

L'entrepreneuriat food

Passion, difficultés et résilience
des restaurateurs indépendants

Une étude inédite & exclusive

Février 2026

En partenariat avec



Méthodologie

Les données quantitatives présentées dans ce rapport sont issues d'une enquête réalisée en ligne par l'ObSoCo du 10 décembre 2025 au 20 janvier 2026.

L'enquête a été administrée auprès de 191 gérants et restaurateurs, recrutés via des listes d'email de clients et d'adhérents fournies par Service Compris, Transgourmet, Rosk, BGE, Evolve Food et Zelty, ainsi que par des campagnes de diffusion sur leurs réseaux sociaux respectifs.

Le temps médian de réponse au questionnaire est de 16 minutes.

La population ciblée regroupe à la fois les restaurateurs et les professionnels des commerces de bouche. Les codes NAF retenus étaient : 47.21Z, 47.22Z, 47.23Z, 47.24Z, 47.25Z, 47.29Z, 56.10A, 56.10B, 56.10C, 56.21Z, 56.29B et 56.30Z.

La taille de l'échantillon est d'autant plus significative que la population cible est volontairement précise, constituée de professionnels souvent très sollicités. Des écarts résiduels entre la structure de l'échantillon et celle de la population globale des restaurateurs peuvent subsister, notamment du fait de l'interrogation par voie numérique.



Sommaire

- #1 Qui sont les entrepreneurs food ?
- #2 Pourquoi ce métier ?
- #3 Quel modèle économique ?
- #4 La gestion au quotidien
- #5 Le vécu du métier
- #6 L'écosystème comme maillon faible
- #7 Conclusion

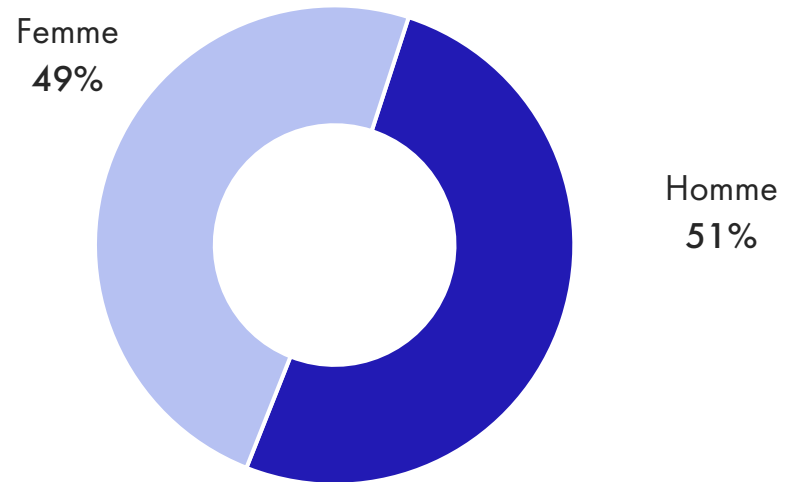
Qui sont les entrepreneurs food ?



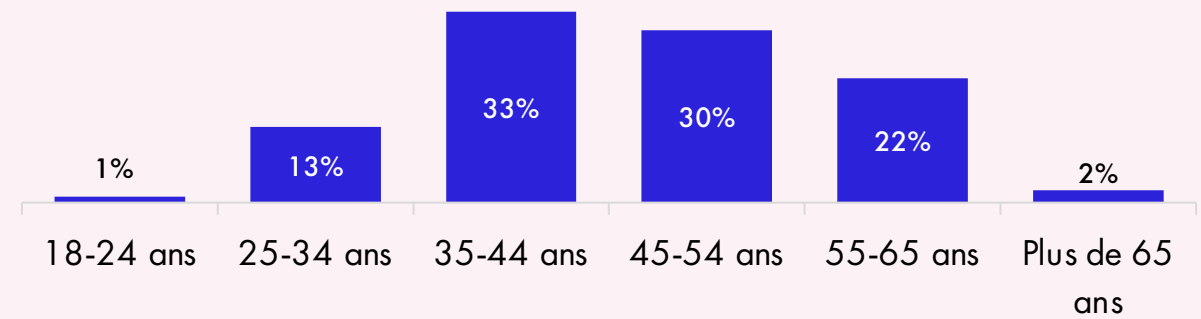
QUI SONT LES ENTREPRENEURS FOOD ?



Genre des répondants



Age des répondants

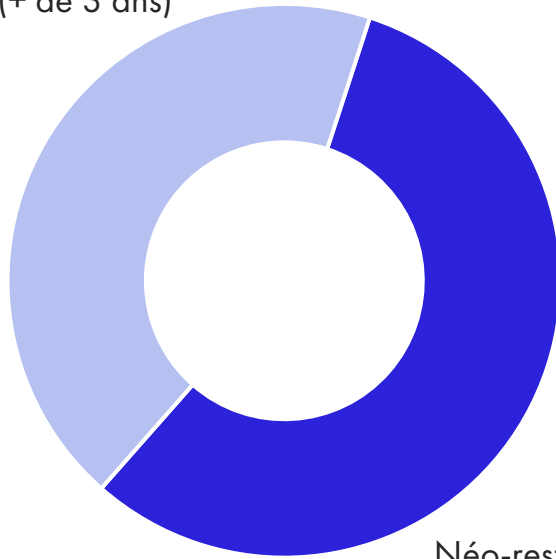


QUI SONT LES ENTREPRENEURS FOOD ?



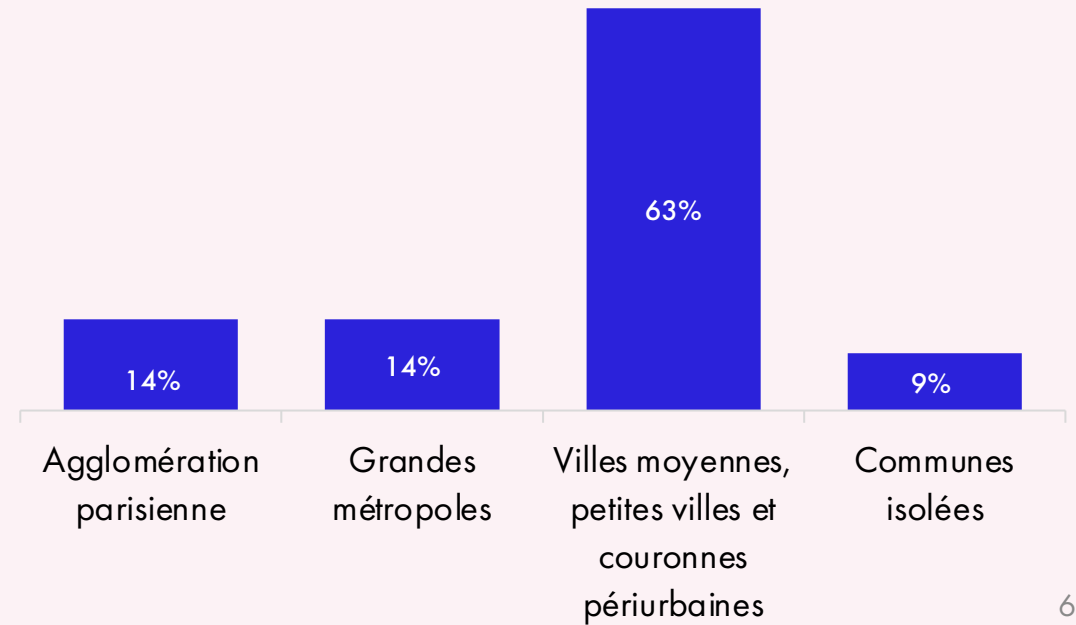
Ancienneté professionnelle des répondants

Restaurateurs installés (+ de 3 ans)
44%



Néo-restaurateurs (- de 3 ans)
57%

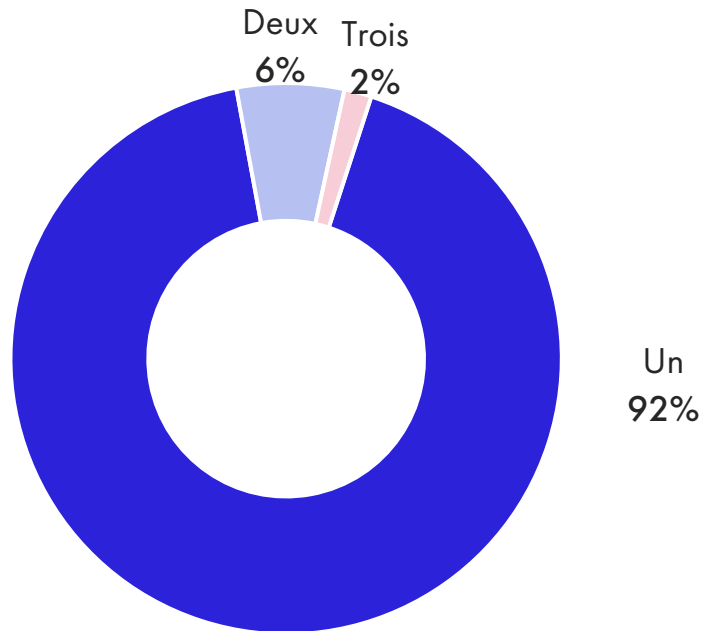
Localisation des établissements



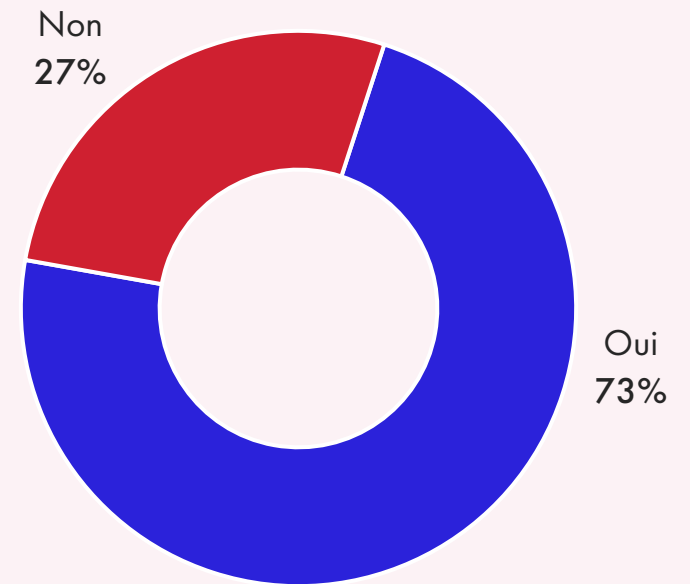
QUI SONT LES ENTREPRENEURS FOOD ?



Nombre d'établissements gérés ou cogérés



Gérant solo ou non

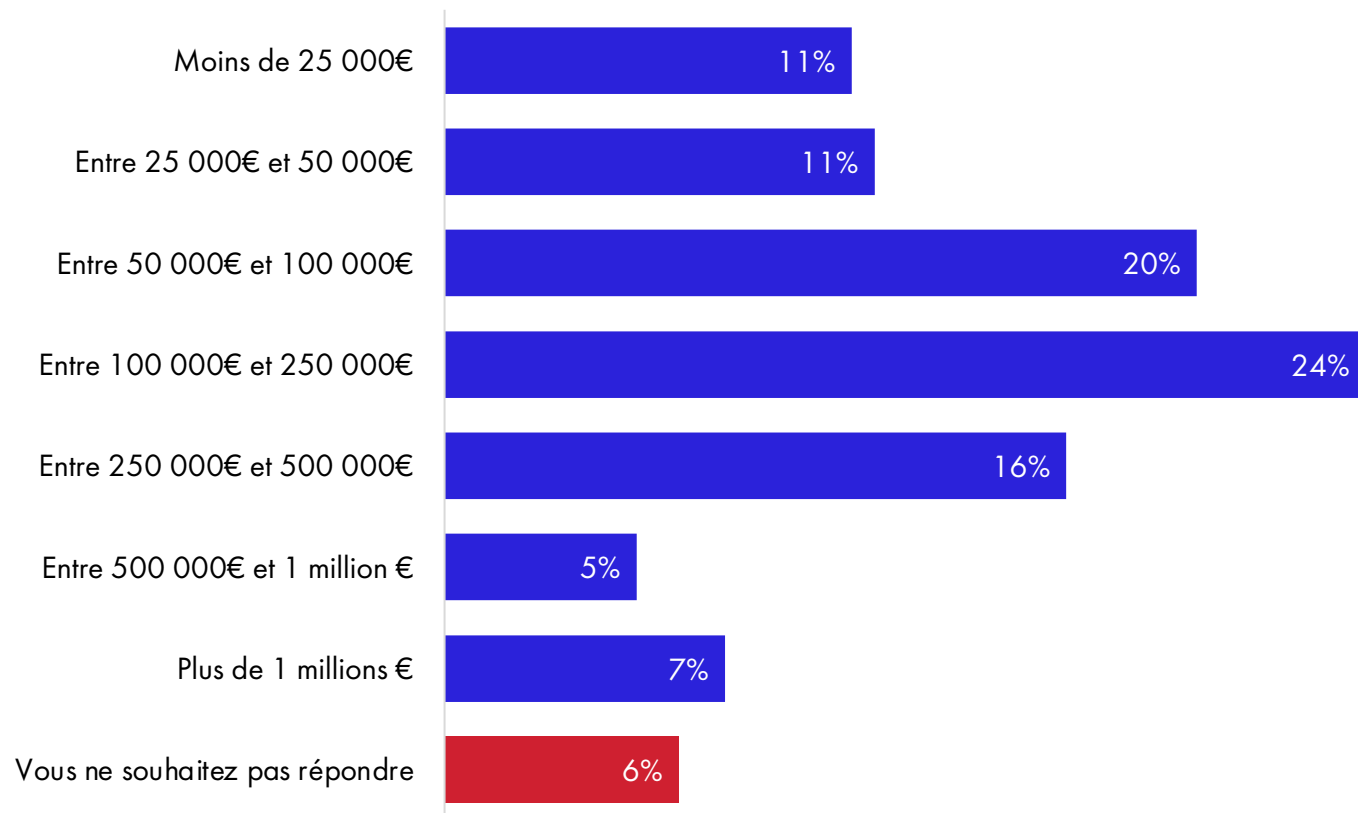


QUI SONT LES ENTREPRENEURS FOOD ?



A combien s'est élevé approximativement votre chiffre d'affaires au cours de la dernière année clôturée ?

Base totale, N = 191



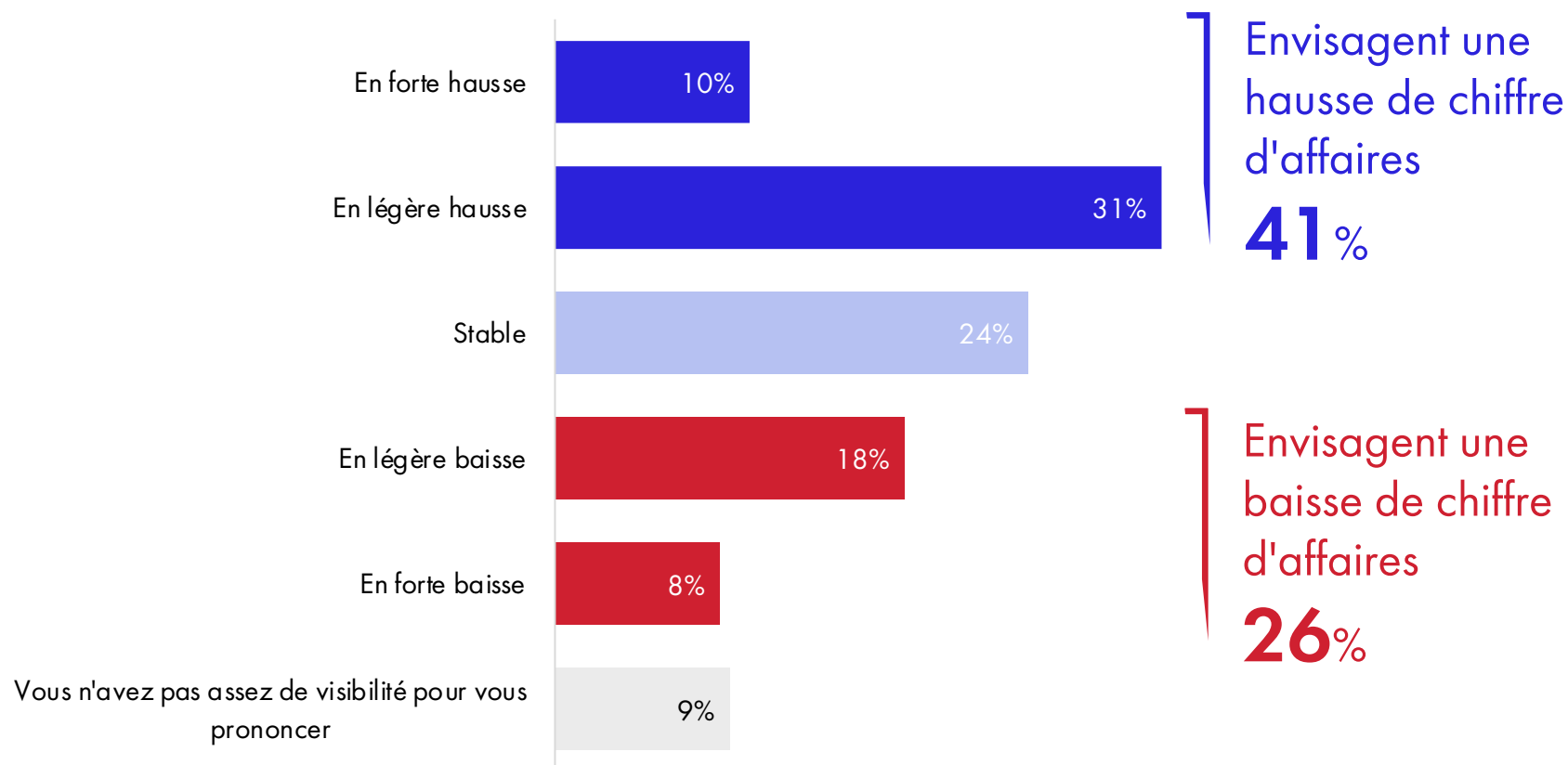
Moyenne* : 259 171€
Médiane : 175 000€

5 établissements
sur 10
dépassent
les 100 000€ de CA

Optimisme prudent et trajectoires différenciées

Pour l'exercice 2025, vous estimez que votre chiffre d'affaires devrait être...

Base totale, N = 191



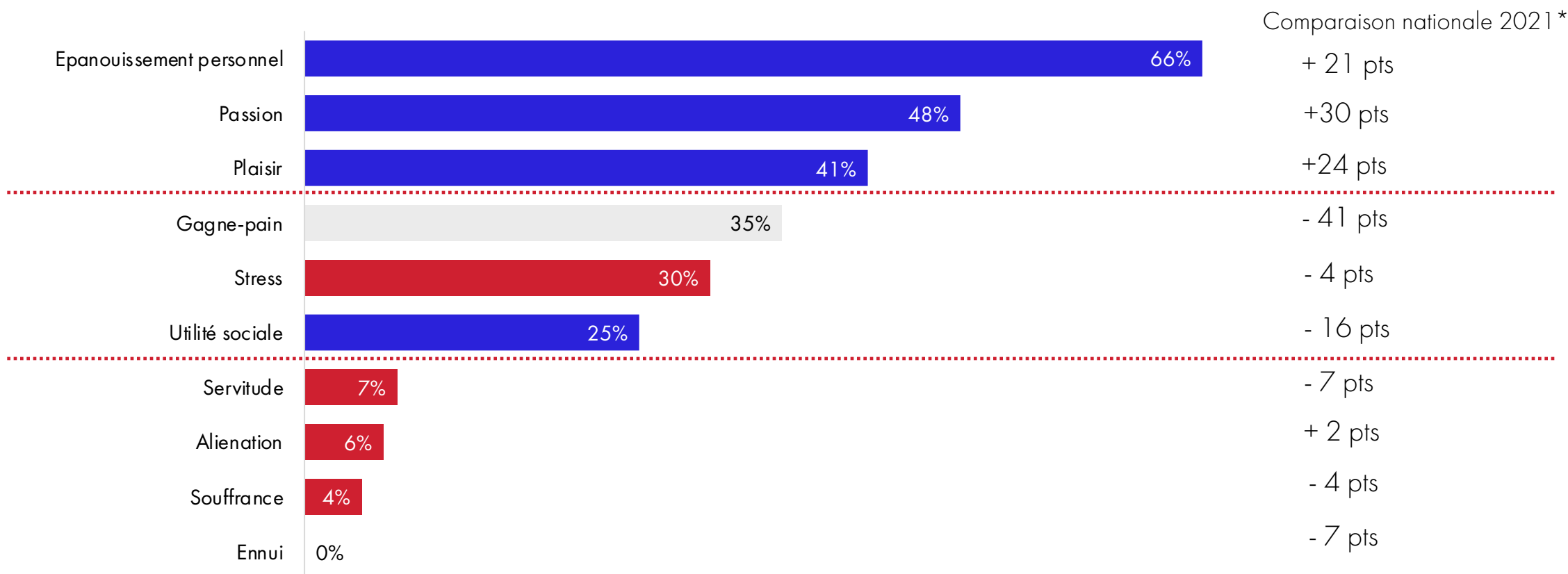
Pourquoi ce métier ?



