,

### Équilibre entre la restauration collective et la restauration commerciale pour les déjeuners en semaine

% des déjeuners en semaine pour la population des quinze ans et plus



Guide de lecture : 36 % des déjeuners consommés dans la semaine par les individus âgés de quinze ans et plus présents à leur domicile durant l'enquête, le sont dans les restaurants d'entreprise.

défini par la séquence « entrée-plat principal-fromage ou dessert » n'est pas consommé lors de sorties de loisirs, mais plutôt lors des repas obligés le midi en semaine. En effet, les repas classiques composés d'au moins trois plats, symboles de la culture française, représentent 77 % des repas consommés en restaurant d'entreprise. Dans une précédente étude du CRÉDOC, 15 à 20 % des personnes interrogées ont répondu spontanément à la question « Qu'est-ce que bien manger ? » en citant la formule à trois plats. La restauration collective répond parfaitement à cette attente. La restauration commerciale comprend à la fois les cafétérias et les self-services, les restaurants traditionnels, la restauration rapide. Dans les restaurants traditionnels, il faut compter en moyenne 82 francs pour un repas à trois plats. Cette cherté relative explique qu'en restauration commerciale, le repas est plus souvent composé d'un ou

deux plats. Cette formule est aussi majoritaire en repas « de loisirs » c'est-à-dire le week-end ou en soirée, ce qui prouve qu'un grand nombre de plats ne reflète pas une contrainte de temps.

### Déjeuners simples et complets, dîners gourmets

En restaurant d'entreprise, les salariés choisissent une alimentation riche en légumes, en viande, en fruits et en produits laitiers. La prise en compte des souhaits des consommateurs et l'avènement du self-service dans les restaurants d'entreprise ont contribué à offrir des repas avec plus de légumes et moins de féculents que dans les repas de loisirs du soir et du week-end. La cantine scolaire et les res-

taurants universitaires contribuent quant à eux à la diffusion des légumes secs : on en consomme 45 % de plus par repas que dans les autres lieux de restauration. Les desserts des déjeuners en semaine sont assez souvent simples, composés de fruits ou de yaourts.

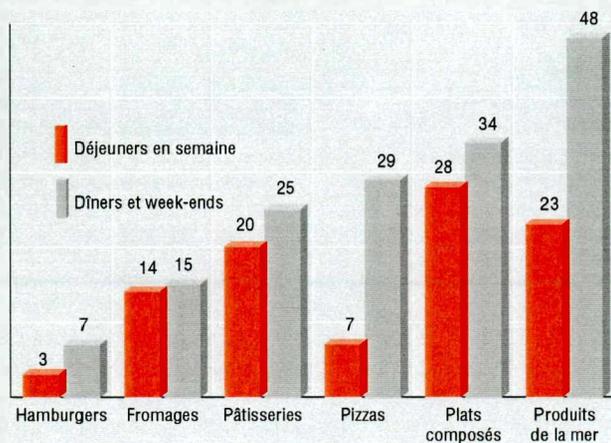
Au contraire, les repas du soir et du week-end pris en dehors du domicile sont bien sûr plus festifs et s'achèvent volontiers par une pâtisserie. Les produits de la mer, notamment les moules et les crustacés sont fortement consommés en restauration hors domicile et ce principalement lors de ces repas de loisirs. Les boissons alcoolisées ou sucrées sont également caractéristiques des repas de sortie.

### Prédominance du sandwich pour la restauration rapide

Lorsqu'on ne veut pas perdre son temps à prendre un repas, on choisira de préférence un sandwich. Il représente 60 % de la quantité consommée en vente à emporter ou en restauration rapide. Ce met de prédilection des gens pressés répond aux attentes des individus qui ont aussi envie de manger moins cher. Il peut apporter satiété et constituera un repas avec une variété d'aliments s'il contient par exemple du pain, du jambon, des tomates et de la salade. On ne sera pas étonné de le voir consommé davantage à midi et en semaine. La quiche joue beaucoup plus rarement un rôle analogue de repas sur le pouce. En revanche, les pizzas et les hamburgers ne répondent pas aux mêmes attentes. Leurs connotations festives les destinent le plus souvent aux repas de loisirs.