Un rapport très singulier au travail

Parmi les propositions suivantes, quels sont les mots et expressions qu'évoquent pour vous le plus le mot « travail » ?

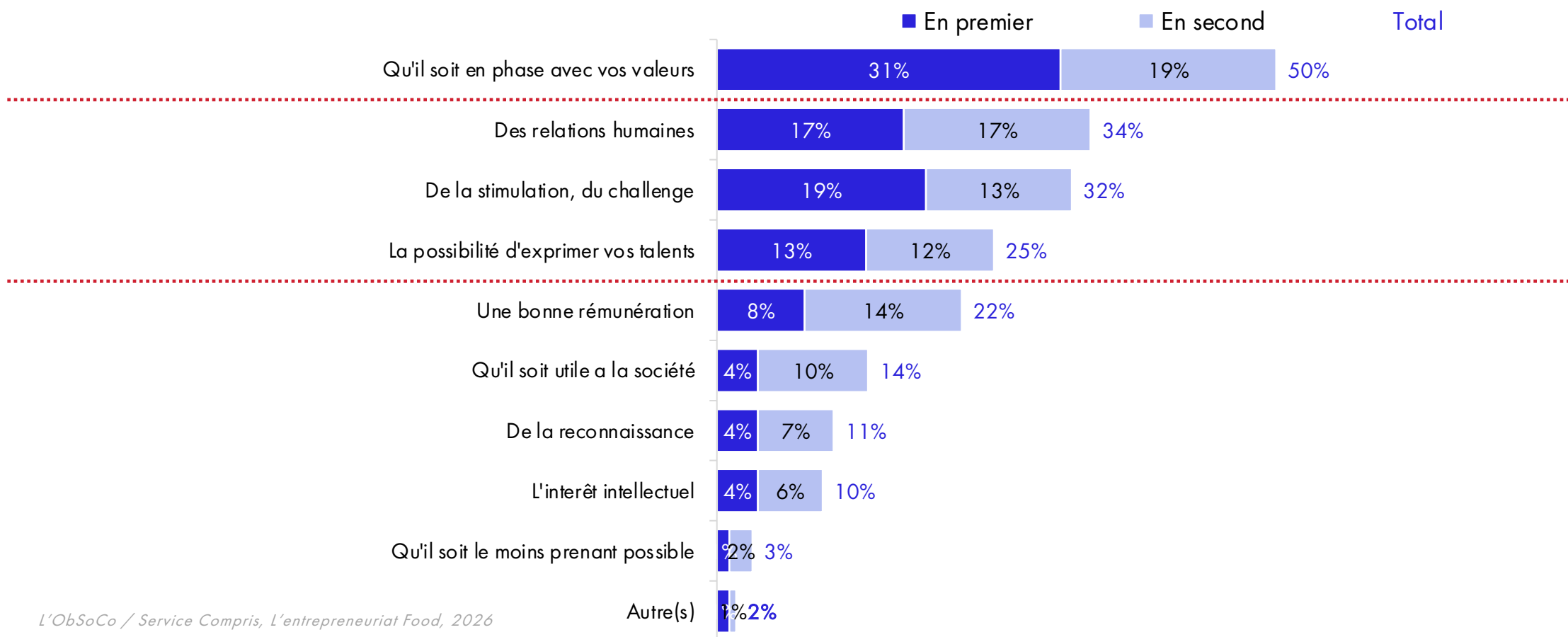
Base totale, N = 191 – 3 réponses maximum



Des attentes fortes : valeurs, relations humaines et défi

Qu'attendez-vous avant tout du travail ?

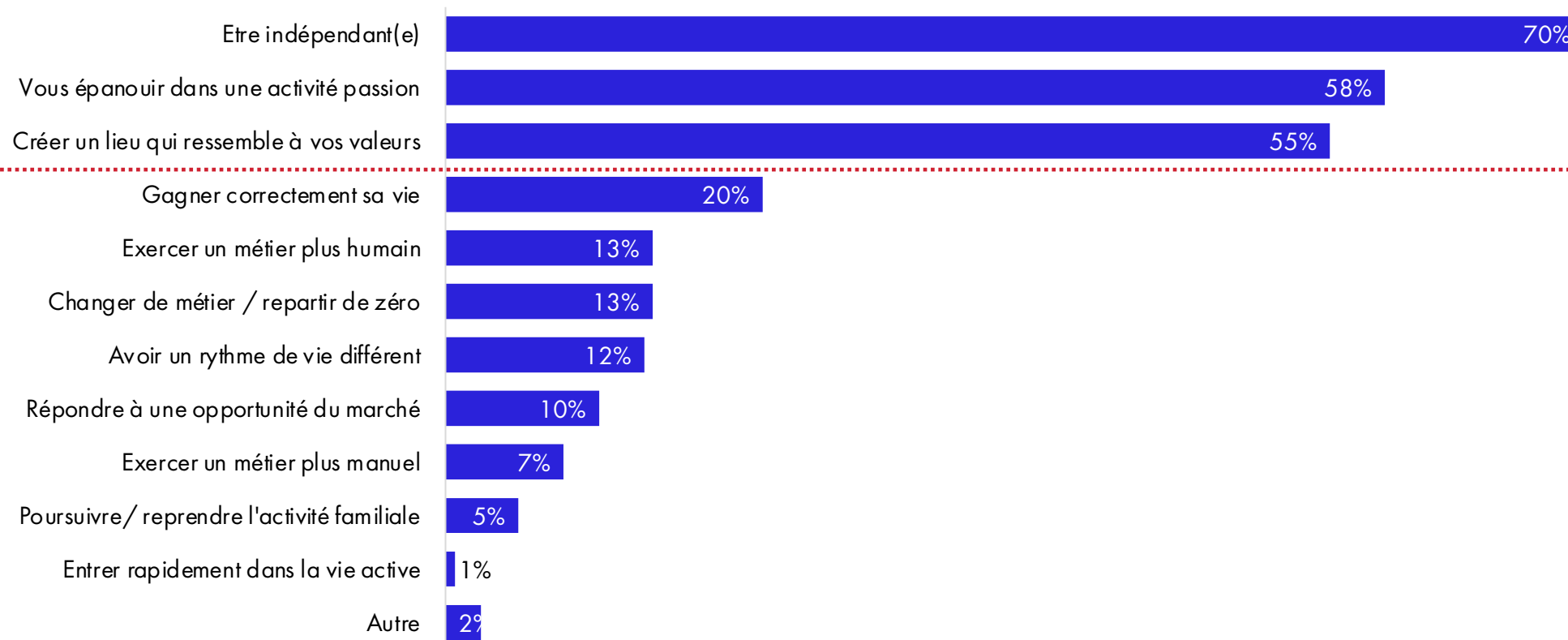
Base totale, N = 191



Se lancer pour incarner / concrétiser tout cela

Parmi les raisons suivantes, vos ambitions principales pour ouvrir votre/vos établissement(s) étaient...

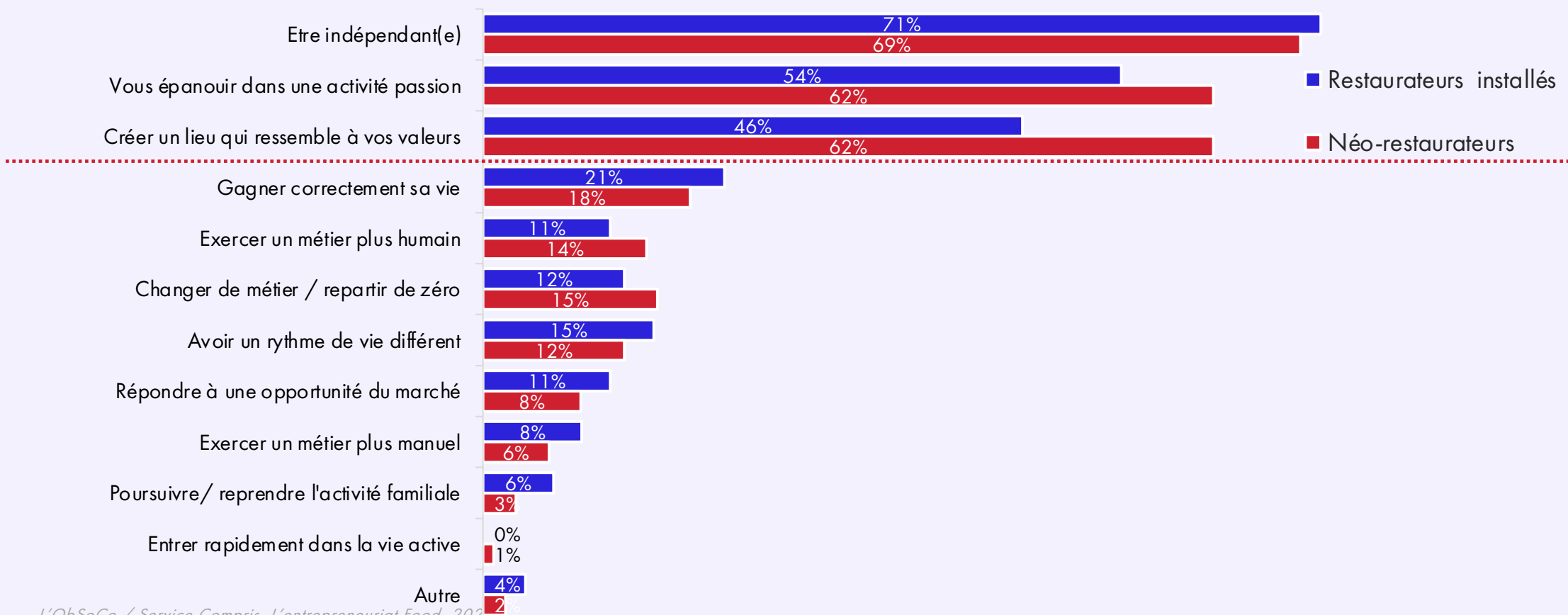
Base totale, N = 191



Une réalisation personnelle plus importante encore pour les néos

Parmi les raisons suivantes, vos ambitions principales pour ouvrir votre/vos établissement(s) étaient...

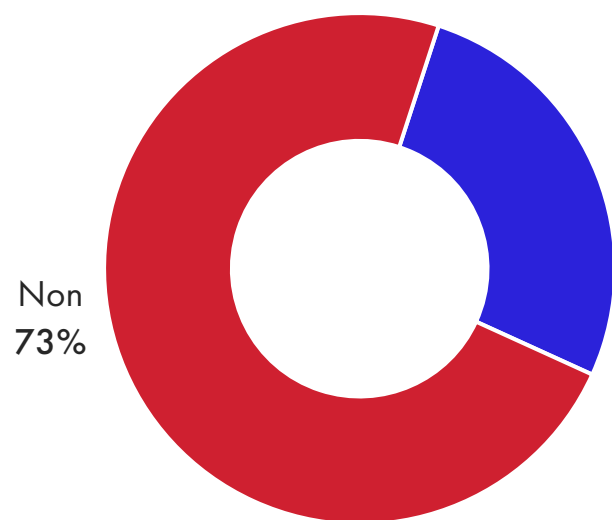
Base néo restaurateurs, N = 108 – base restaurateurs installés, N = 83



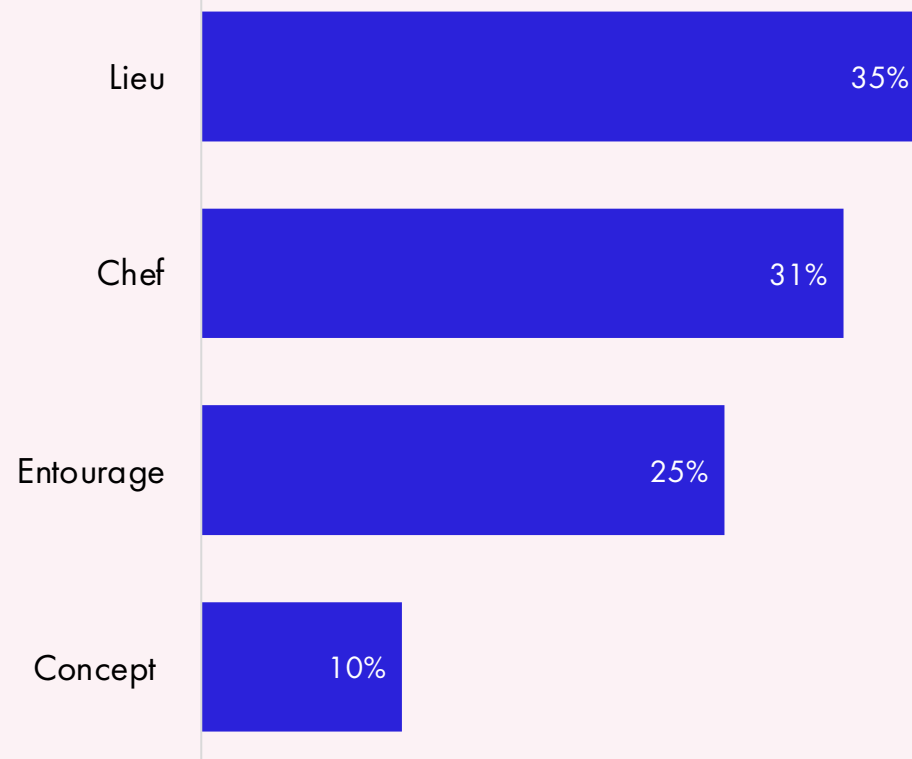
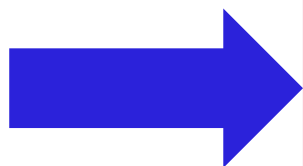
Un projet personnel avant tout

Y a-t-il un lieu, un chef, un modèle qui vous a inspiré ? Si oui, le(s)quel(s) ?

Base totale, N = 191 – Question ouverte



Oui
27%



Des sources d'inspiration très diverses

Y a-t-il un lieu, un chef, un modèle qui vous a inspiré ? Si oui, le(s)quel(s) ?

Base ceux qui ont été inspirés par un chef, un lieu, un modèle, N = 52

Chefs cités

Nina Métayer Victor Mercier
Sarah Mainguy
Pascal Aussat
Auguste Escoffier
Caroline Receveur
Jean-Michel Banwært
Bocuse Glenn Viel
Etchebest
Brasier P. Rigottier
Ducassee Lignac
Yotam Ottolenghi

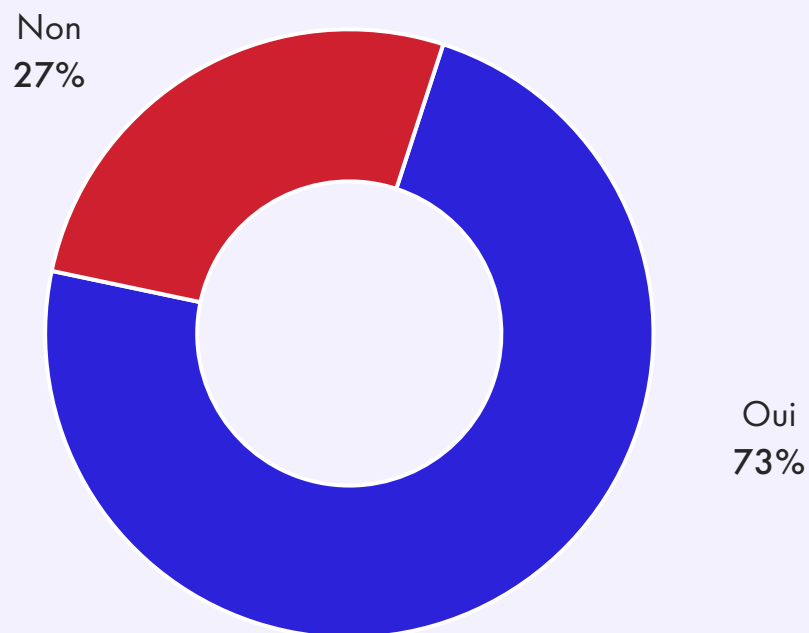
Lieux cités

Un brin de folie Groupe KERB
Le Gab brasserie
Australian Ice Cream
Salon de thé l'Enchanté
La Felicità La Wilderie
La maison du Parc de la Branne
Groupe mama shelter
Wolf Maison Zhang La fabrik
Simone lemon
Benoit Castel
Utopia Masstacos Micro-brasserie HUB
La pan Auberge de la rivière
Groupe Street Food BIGMAMMA Muro
La maison du fromage

Parmi les néos : la food comme reconversion professionnelle

Aviez-vous une expérience professionnelle dans un autre secteur avant d'ouvrir votre établissement ?

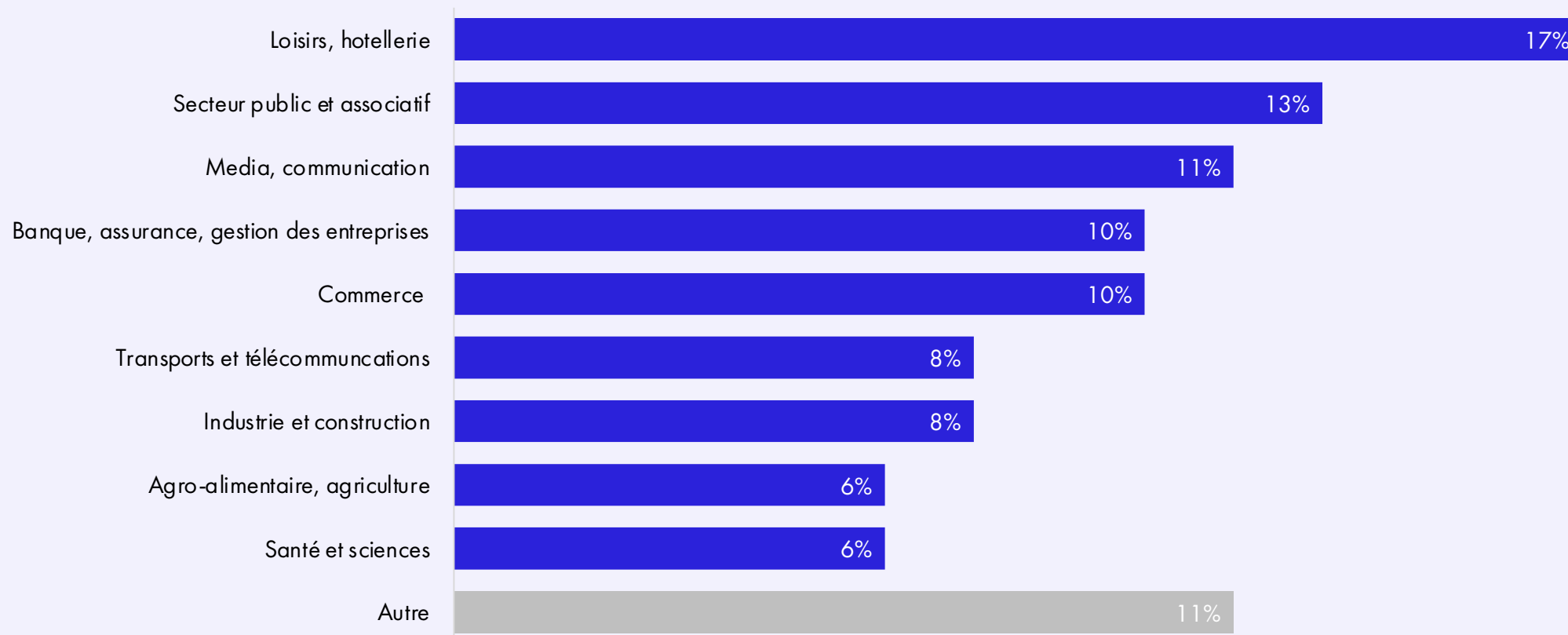
Base néo-restaurateurs (ayant créé leur établissement en 2022 ou après), N = 108



Des parcours éclectiques

Dans quel secteur d'activité exerciez-vous avant d'ouvrir votre établissement ?

Base néo-restaurateurs ayant fait une reconversion, N = 79



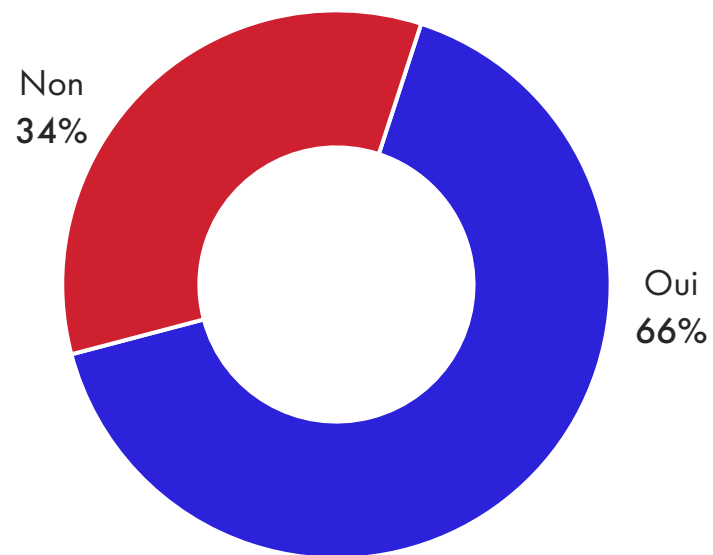
Quel modèle économique ?



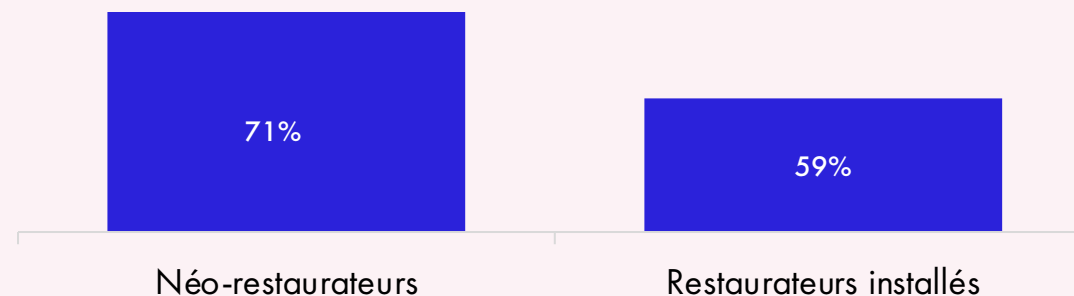
Des sources de revenus multiples, les néos montrent la voie

Votre activité combine-t-elle plusieurs sources de revenus (vente à emporter, ateliers, produits dérivés, abonnements, etc.) ?

Base totale, N = 191



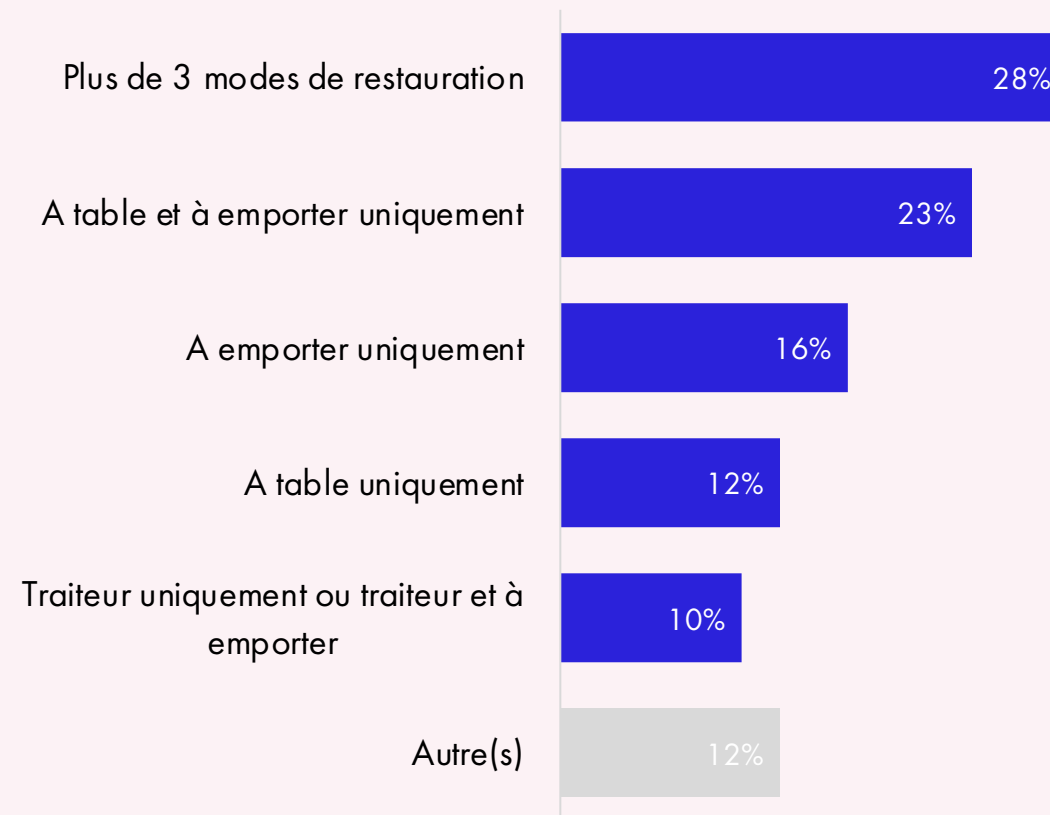
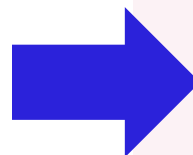
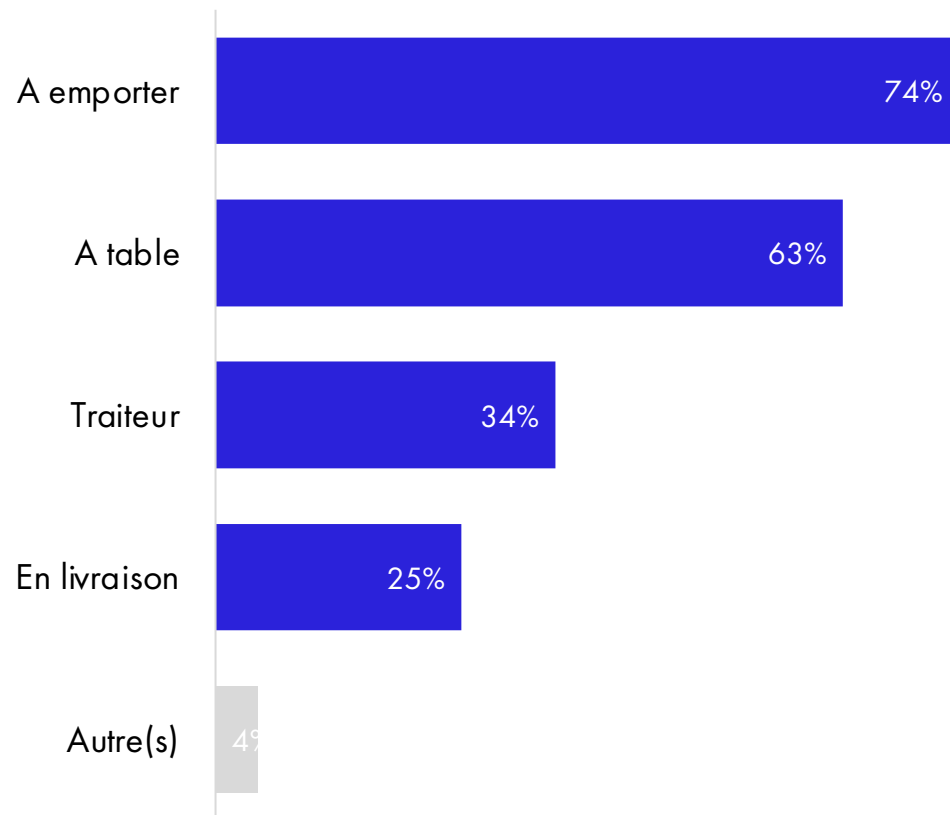
% oui selon l'ancienneté professionnelle



Vente à emporter + table : le modèle hybride s'impose

Quel(s) est/sont le(s) mode(s) de restauration proposé(s) par votre/vos établissement(s) ?

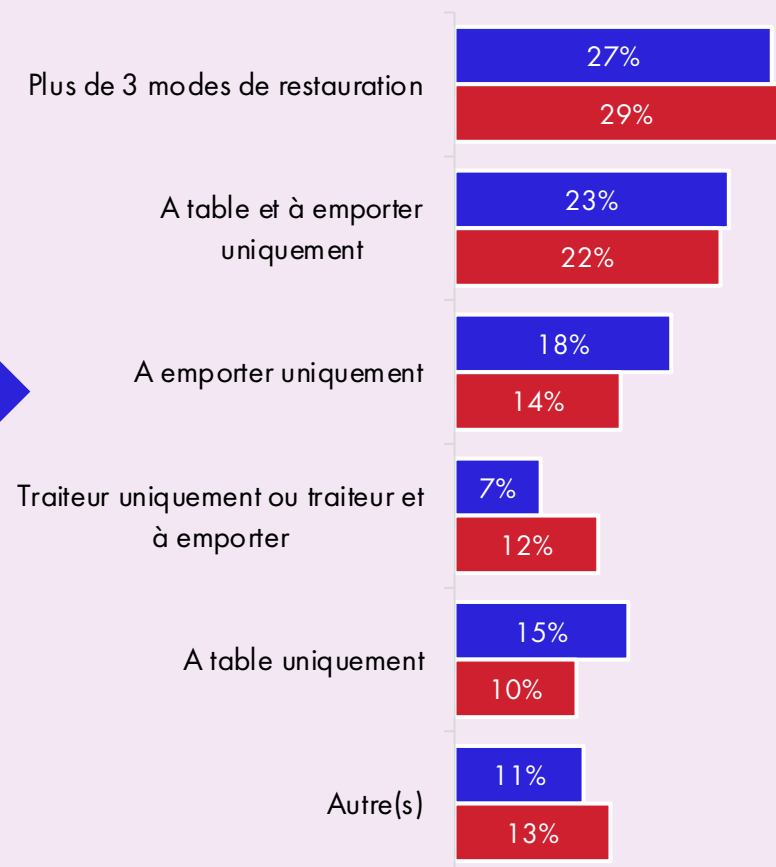
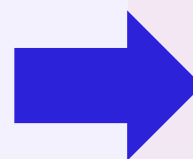
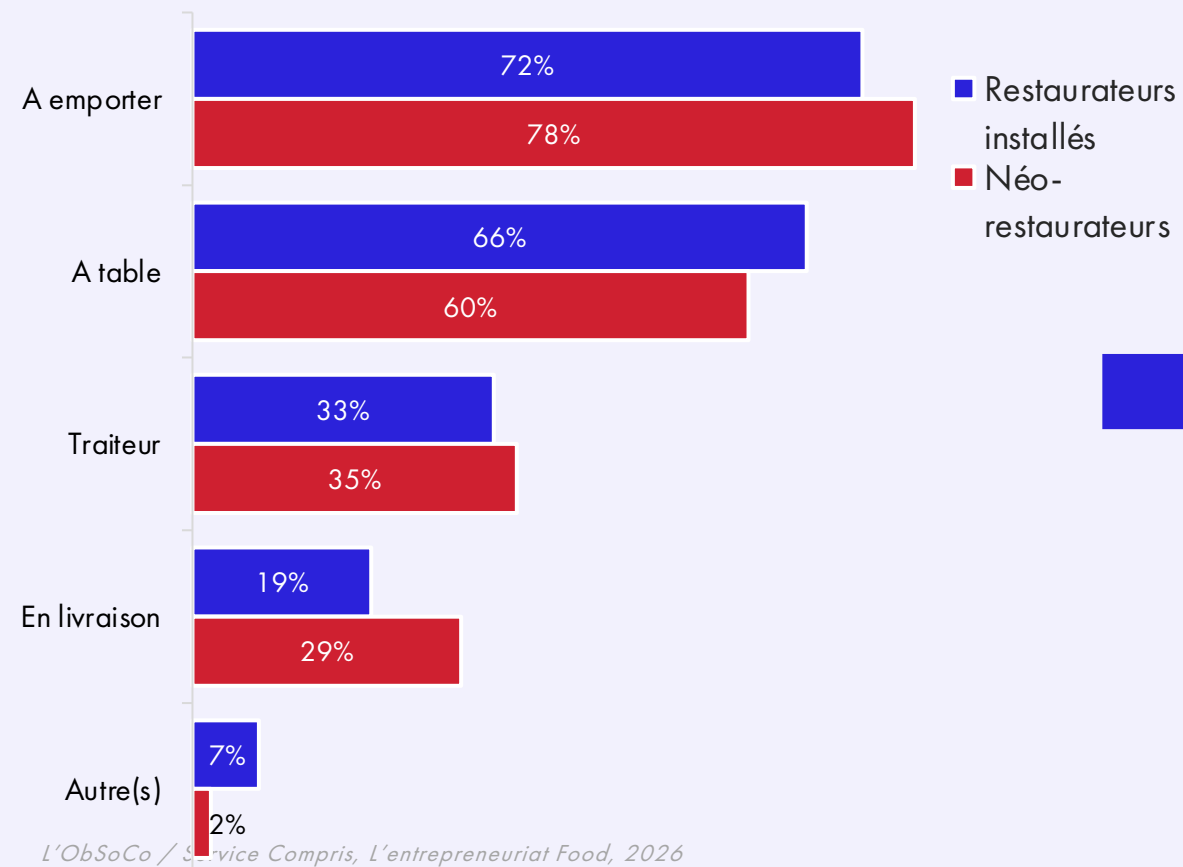
Base totale, N = 191



Les néos : un modèle économique plus hybride, moins centré sur la table et davantage tourné vers la livraison

Quel(s) est/sont le(s) mode(s) de restauration proposé(s) par votre/vos établissement(s) ?

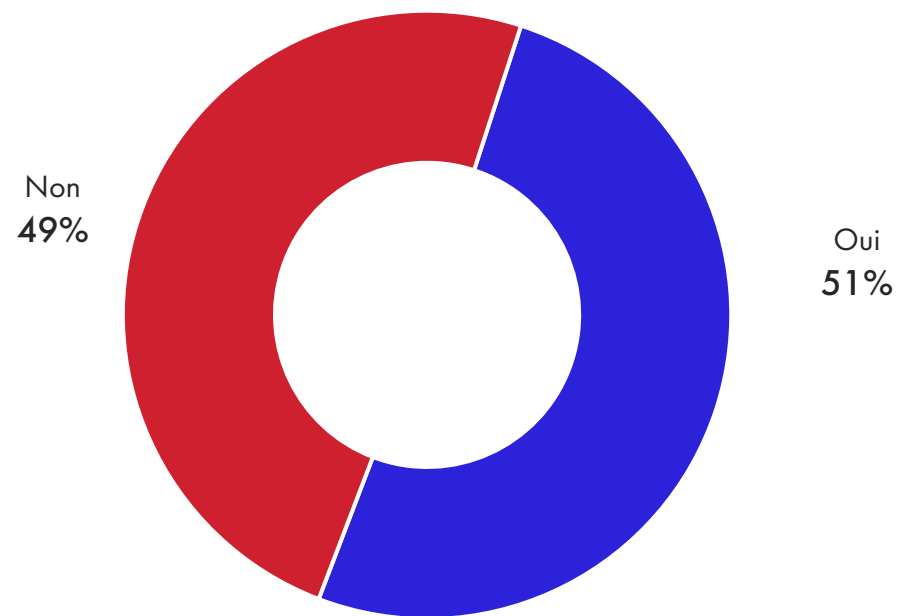
Base totale, N = 191



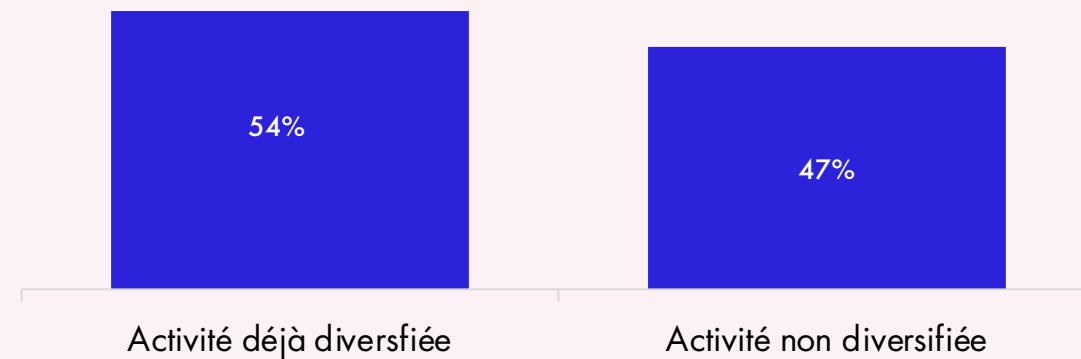
1 restaurateur sur 2 prêt à se diversifier / poursuivre sa diversification

Envisagez-vous de vous diversifier ou de vous développer dans les 12 prochains mois (vente à emporter, événementiel, ateliers, produits dérivés, abonnements, etc.) ?

Base totale, N = 191



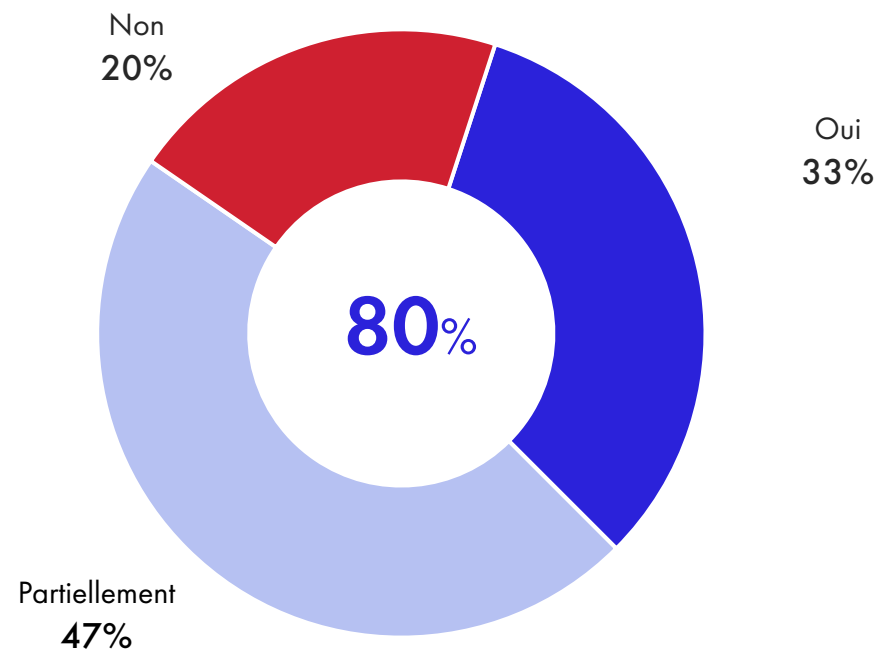
% oui selon la diversification actuelle de l'activité



L'écoresponsabilité moteur du projet pour un tiers des restaurateurs

Diriez-vous que la question environnementale est un moteur de votre projet ?

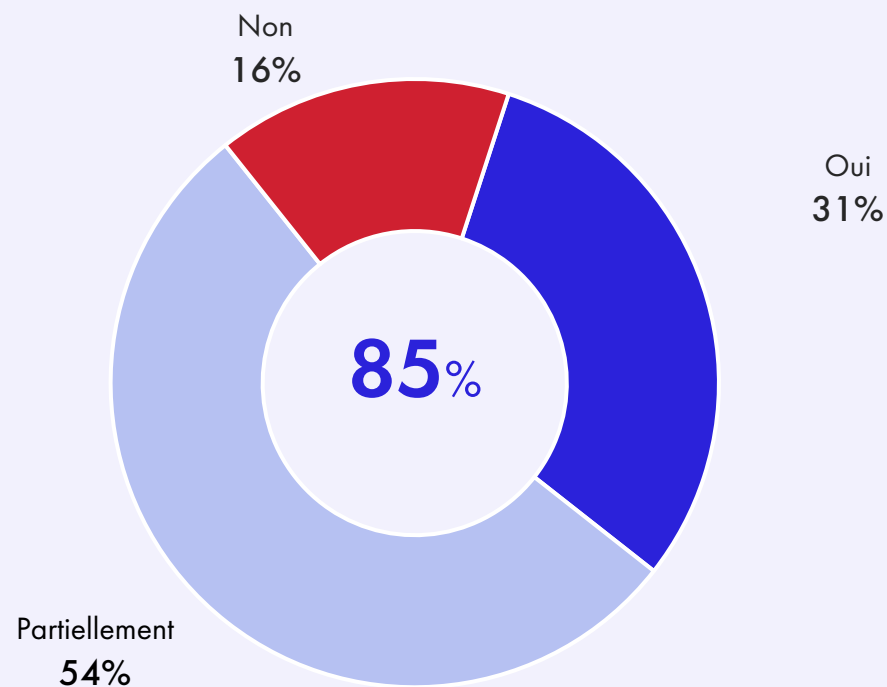
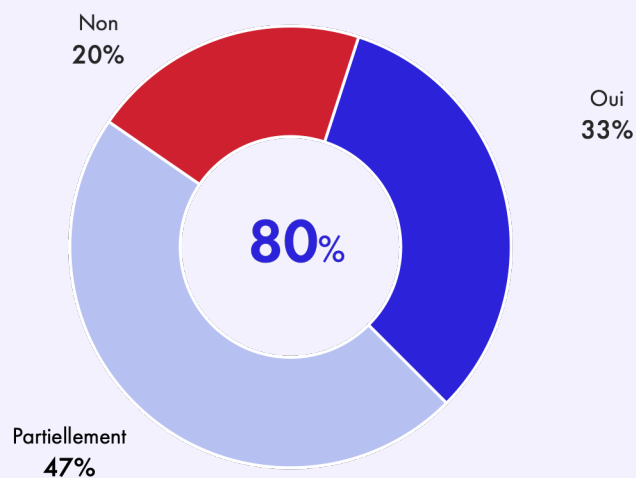
Base totale, N = 191



L'écoresponsabilité légèrement plus présente chez les néos

Diriez-vous que la question environnementale est un moteur de votre projet ?