Contrairement aux idées reçues, le hamburger n'est pas devenu l'aliment de prédilection de tous les jeunes. Seuls 15 % des

Les plats les plus consommés pendant les repas de loisir en grammes par repas

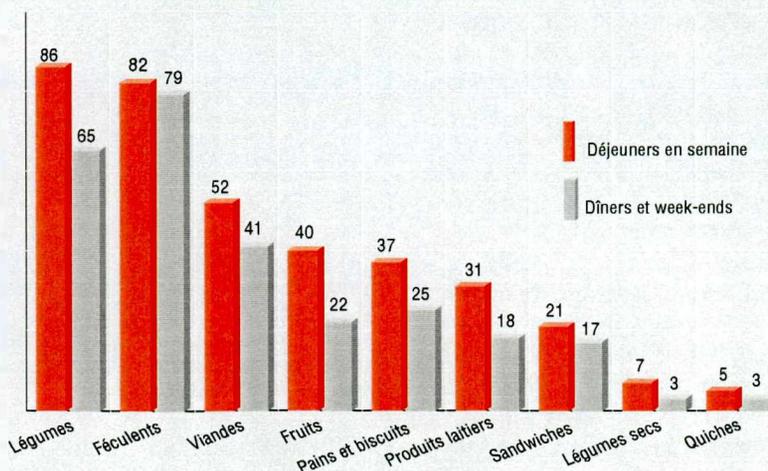


Source : CRÉDOC-DGCCR - Enquête Restauration hors foyer, 1994

### La pause café conviviale

Un moment sur cinq où l'on prend un aliment en dehors de chez soi est une pause café. Que l'on se retrouve près d'un distributeur ou autour d'une cafetière, la consommation d'une boisson chaude est l'occasion pour chacun de faire une pause et de se détendre. Ce sont principalement les salariés qui font une telle pause, pour la plupart tous les jours de la semaine. La boisson chaude principale est bien entendu le café. Le thé ne représente que 8 % des boissons chaudes prises sur le lieu de travail et le chocolat chaud 9 %. Thé et chocolat ont la faveur des femmes.

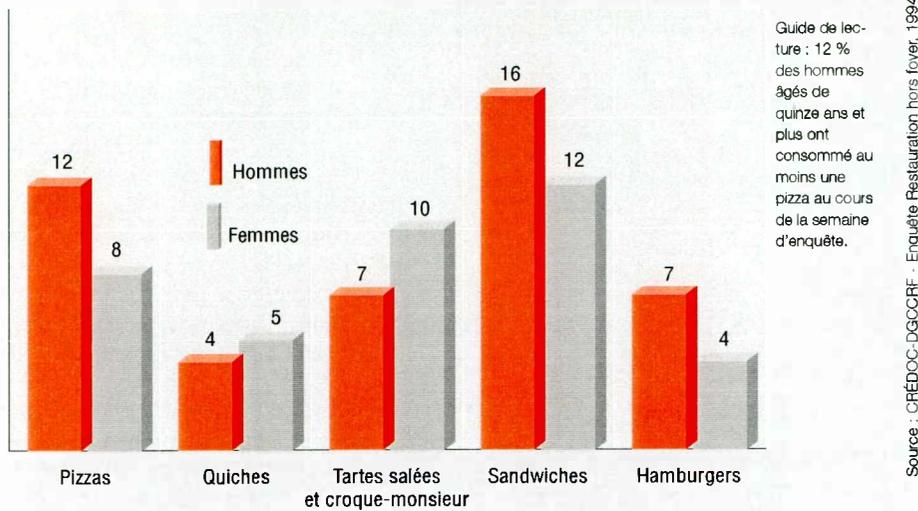
Les plats les plus consommés aux déjeuners en semaine en grammes par repas



Source : CRÉDOC-DGCCR - Enquête Restauration hors foyer, 1994

### Les hommes sont plus nombreux à consommer des sandwiches et des pizzas en dehors du domicile que les femmes

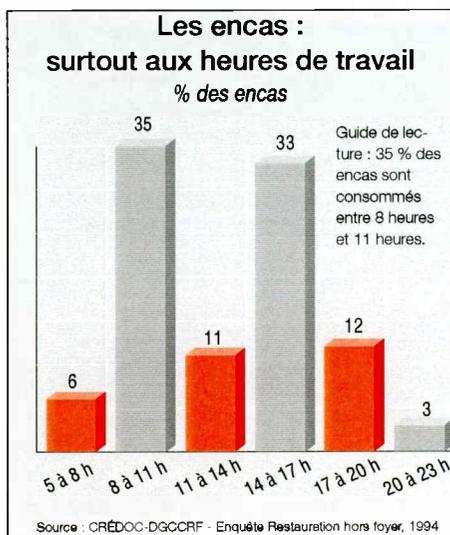
% des consommateurs âgés de quinze ans et plus



individus de 15 à 24 ans et 9 % des 25 à 34 ans en ont consommé au cours de la semaine d'enquête. Malgré son nom, le « fast-food » répond à une clientèle qui s'accorde une certaine durée pour ces repas mais qui fuit les conventions du repas traditionnel au restaurant. A l'opposé de ce qui se passe aux États-Unis, en France les restaurants rapides sont bien équipés de tables permettant de consommer plus confortablement. Les repas en restauration rapide ont davantage lieu en soirée ou le week-end et sont par conséquent davantage des moments familiaux de détente associés aux loisirs ou aux occupations domestiques (courses, etc.). Ils se rapprochent des repas des cafétérias.