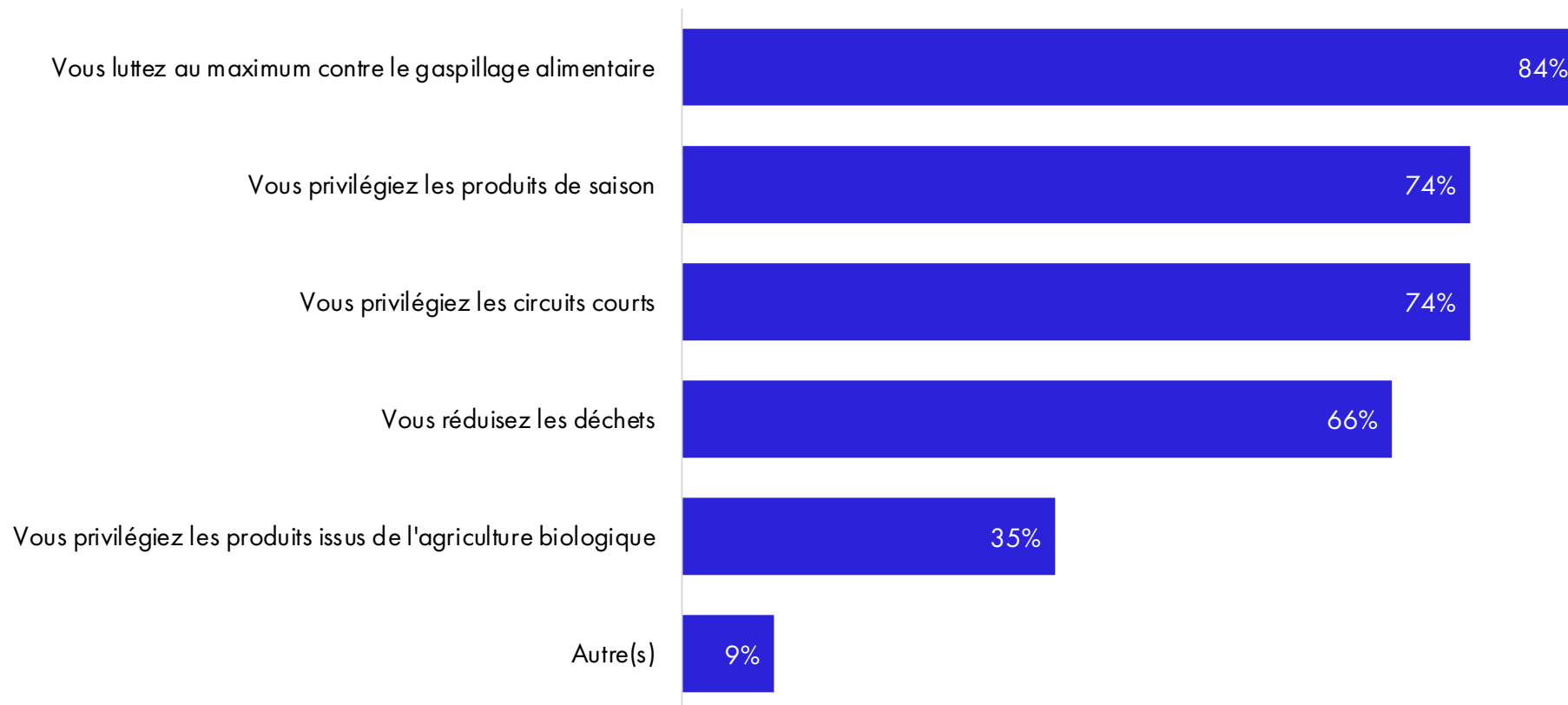
Base néo restaurateurs, N = 108



Anti-gaspi, saisonnalité et circuits-courts

Quelles démarches environnementales avez-vous mises en place ?

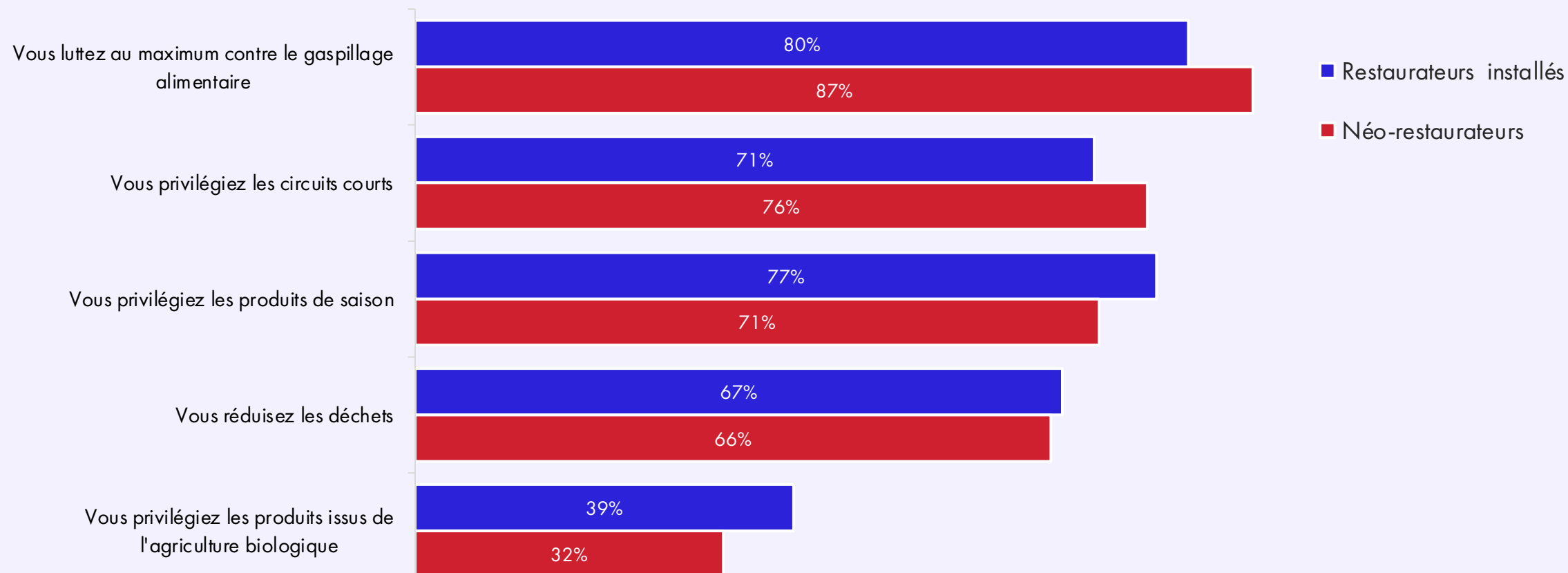
Base ceux qui ont la question environnementale au cœur de leur projet, N = 152



Anti-gaspi, saisonnalité et circuits-courts

Quelles démarches environnementales avez-vous mises en place ?

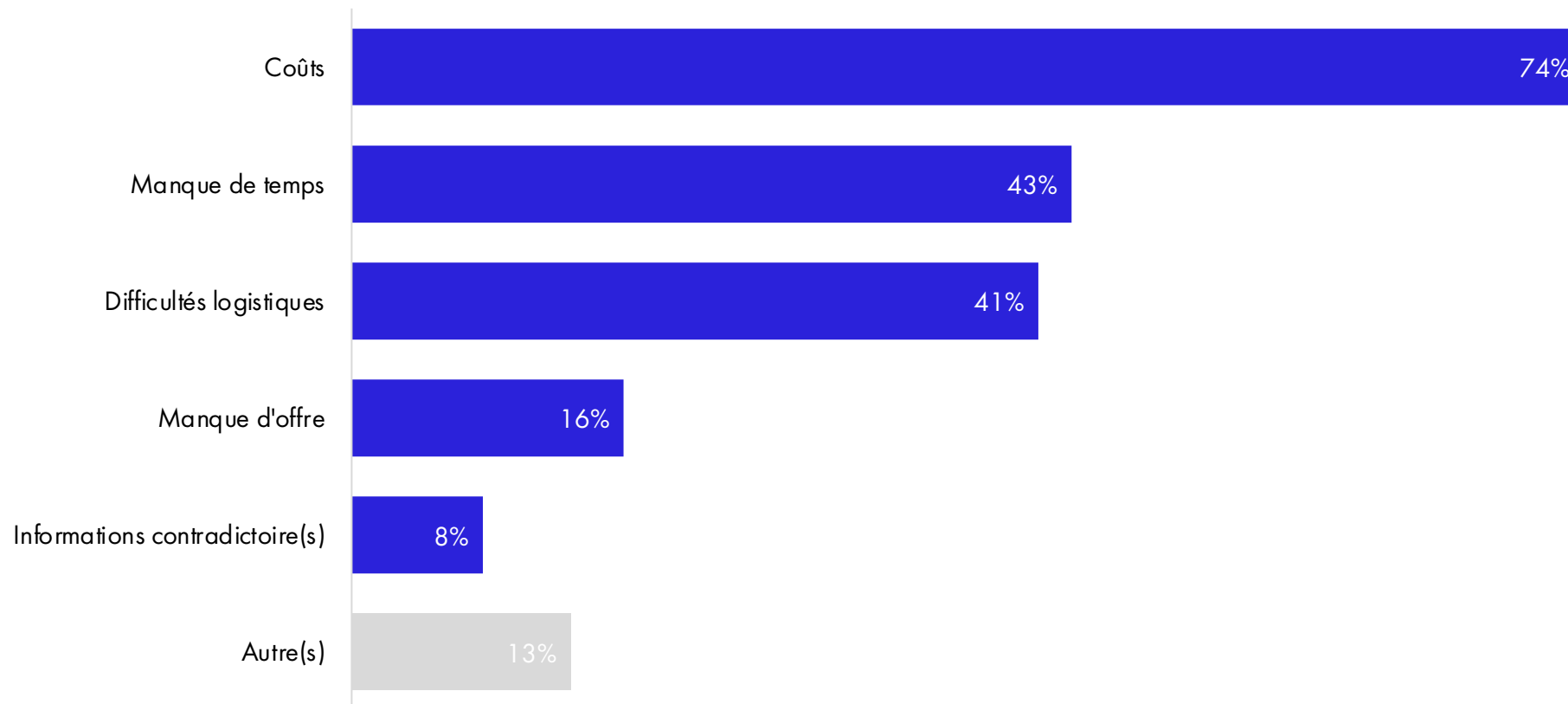
Base restaurateurs qui ont la question environnementale au cœur de leur projet, N néo = 91 N installés = 61



Verdir coûte cher : le frein économique à la transition

Quels freins rencontrez-vous pour aller plus loin ?

Base ceux qui ont la question environnementale au cœur de leur projet, N = 152



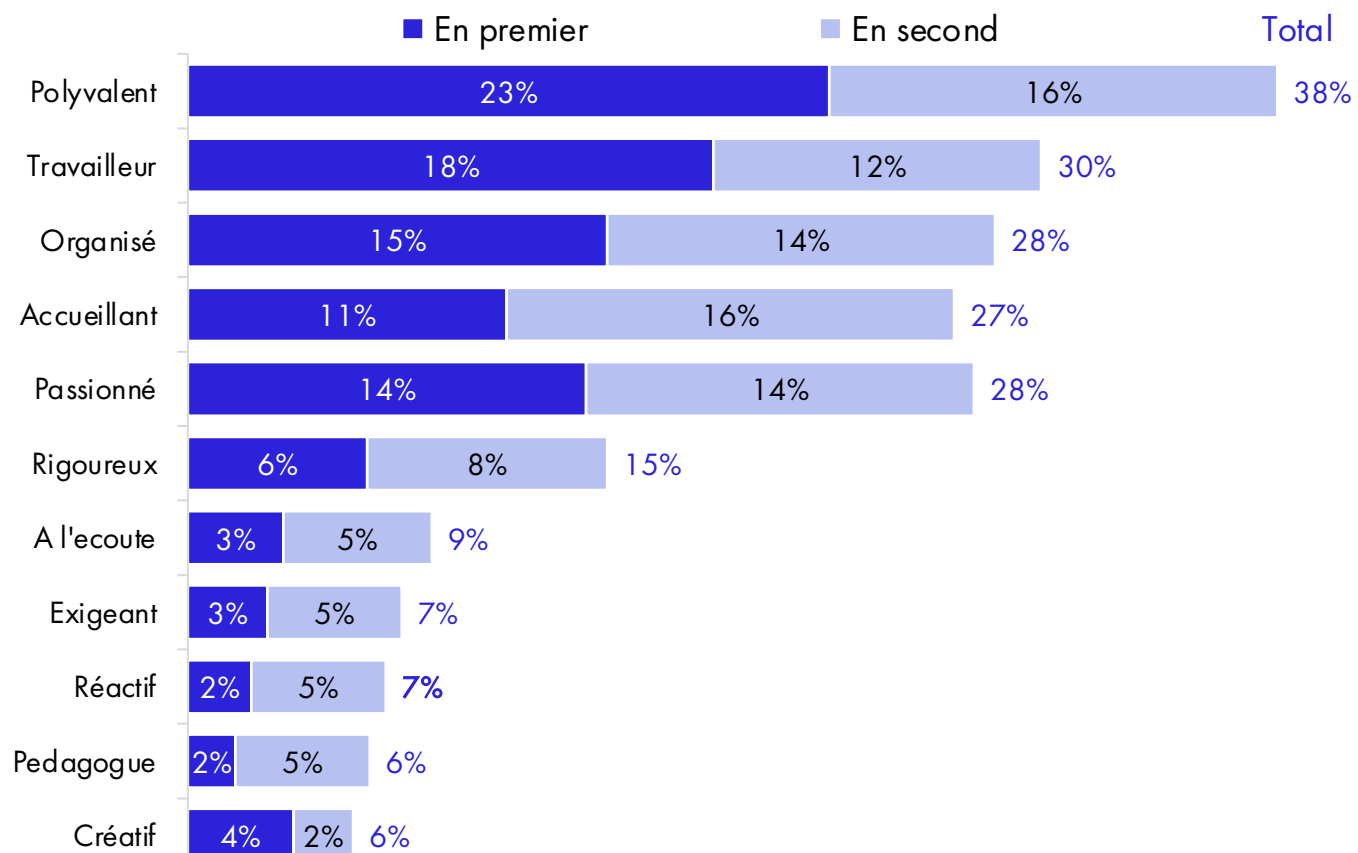
La gestion au quotidien



La nécessité de compétences multiples

Selon vous, quelles sont les qualités principales nécessaires d'un restaurateur-gérant dans un établissement de restauration ou un commerce de bouche ?

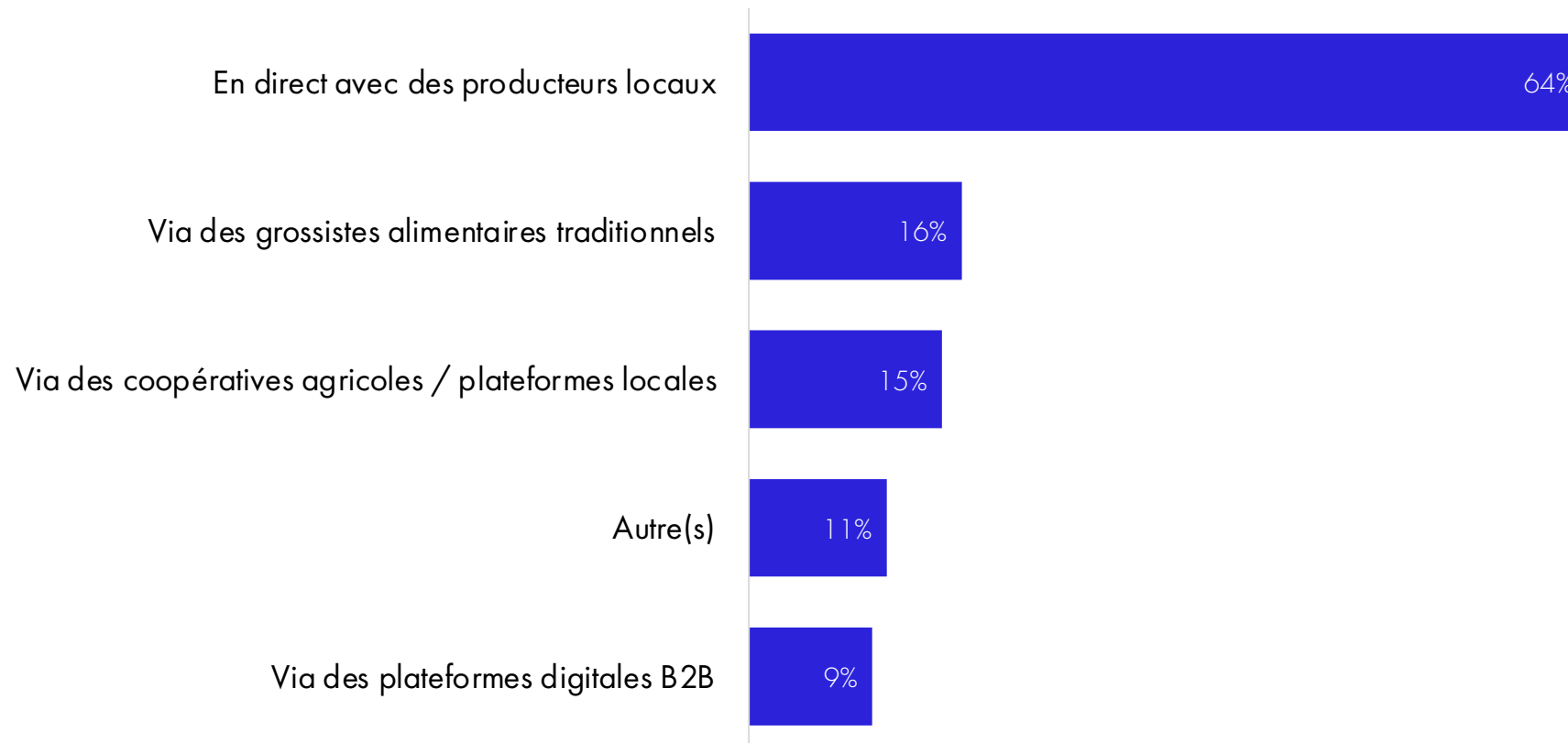
Base totale, N = 191



Un approvisionnement largement direct

Comment aujourd'hui effectuez-vous vos achats de produits alimentaires ?

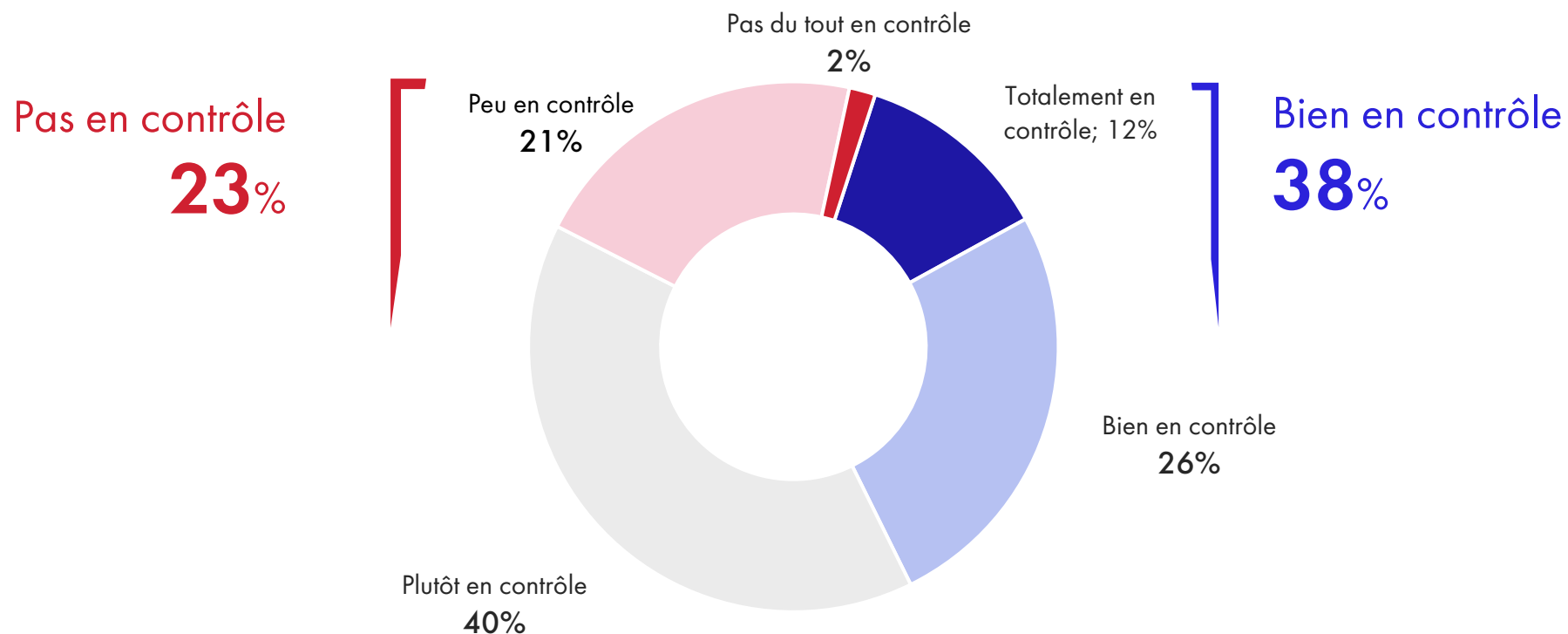
Base totale, N = 191



1 gérant sur 4 navigue à vue financièrement

Dans quelle mesure estimez-vous être en contrôle de vos indicateurs financiers (marge, coûts, trésorerie, rentabilité) au quotidien ?

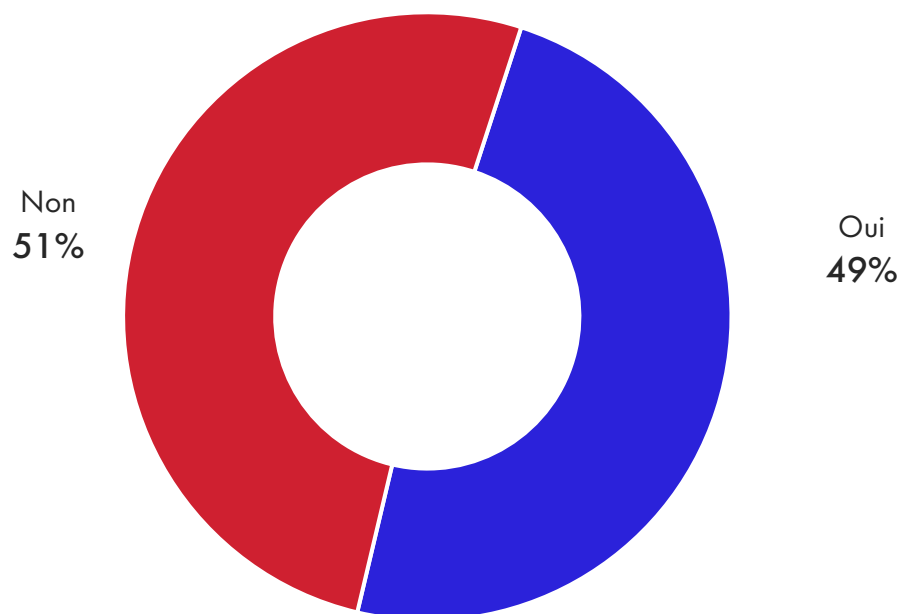
Base totale, N = 191



1 établissement sur 2 recourt aux extras

Avez-vous fait appel à de la main d'oeuvre temporaire (extras, CDD, intérim, etc.) dans les 12 derniers mois ?

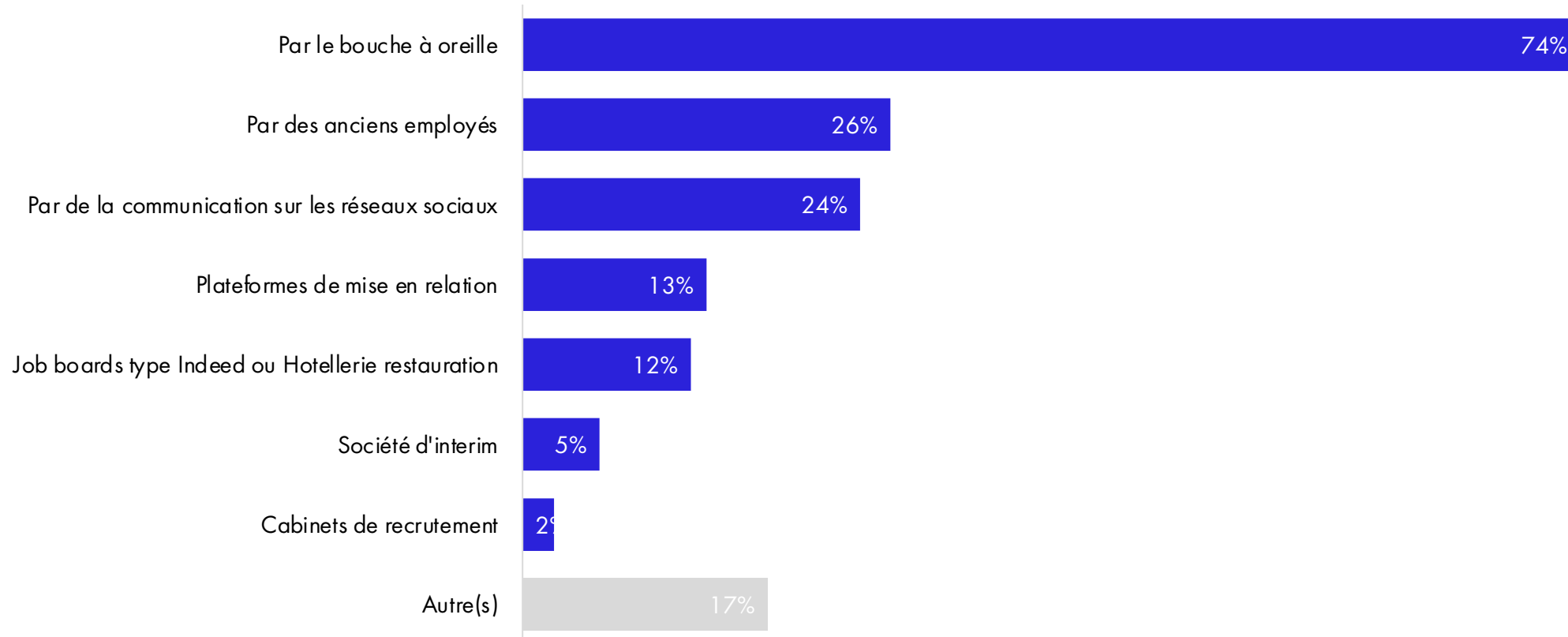
Base totale, N = 191



Recruter par le réseau : l'informel avant tout

Comment recrutez-vous vos extras ?

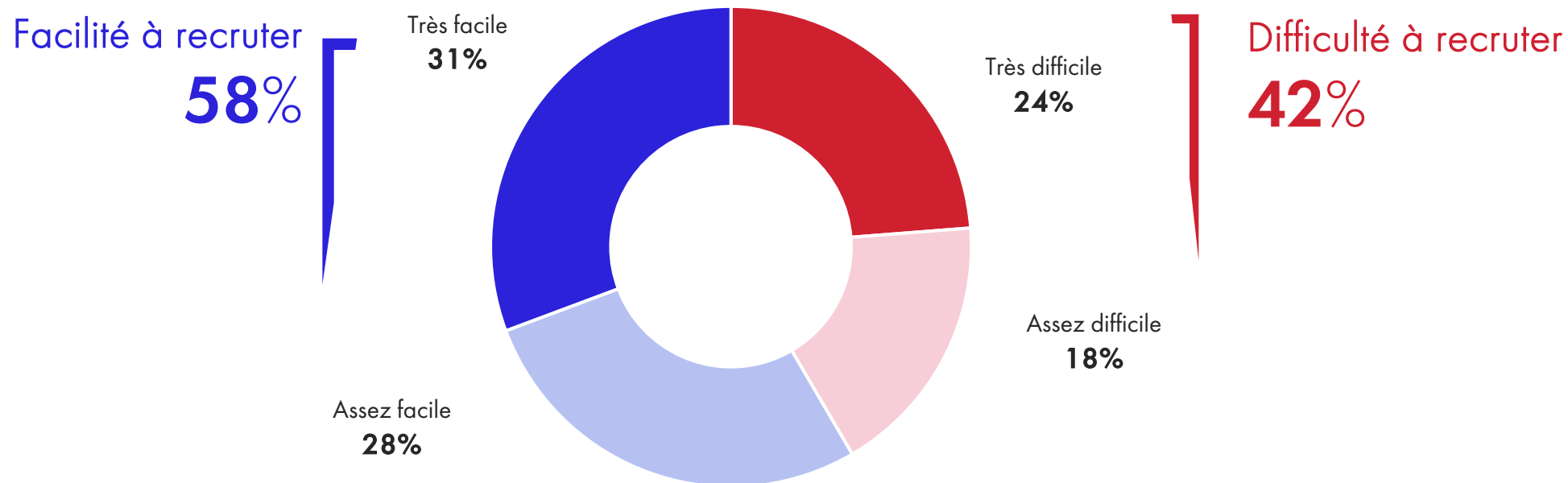
Base ceux qui ont des extras, N= 93



Recrutement : tout le monde n'est pas logé à la même enseigne

A quel point est-il difficile pour vous de recruter vos employés ?

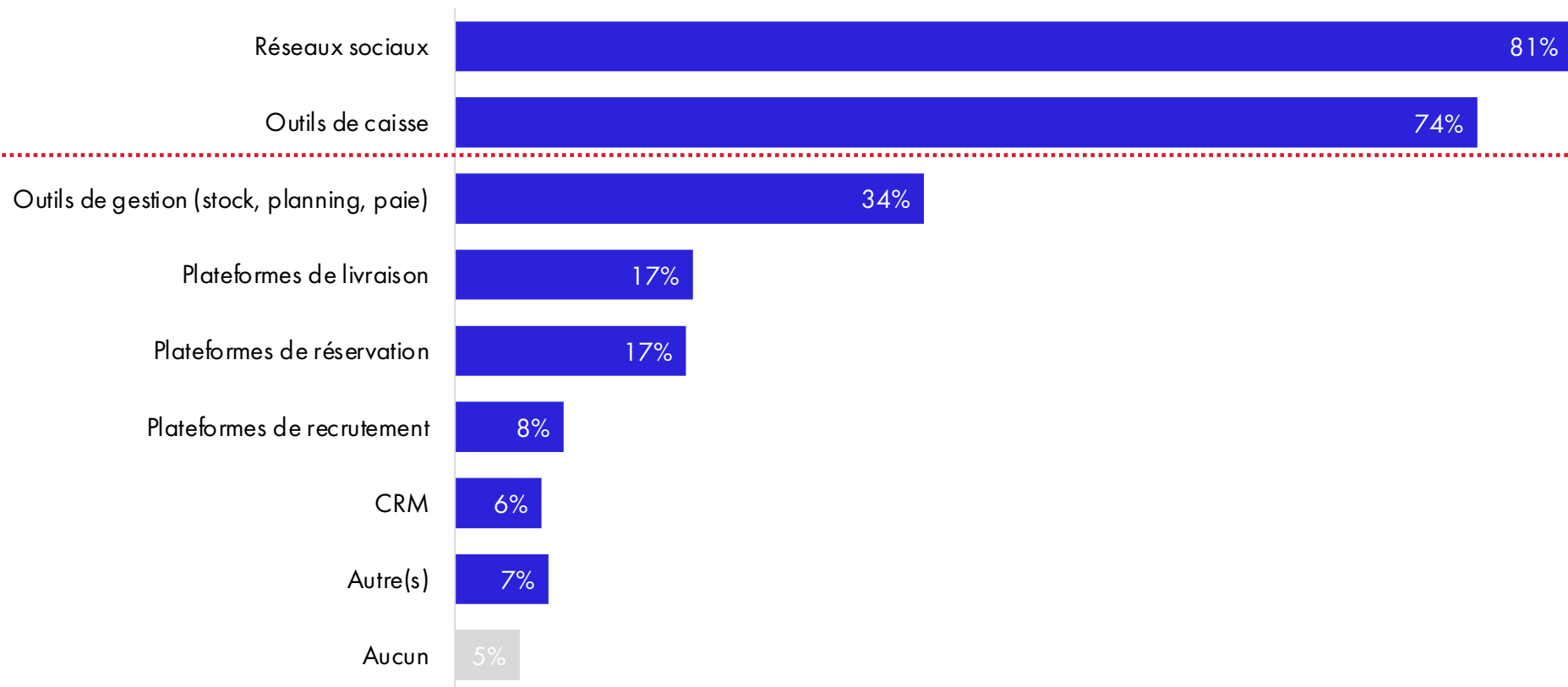
Base totale, N = 191



Réseaux sociaux et caisses : le duo digital de base

Quels outils numériques utilisez-vous pour gérer votre activité ?

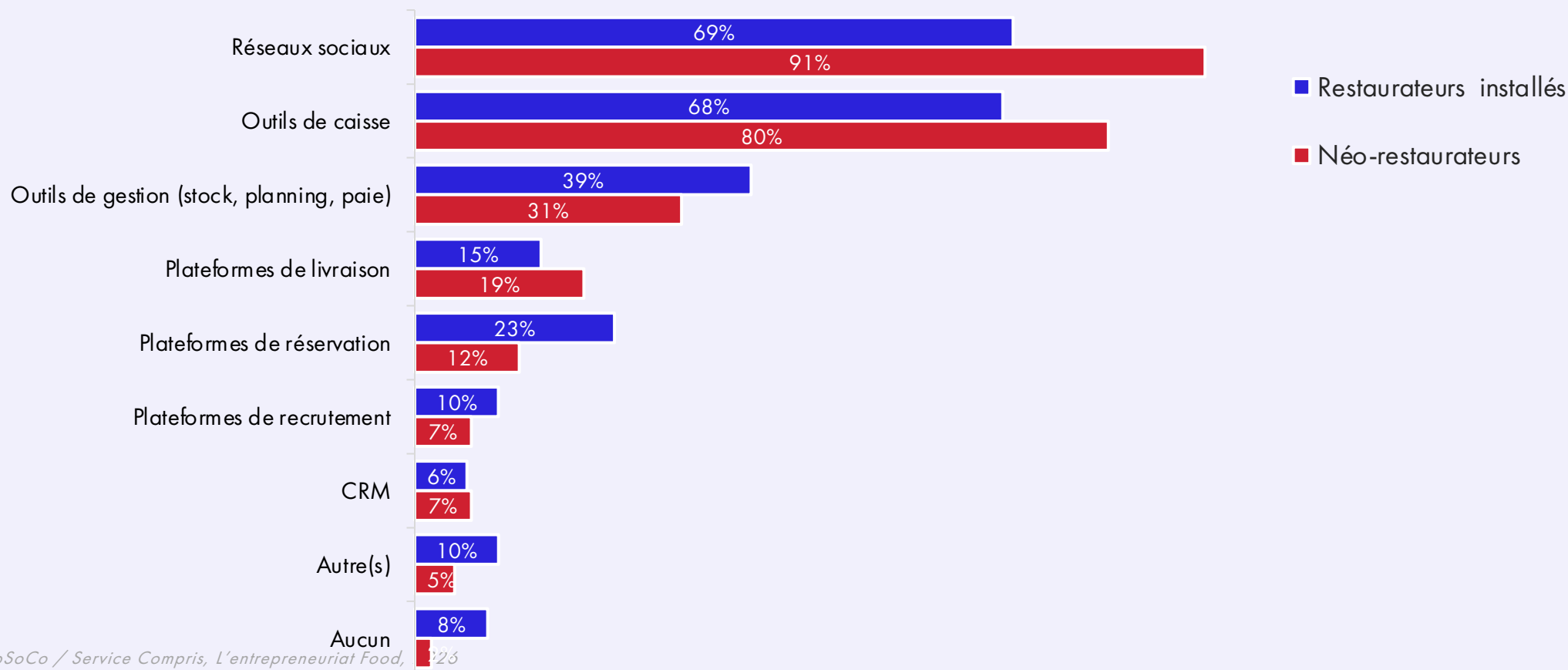
Base totale, N = 191



Des néos bien plus digitalisés

Quels outils numériques utilisez-vous pour gérer votre activité ?

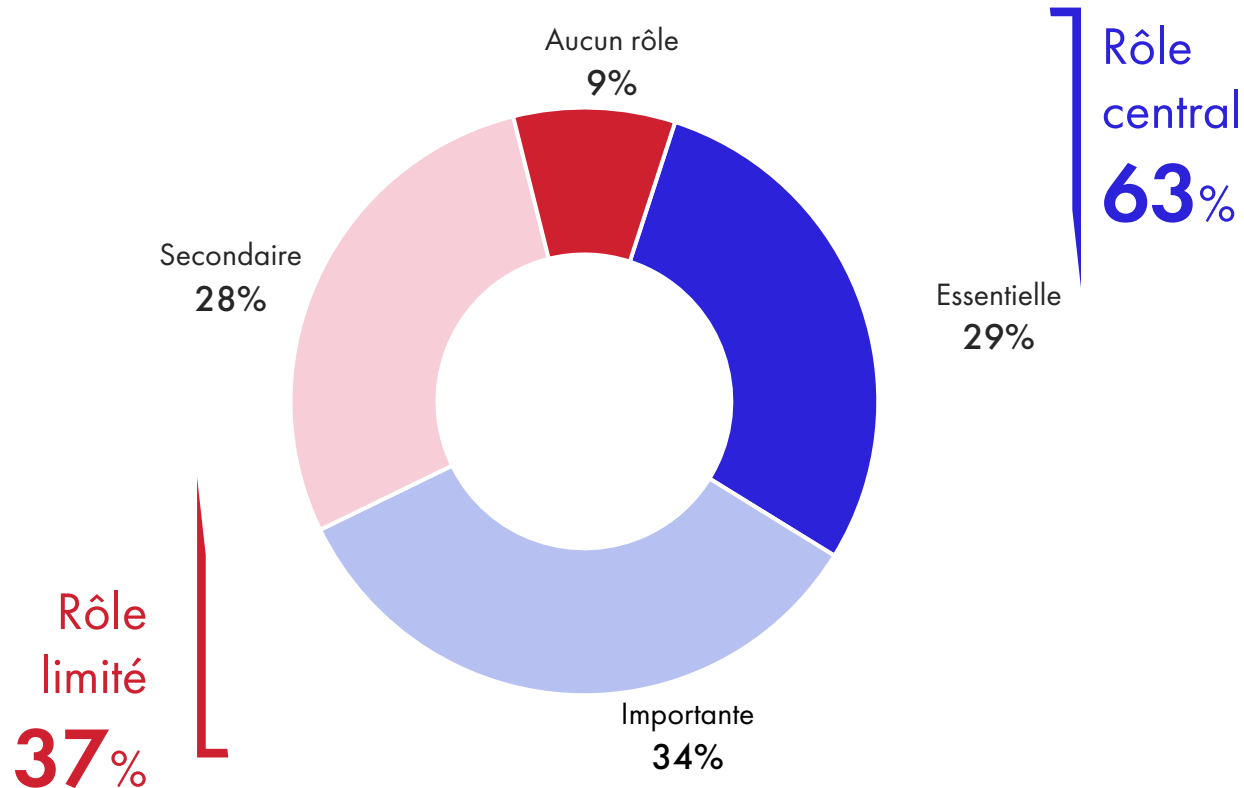
Base totale, N = 191



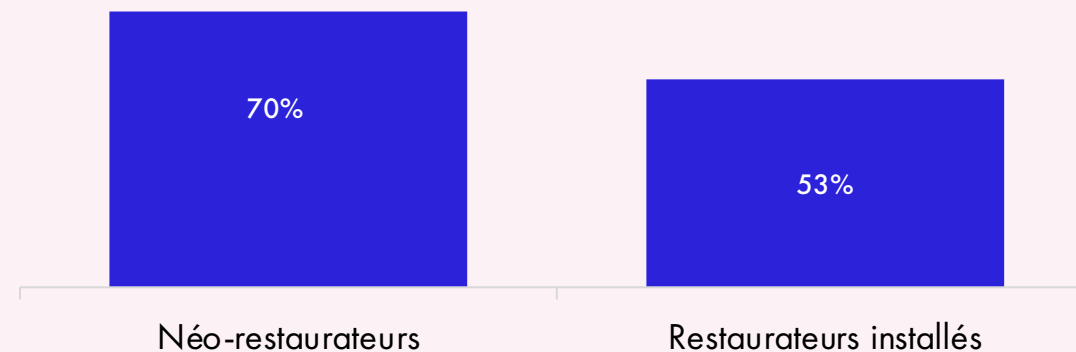
Réseaux sociaux : vitrine incontournable des nouveaux établissements

Quelle est la place des réseaux sociaux (Instagram, TikTok, etc.) dans la visibilité de votre établissement ?