La pizza est consommée de deux façons (voir encart), seule sur le pouce ou comme plat principal au restaurant le soir ou le week-end. Soulignons enfin que les hommes et les femmes ne choisissent pas les mêmes aliments pour se nourrir rapidement : les femmes préfèrent les quiches et les tartes salées, alors que les hommes sont plus nombreux à prendre un sandwich, une pizza ou un hamburger.

34 ans, qui n'ont pas déjeuné, et qui pour compenser grignotent une confiserie ou une pâtisserie. Deux tiers des encas contiennent de la pâtisserie ou de la viennoiserie et un cinquième de la confiserie. La consommation d'« encas » répond au stress de la vie de tous les jours puisque 82 % des encas hors domicile sont consommés en semaine.



### Grignoter au quotidien

En dehors des heures de repas principaux, plus d'un Français sur trois consomme à l'extérieur de chez lui, en petites quantités, des aliments solides sucrés ou salés désignés par « encas ». Les individus grignotant le matin font partie de ceux qui ne prennent pas de petit déjeuner et qui grignotent rapidement une viennoiserie dans une boulangerie avant de vaquer à leurs activités. Ce sont plutôt des individus jeunes, ouvriers ou étudiants. Les picoteurs de l'après-midi sont plutôt des femmes âgées de 25 à

### Cinq stratégies de consommation alimentaire hors foyer

La Restauration Hors Foyer concerne des individus à profils diversifiés : le salarié fréquentant tous les midis la cantine, l'étudiant déjeunant au restaurant universitaire, l'ouvrier buvant un café noir le matin très tôt dans son café habituel, le retraité

appréciant la bonne chère et fréquentant quelques bons restaurants et la femme pressée qui mange sur le pouce en faisant ses achats le midi. Une typologie en cinq classes synthétise les différents portraits des consommateurs de RHF.

### Les « Salariés demi-pensionnaires » (21 %)

Un consommateur sur cinq est de fait contraint de consommer à l'extérieur à midi près de son lieu de travail. Il choisit un repas traditionnel plutôt équilibré et complet. Il va rarement au café. Il s'agit souvent d'un salarié travaillant à temps complet, d'âge moyen (35 à 49 ans), appartenant à un ménage avec enfants et vivant en milieu urbain.

### Les « Seniors gourmets » (16 %)

Une partie des consommateurs s'alimente hors du domicile essentiellement pour le plaisir. Ces individus fréquentent de temps en temps les restaurants où ils optent pour une nourriture raffinée. Ils consommeront soit de vrais repas luxueux, soit des repas moins onéreux mais exotiques. Ils choisissent souvent un plat de viande suivi d'un dessert sucré symbolique du plaisir. Il s'agit essentiellement de personnes âgées de plus de 65 ans suivant un régime alimentaire, ainsi que des personnes aisées souvent parisiennes. Elles sont ou étaient artisans, commerçants, cadres supérieurs ou membres d'une profession libérale.

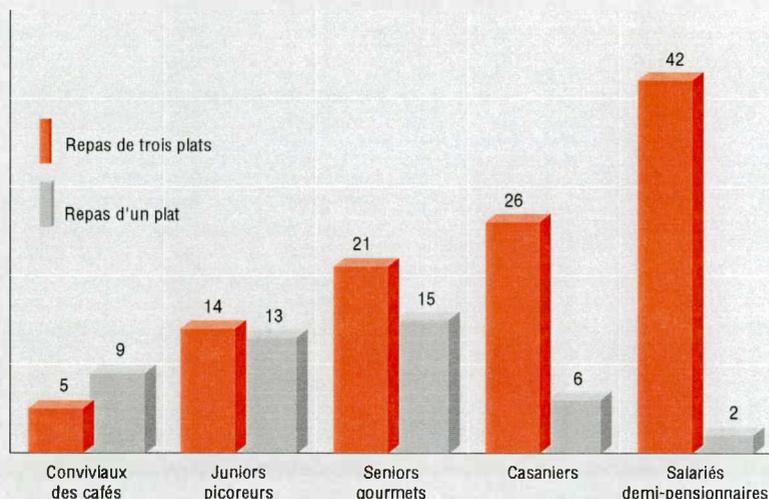
### Les « Conviviaux des cafés » (17 %)

Au café se côtoient des consommateurs venant d'horizons bien différents. Les plus nombreux sont les adeptes de la « pause-café ». Pour eux, cette pause est un rituel et la restauration hors du domicile un prétexte au développement de relations sociales. Ces consommateurs sociables mangent sur le pouce des sandwiches, des pâtisseries et des viennoiseries. Les « conviviaux des cafés » sont des étudiants et des ouvriers plutôt jeunes (moins de 35 ans). Tous ont une alimentation assez peu « régulière » : ils consomment des encas et sautent très souvent le petit-déjeuner et le déjeuner.