Base totale, N = 191



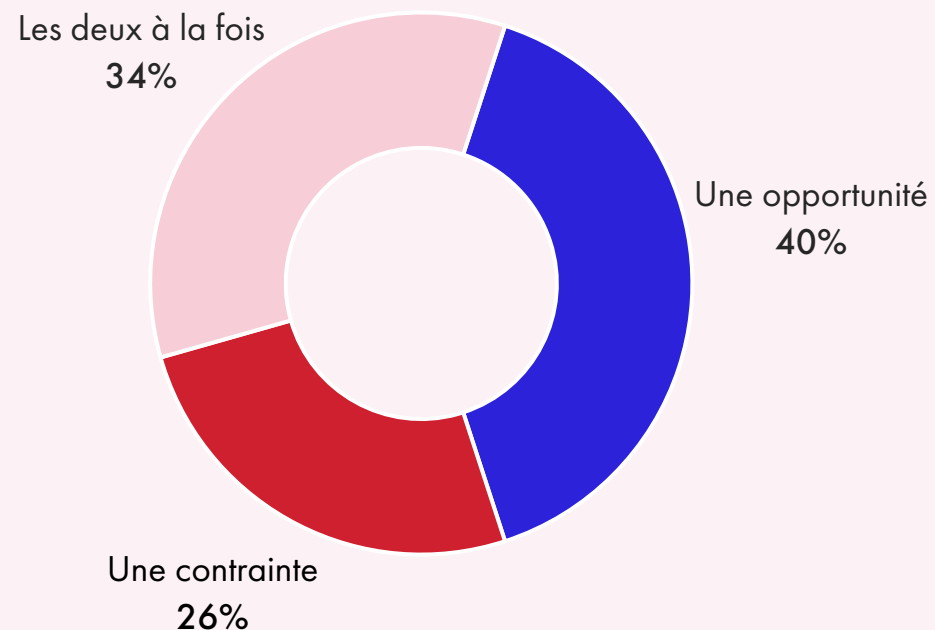
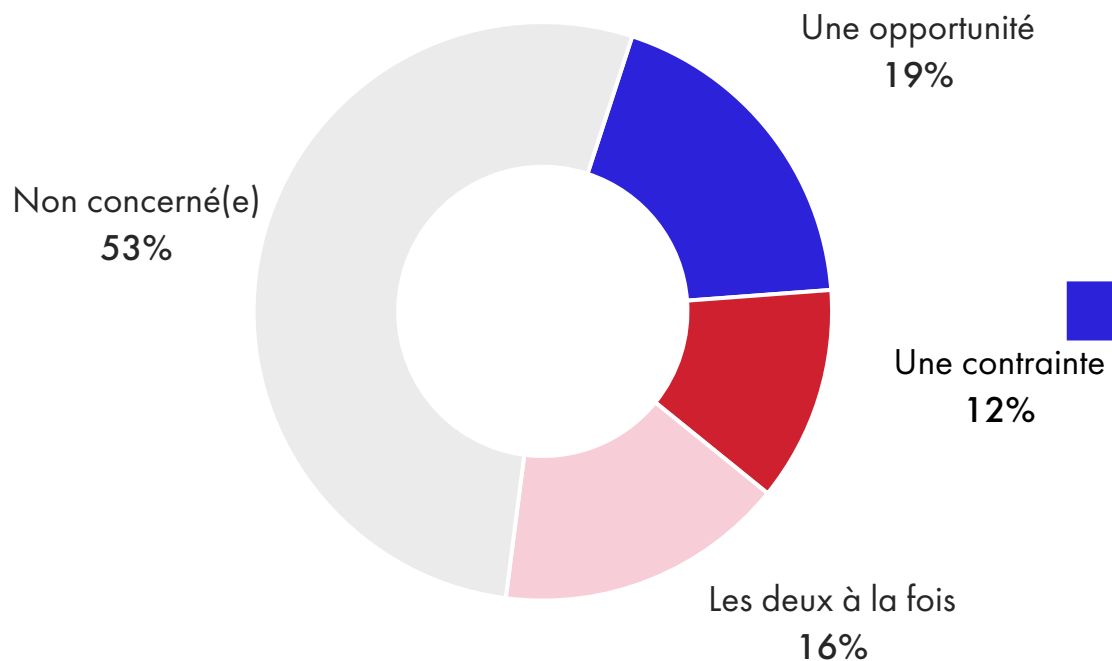
% rôle central selon l'ancienneté professionnelle



L'ambivalente question de la livraison

Pour vous, les plateformes de livraison c'est plutôt...

Base totale, N = 191 et Base concernés par les plateformes de livraison, N = 101



Le vécu du métier



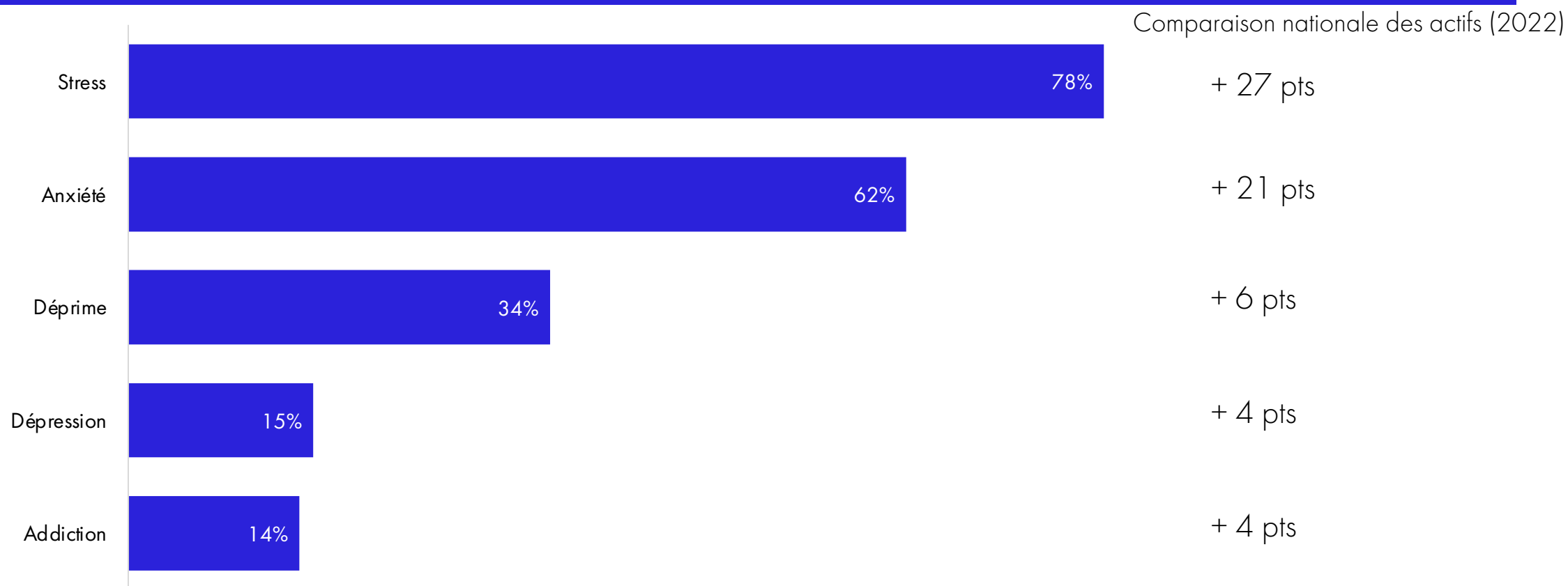
Un métier éprouvant



Beaucoup de stress et d'anxiété

Au cours du dernier mois, avez-vous souffert de...

Base totale, N = 191

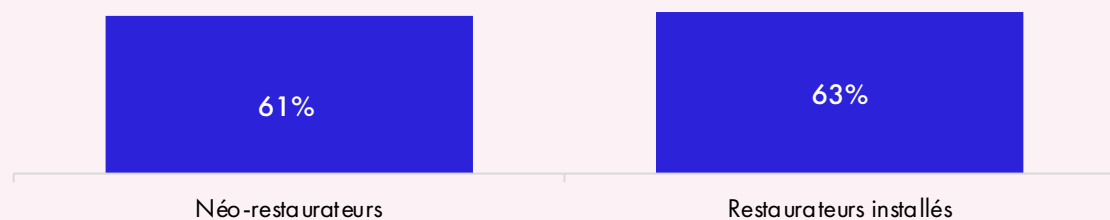


Des maux partagés par les néos comme les anciens

Au cours du dernier mois, avez-vous souffert de...

Base totale, N = 191

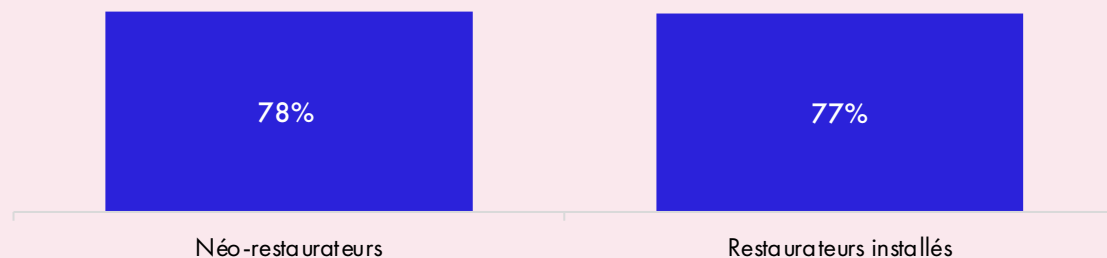
% **anxiété** selon l'ancienneté du professionnel



% **dépression** selon l'ancienneté du professionnel



% **stress** selon l'ancienneté du professionnel



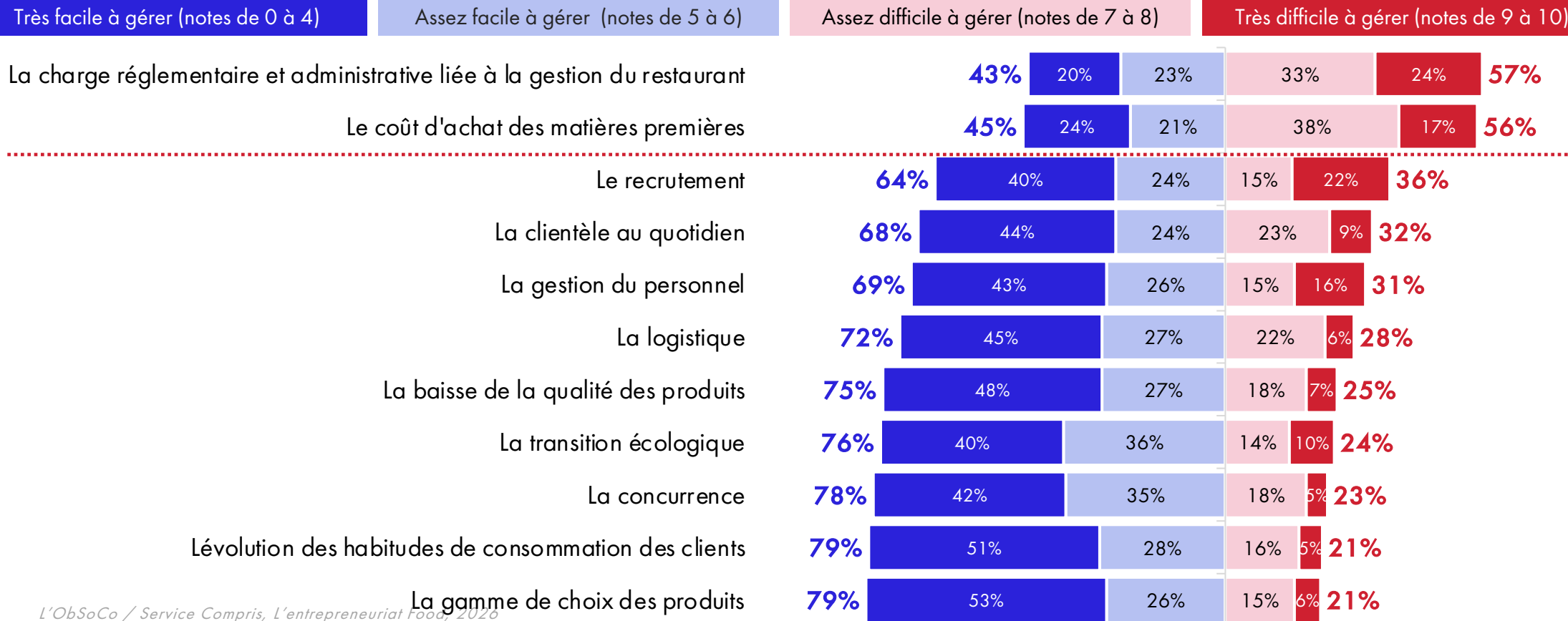
% **addiction** selon l'ancienneté du professionnel



Ce qui pèse le plus : paperasse et coût des matières premières

À quel point est-il difficile pour vous de gérer les éléments suivants dans votre travail au quotidien ?

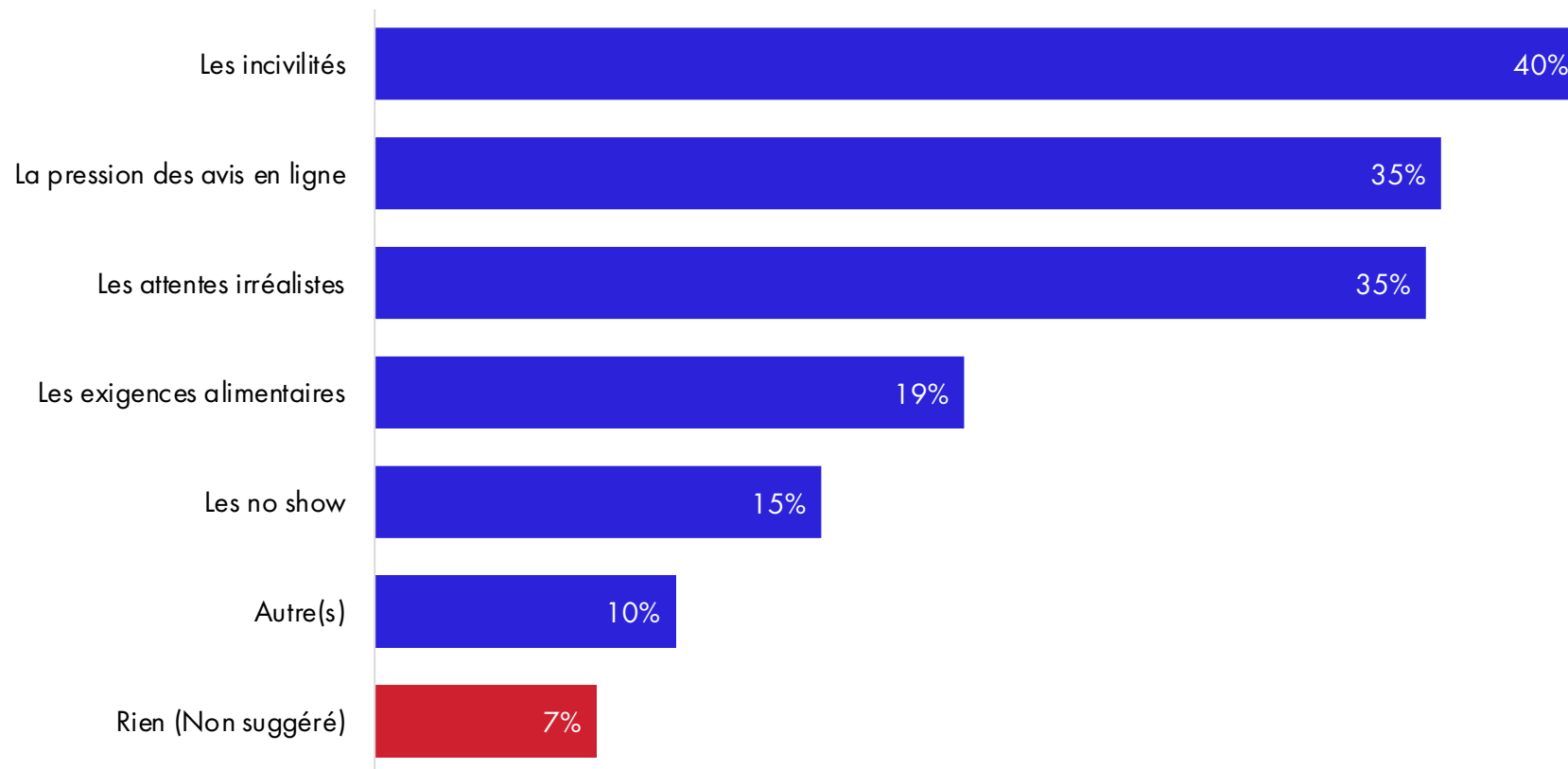
Base totale, N = 191



La relation client pas toujours facile

Qu'est-ce qui vous pèse le plus dans la relation client ?

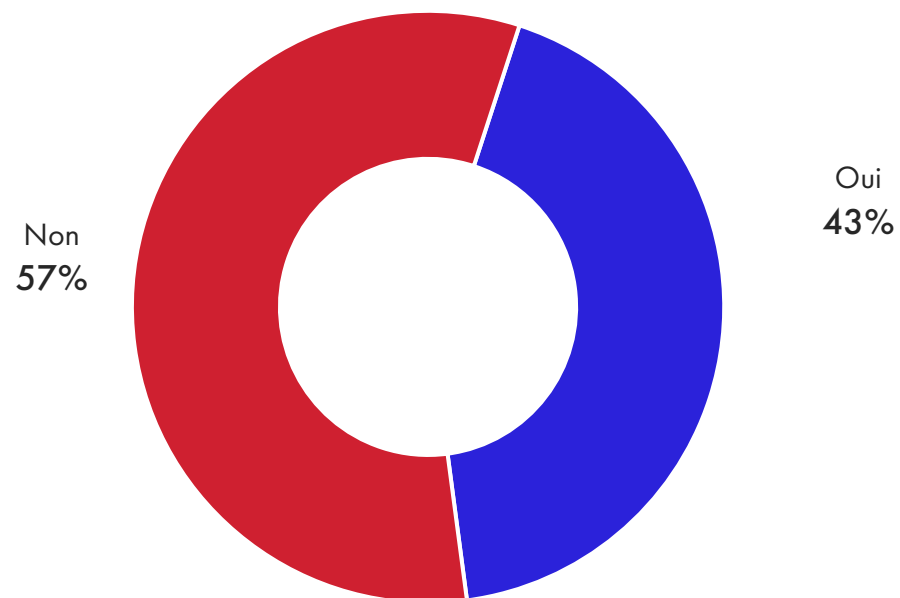
Base totale, N = 191



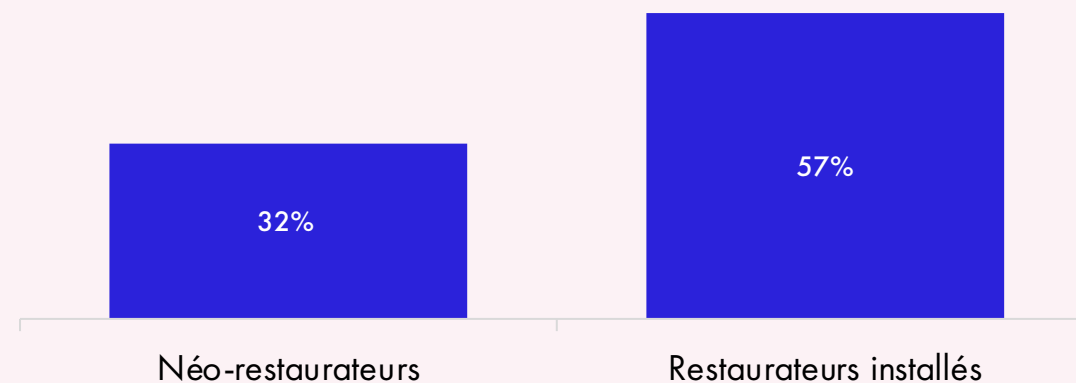
L'usure des restaurateurs installés

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous envisagé d'arrêter votre activité ?

Base totale, N = 191



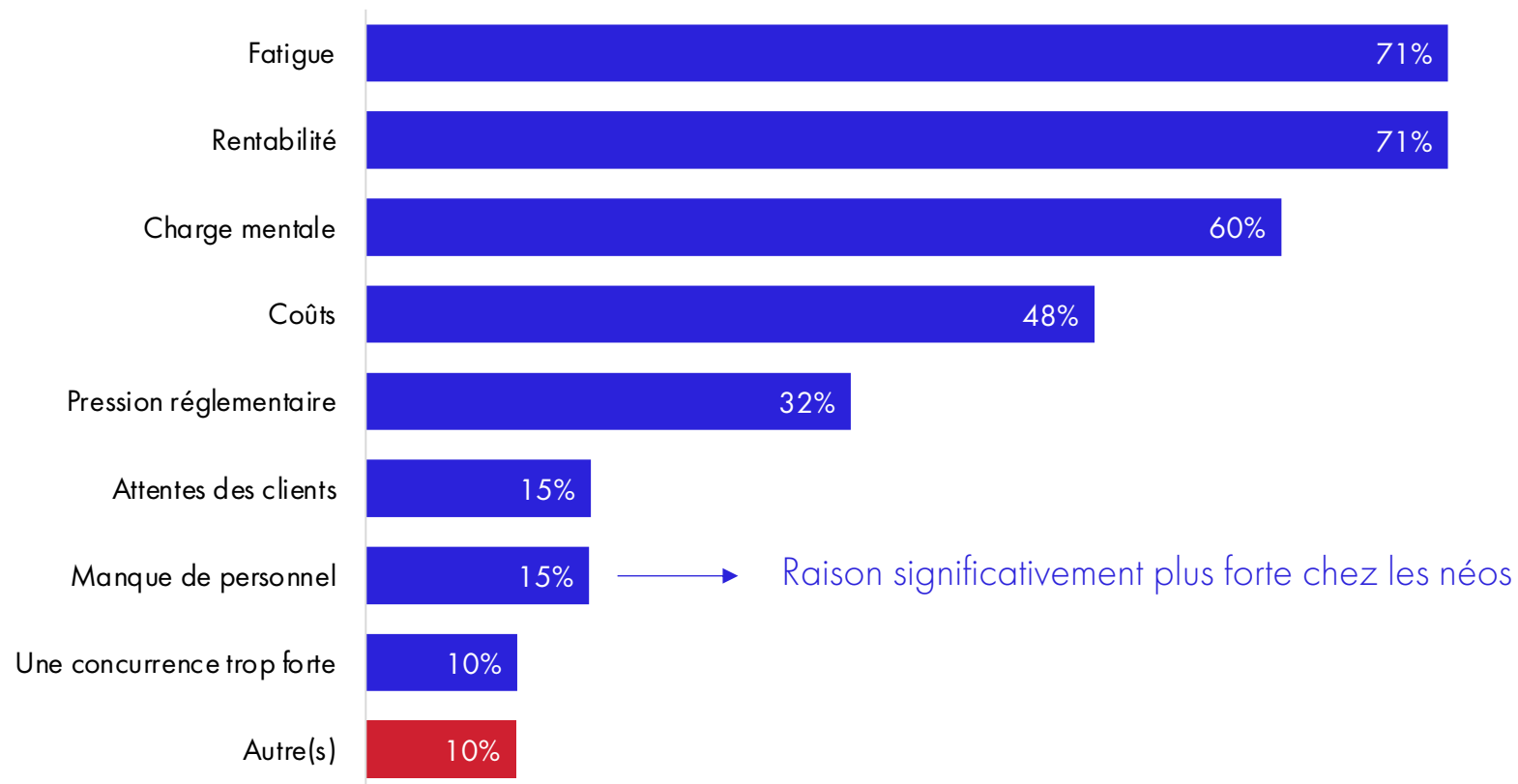
% oui selon l'ancienneté professionnelle



Fatigue et rentabilité : les raisons du découragement

Pour quelles raisons ?

Base ceux qui ont envisagé d'arrêter leur activité, N = 82

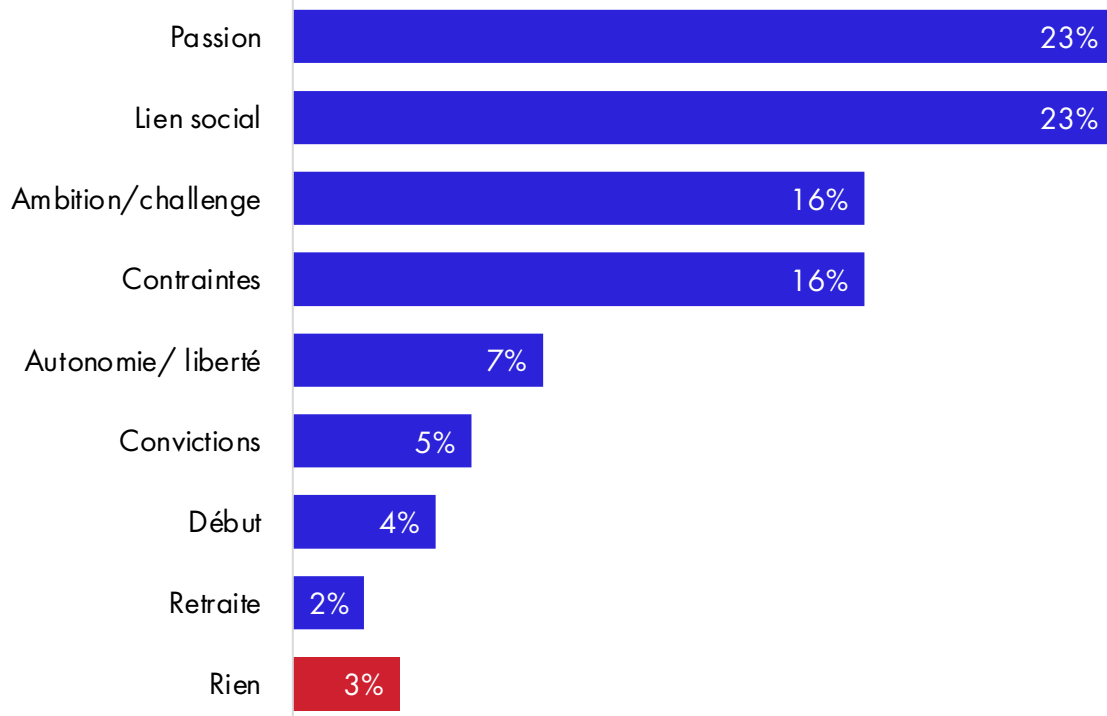


Mais un métier passion



Qu'est-ce qui vous donne envie de continuer ?

Base totale, N = 191 – Question ouverte



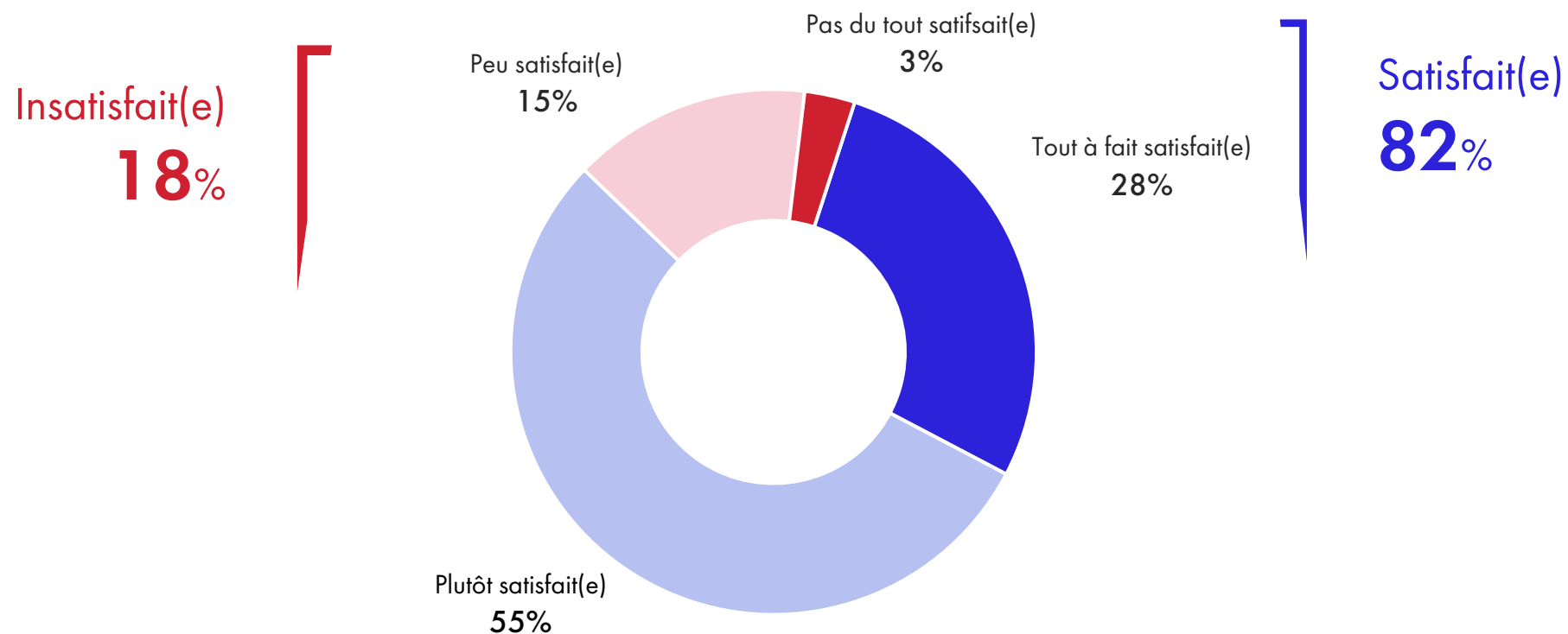
« Le bonheur de cuisiner et de voir le sourire de mes convives. Le lien avec mes producteurs, la fierté de valoriser leurs produits. La liberté d'organiser ma semaine comme je le souhaite. »

« La relation créée avec mes clients, le bonheur de mes clients, le sentiment de plénitude à l'égard de mon travail quand j'arrive à être reposée. »

Une très forte satisfaction à l'égard de son activité professionnelle

Dans quelle mesure diriez-vous que vous êtes globalement satisfait(e) de l'activité professionnelle que vous exercez ?

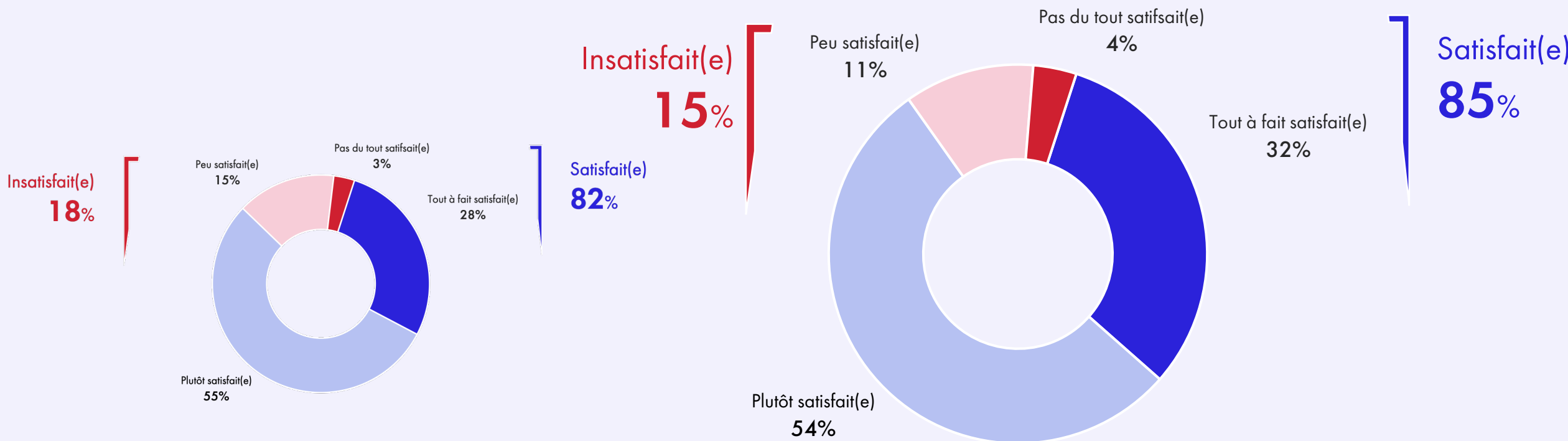
Base totale, N = 191



Plus encore chez les néos

Dans quelle mesure diriez-vous que vous êtes globalement satisfait(e) de l'activité professionnelle que vous exercez ?

Base néo restaurateurs, N = 108



Des professionnels plutôt - voire très - optimistes

Sur une échelle de -5 à 5, à combien évalueriez-vous votre degré d'optimisme à l'égard de votre situation professionnelle pour les années à venir ?

Base totale, N = 191

Très pessimiste (-5 et -4)

Assez pessimiste (-1 à -3)

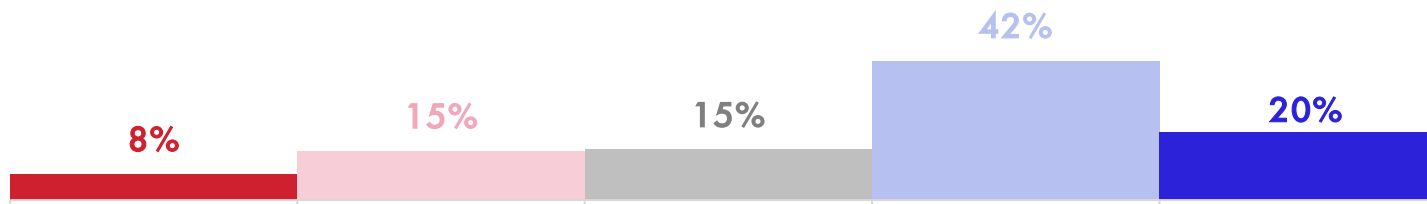
Neutre (0)

Optimiste (1 à 3)

Très optimiste (4 et 5)

Pessimistes sur l'avenir de
leur situation professionnelle

23%



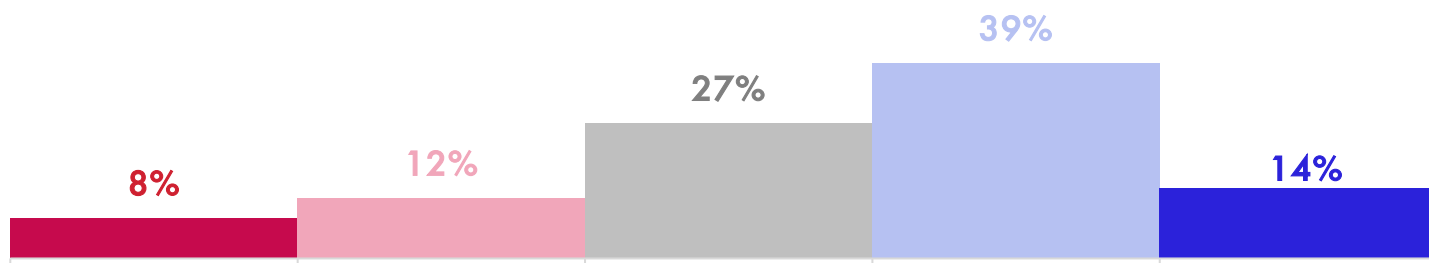
Optimistes sur l'avenir de leur
situation professionnelle

62%

Comparaison nationale

Très pessimiste sur l'avenir
de leur situation
professionnelle

21%



Très optimiste sur l'avenir de
leur situation professionnelle

53%

Un optimisme plus marqué chez les néos

Sur une échelle de -5 à 5, à combien évalueriez-vous votre degré d'optimisme à l'égard de votre situation professionnelle pour les années à venir ?

Base néo-restaurateurs, N = 108, Base restaurateurs installés, N = 83

Très pessimiste (-5 et -4)

Assez pessimiste (-1 à -3)

Neutre (0)

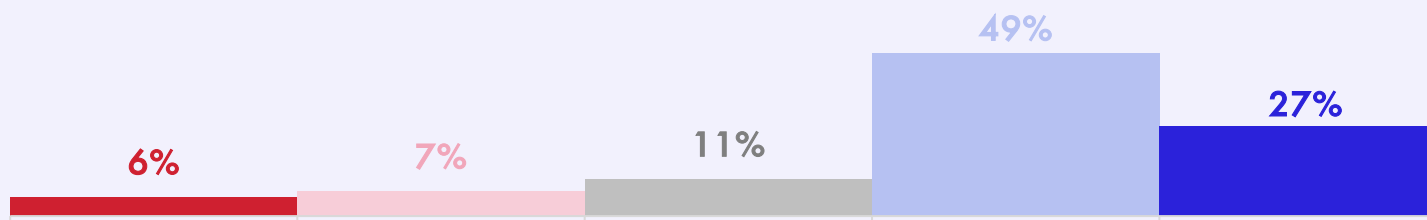
Optimiste (1 à 3)

Très optimiste (4 et 5)

Néo restaurateurs

Pessimistes sur l'avenir de
leur situation professionnelle

13%



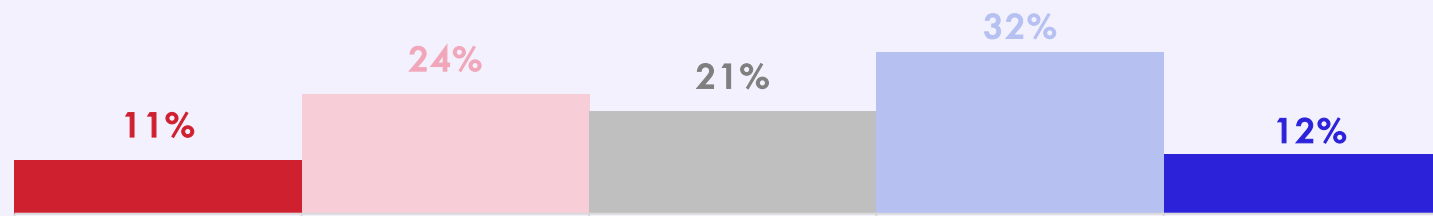
Optimistes sur l'avenir de leur
situation professionnelle

76%

Restaurateurs installés

Pessimistes sur l'avenir de
leur situation professionnelle

35%



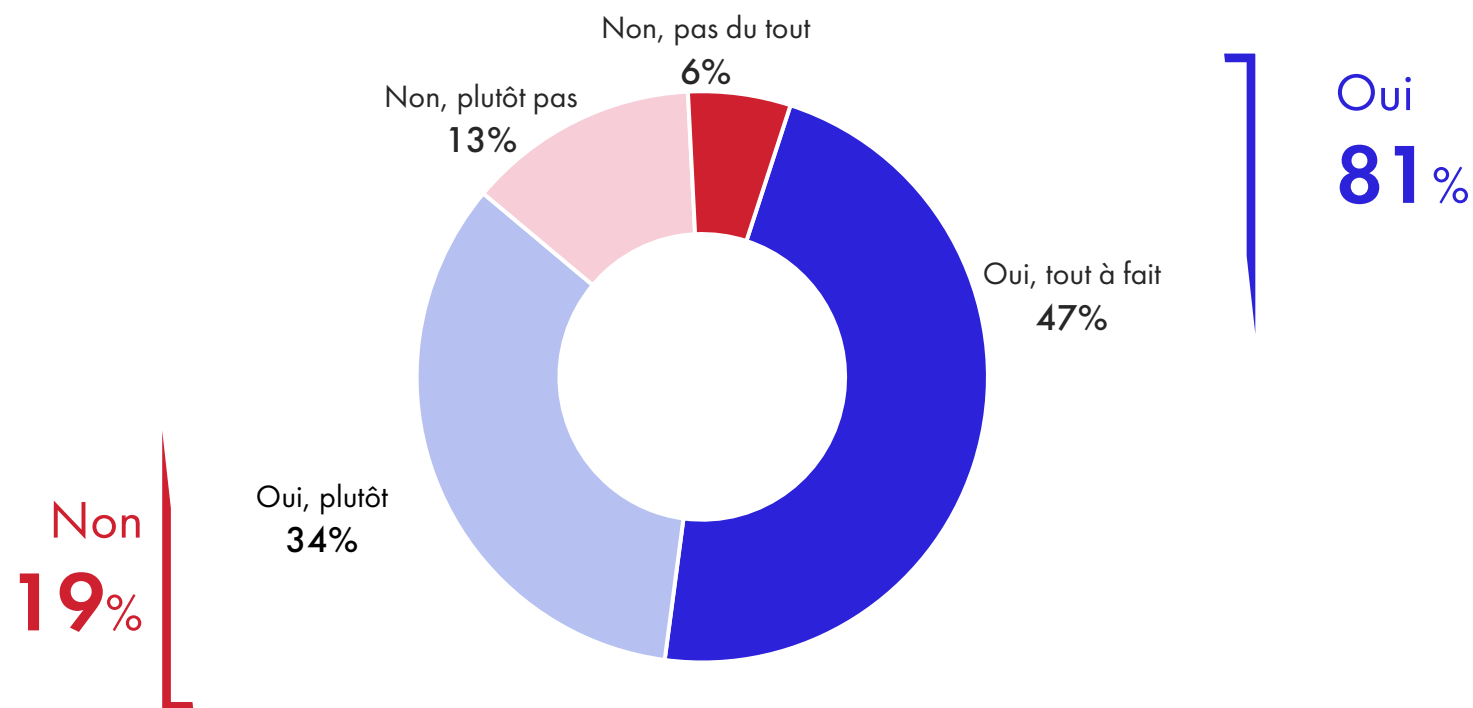
Optimistes sur l'avenir de leur
situation professionnelle

44%

La passion plus forte que les difficultés

Tout bien considéré, diriez-vous que si c'était à refaire, vous le referiez ?