### Les « Juniors picoteurs » (14 %)

Un consommateur sur sept de Restauration Hors Foyer est adepte des fast-foods, de la vente à emporter et consomme très souvent à l'extérieur de son domicile. Ce sont des jeunes qui habitent encore chez leurs parents ou qui, étudiants, rentrent le week-end dans leur famille. Ils cherchent peut-être à échapper aux contraintes des repas en famille. Ils sont les plus gros mangeurs de féculents, de pâtisseries, de viennoiseries, de boissons sucrées, de sandwiches et de pizzas. Ils mangent à des horaires hors normes et n'hésitent pas à

### Les juniors picoreurs n'ont pas une alimentation traditionnelle % des prises alimentaires



Source : CRÉDOC-DGCCRF - Enquête Restauration hors foyer, 1994

sauter le petit déjeuner (« très souvent » pour 30 % d'entre eux).

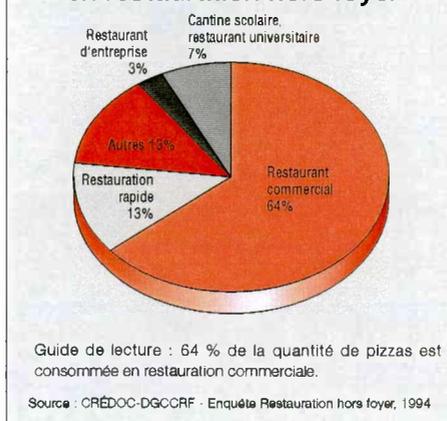
#### Les « Casaniers » (32 %)

Le tiers des consommateurs s'alimente rarement en dehors du domicile, si ce n'est pour quelques repas de midi ou quelques consommations dans un café. Les repas choisis sont traditionnels et comprennent une grande variété d'aliments. Ces consommateurs sont souvent des retraités et des femmes au foyer, des agriculteurs ou des actifs de profession intermédiaire vivant en commune rurale et qui quittent rarement leur domicile. ■

## L'irrésistible pizza

La pizza continue à gagner des parts de marché dans la restauration, comme c'est le cas pour les achats dans les magasins. On la commande surtout dans les pizzerias lors de repas festifs, assez rarement à midi en semaine (quatre fois moins souvent). On la consomme seule (42 %) ou avec un

### Le restaurant commercial premier fournisseur de pizzas en restauration hors foyer



deuxième plat (37 %) et plus rarement accompagnée d'un troisième plat (21 %). Ce plat fait l'unanimité dans toutes les tranches d'âge de consommateurs qui mangent en dehors de leur domicile. Il est l'un des plats de prédilection pour 16 % des employés et des étudiants et a moins d'adeptes chez les cadres, les ouvriers et les retraités (7 %).

## Pour en savoir plus

- Les données présentées ici sont issues d'une enquête réalisée pour la DGCCRF entre novembre 1993 et mars 1994 auprès de 1 074 individus représentatifs de la population française âgée de 15 ans et plus et présents à leur domicile au cours de la période d'enquête. Ne sont pas incluses dans l'étude les personnes vivant dans les maisons de retraites, les communautés religieuses, les prisons et les casernes. Dans l'enquête réalisée par le CRÉDOC, la Restauration Hors Foyer inclut toutes les consommations prises hors foyer, à l'exclusion des aliments emportés de chez soi et des repas pris chez des amis ou des membres de la famille.

- Les résultats complets figurent dans un rapport, séparé en deux tomes intitulés « La restauration Hors Foyer en 1994 » Tome 1 : Habitudes et pratiques ; Tome 2 : Consommations alimentaires ; Collection des rapports, CRÉDOC, n°153 et 154 (aux prix respectifs de 220 francs et 180 francs TTC, port non compris).

Les principaux résultats de cette enquête sont disponibles sur  
**3615-3616 CRÉDOC**  
(1,27 F la min)

**Le CRÉDOC organise un séminaire de formation sur le thème « Les nouveaux comportements de consommation seront-ils durables ? »**

**le 24 janvier 1995 à Paris.**

**Renseignements, inscriptions et tarifs au : (1) 40.77.85.63.**

**CRÉDOC**  
*Consommation et Modes de Vie*

Publication du Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC)

Directeur de la publication : Robert Rochefort

Rédacteur en chef : Yvon Rendu

Relations publiques : Brigitte Ezvan

142, rue du Chevaleret, 75013 Paris  
Tél. : (1) 40 77 85 01

Diffusion par abonnement uniquement  
180 francs par an - Environ 10 numéros

Commission paritaire n° 2193  
AD/PC/DC

Réalisation : La Souris : 45 21 09 61