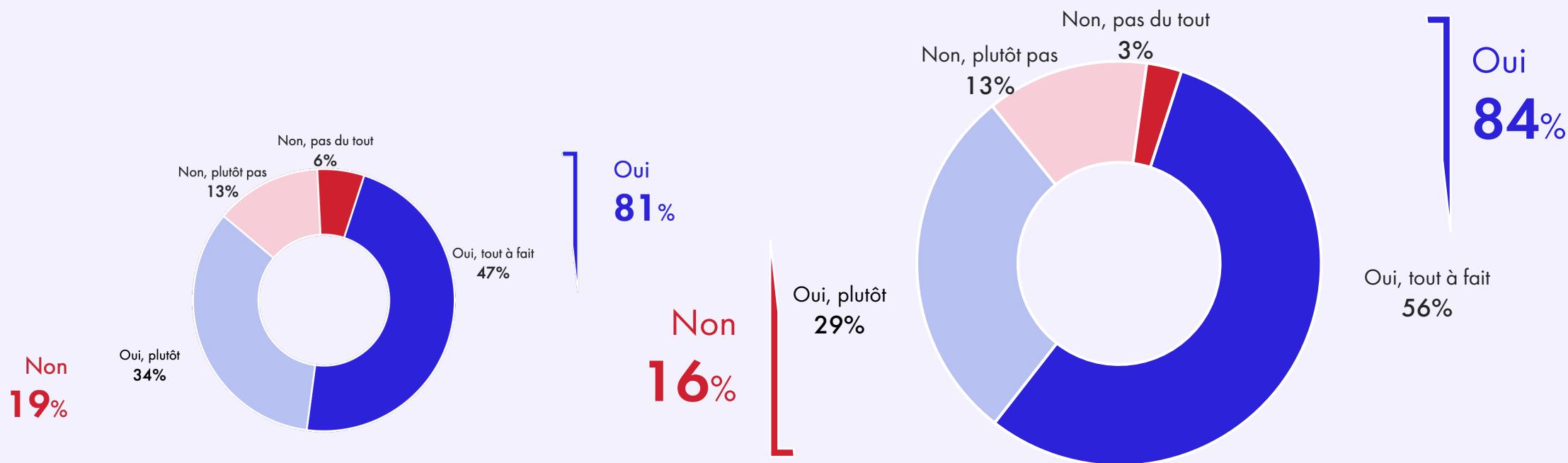
Base totale, N = 191



La passion plus forte que les difficultés, encore un peu plus pour les néos

Tout bien considéré, diriez-vous que si c'était à refaire, vous le referiez ?

Base néo restaurateurs, N = 108



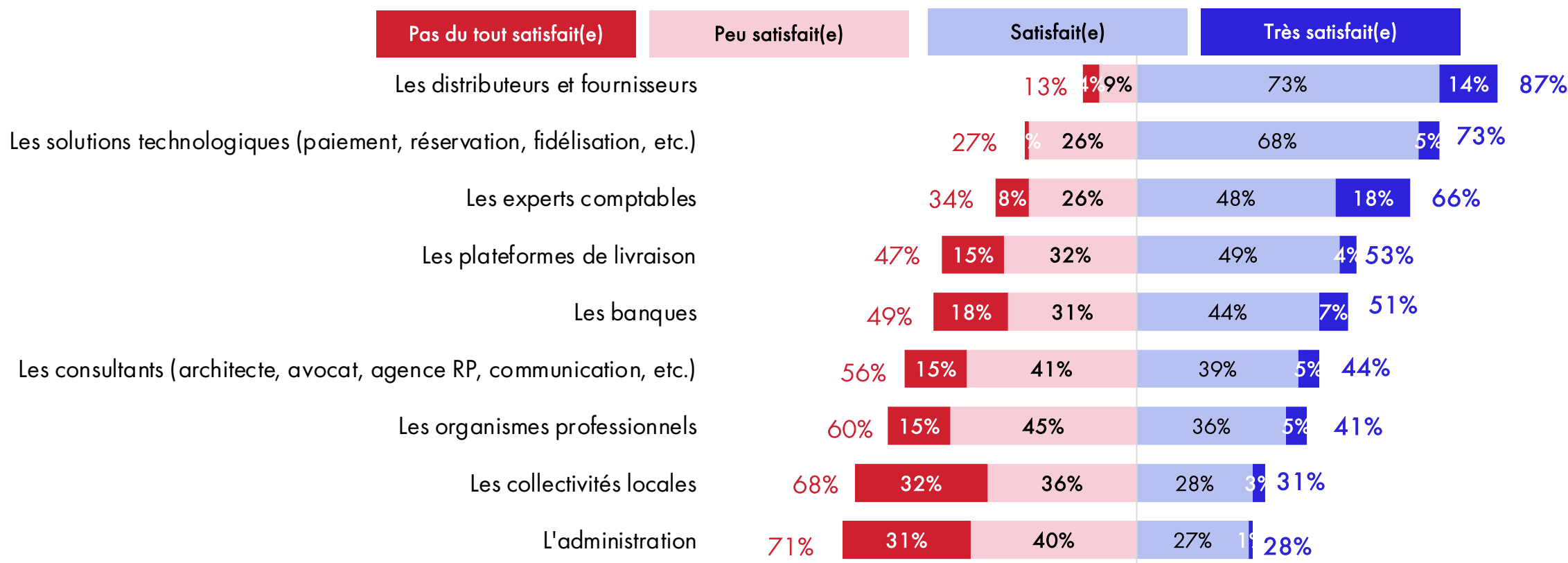
L'écosystème comme maillon faible



Un écosystème peu soutenant

Pour chacun des acteurs suivants, indiquez votre niveau de satisfaction concernant leur accompagnement dans votre activité professionnelle au quotidien ?

Base filtrée uniquement les personnes concernées, N entre 73 et 182



Reconnus mais isolé : le paradoxe du restaurateur

Dans votre travail au quotidien, vous vous sentez...

Base totale, N = 191

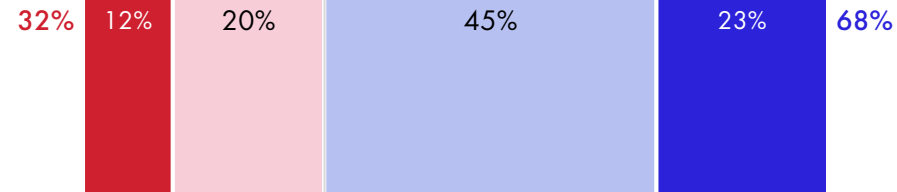
Pas du tout (notes de 0 à 4)

Plutôt pas (notes de 5 à 6)

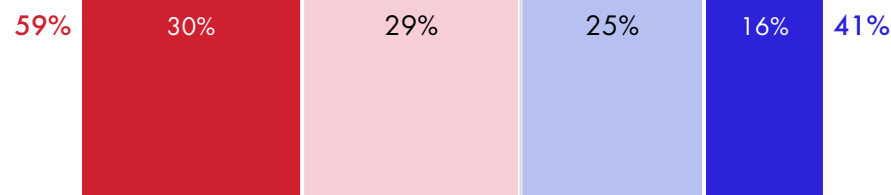
Plutôt oui (notes de 7 à 8)

Tout à fait (notes de 9 à 10)

Reconnu(e)



Soutenu(e)

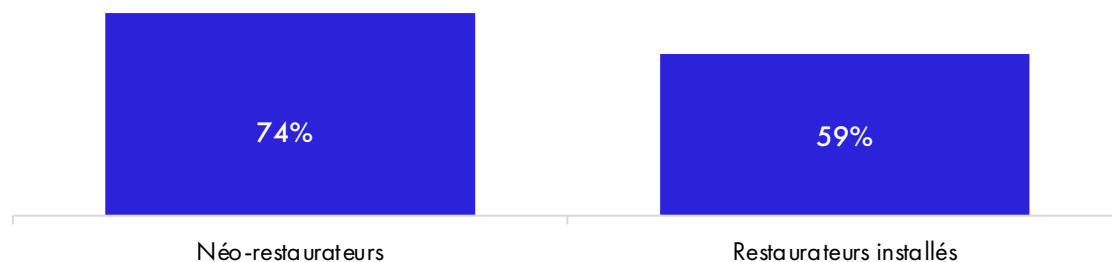


Plus on perdure, moins on se sent soutenu

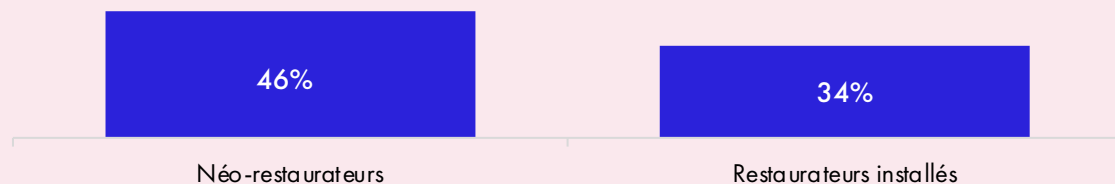
Dans votre travail au quotidien, vous vous sentez...

Base totale, N = 191

% reconnu(e) selon l'ancienneté professionnelle



% soutenu(e) selon l'ancienneté professionnelle



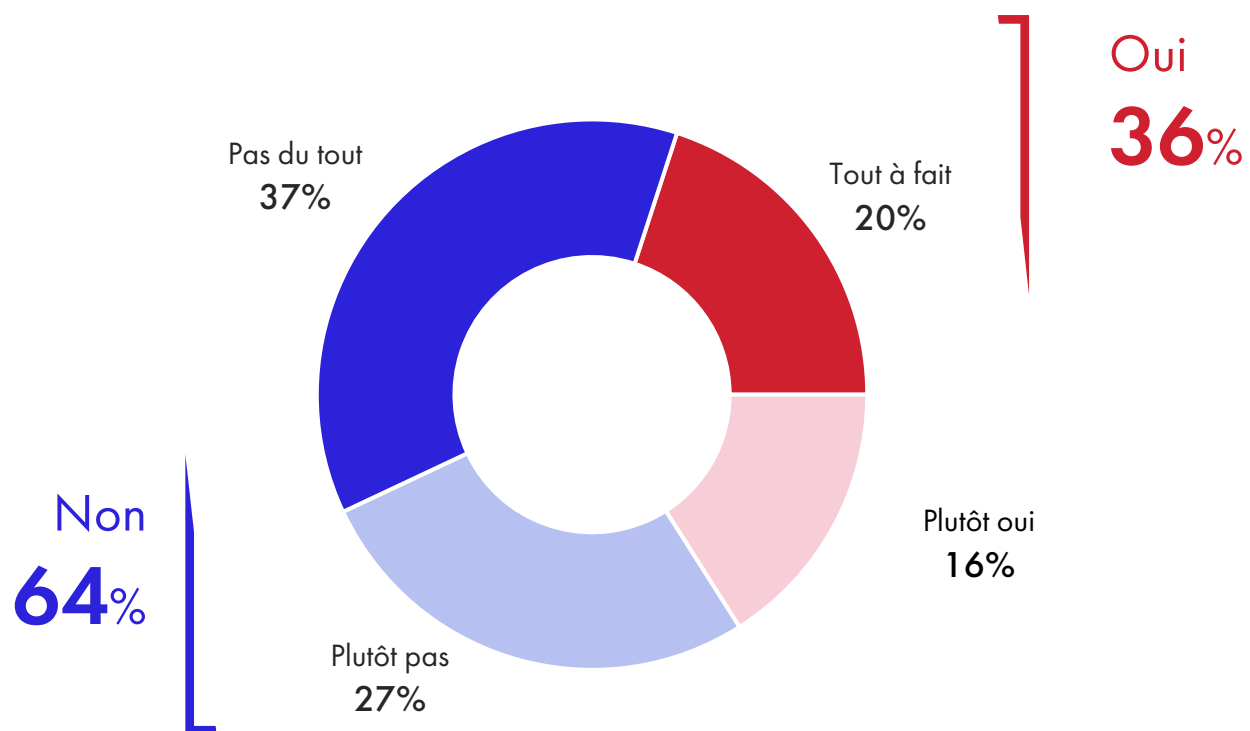
% seul(e) selon l'ancienneté professionnelle



Face aux difficultés : la famille avant les professionnels

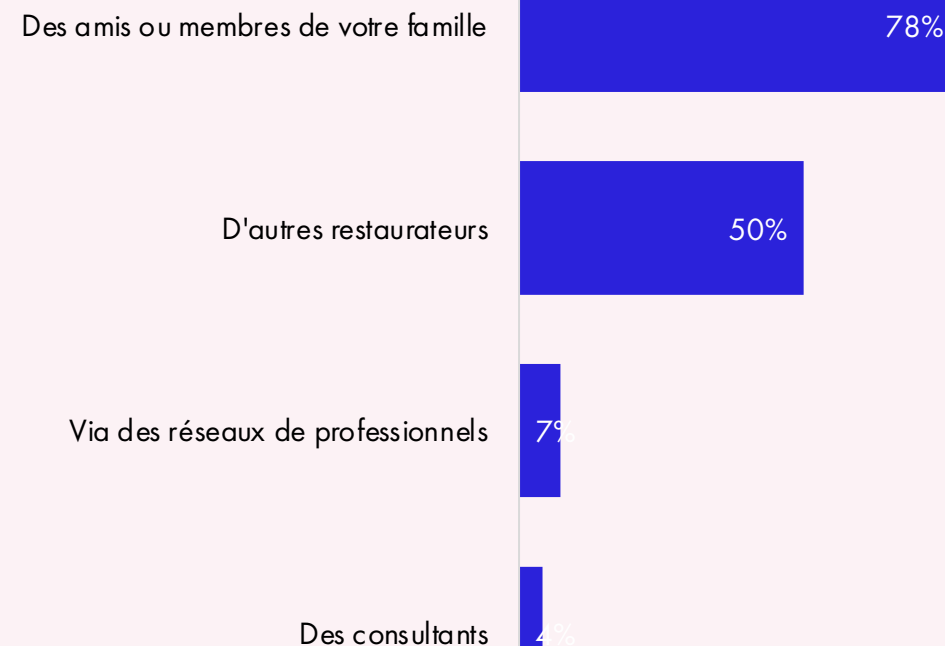
Dans votre travail, vous sentez-vous seul(e) ?

Base totale, N = 191



Avec qui échangez-vous le plus sur vos difficultés professionnelles ?

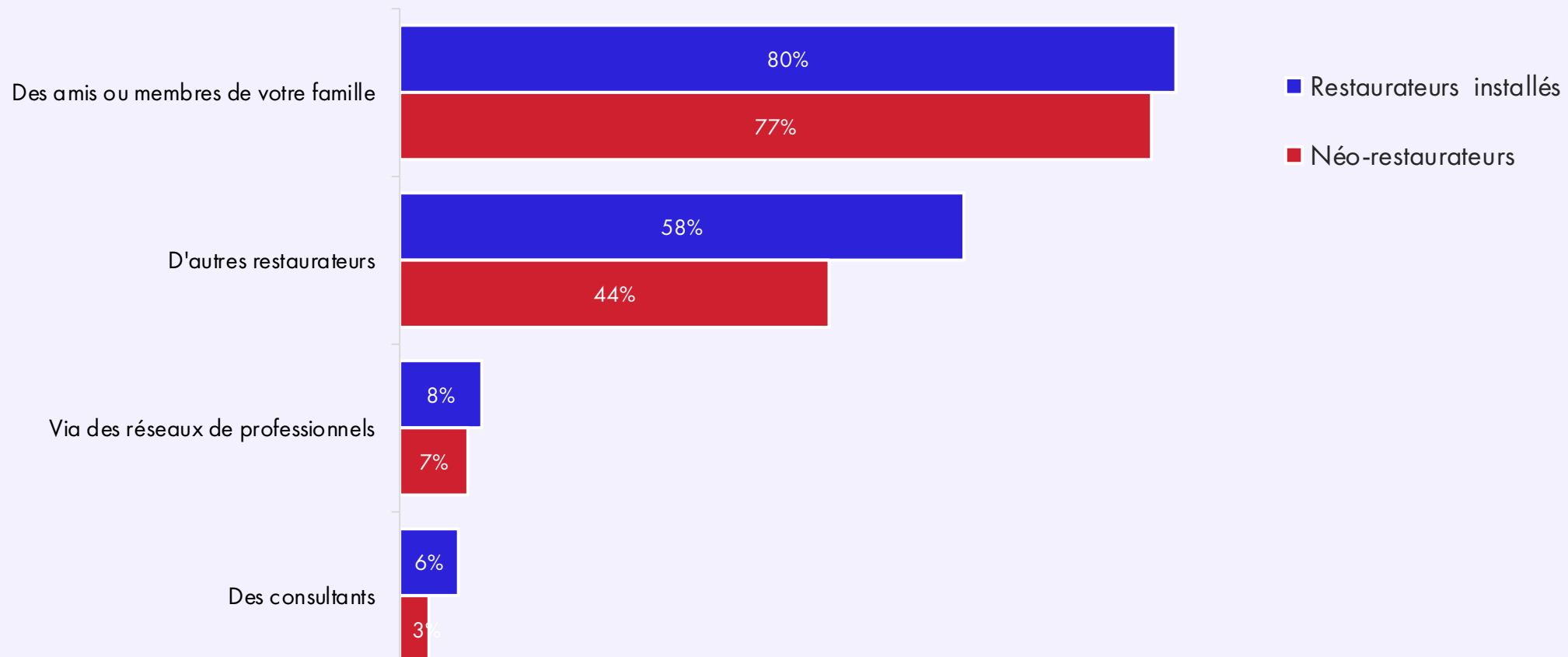
Base totale, N = 191



Y compris pour les néos

Avec qui échangez-vous le plus sur vos difficultés professionnelles ?

Base néo-restaurateurs, N = 108 – Base restaurateurs installés, N=83



Conclusion



Des professionnels très engagés...

- Un métier-passion, avant tout un choix de sens
- Un modèle en recomposition
- Une gestion encore artisanale sous forte tension
- Et pourtant, une résilience remarquable
- Un paradoxe : reconnus, mais seuls. L'écosystème en question

Les néo-restaurateurs : une relève qui fait évoluer le métier

- Une nouvelle génération plus digitalisée
- Des modèles plus hybrides et plus ambitieux
- Un rapport plus stratégique au projet entrepreneurial
- Un optimisme plus marqué pour l'avenir
- Mais un écosystème tout aussi peu soutenant et non facilitateur

L'enjeu désormais : passer de la passion individuelle à la durabilité collective.

Il ne s'agit pas de célébrer l'héroïsme des restaurateurs, mais de créer les conditions pour que leur engagement d'entrepreneur puisse durer.

Repenser l'écosystème, mieux outiller, mieux accompagner, mieux reconnaître.