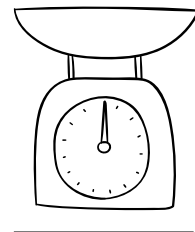


# CONCEPTION DE MENUS ÉQUILIBRÉS



## DURÉE

7 heures  
(1 jour)



## DATE

Selon le calendrier  
de formation



## LIEU

Au sein de votre  
établissement ou autre lieu



## PRIX

Nous consulter

## PUBLIC CONCERNÉ

Tout personnel de cuisine désirant exercer ou exerçant en structure de restauration collective.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance méthode affirmative, interrogative et active. Apports théoriques, échanges de pratique et exercices d'application.

## INTERVENANT

Diététicienne, ayant une expérience dans le conseil aux établissements en restauration collective.

## CONTENU

- Définition de l'équilibre alimentaire.
- Groupes d'aliments.
- Bases de l'équilibre d'un menu, PNNS et GEMRCN.
- Notions à prendre en compte lors de l'élaboration des menus.
- Structure des repas et typologie de menus
- Plan alimentaire.
- Saisonnalité des produits.
- Rédaction de menus adaptés à différents convives.
- Evaluation de menus.

## OBJECTIF DE FORMATION

A l'issue de la formation et en situation professionnelle, le stagiaire sera capable de :

- Concevoir des menus équilibrés et variés en restauration collective conformes aux recommandations et à l'aide d'outils appropriés.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

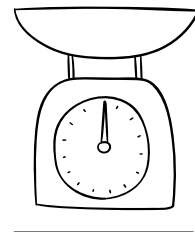
A l'issue de la formation, le stagiaire devra être en mesure de/d' :

- Citer les différents groupes d'aliments et leurs apports nutritionnels.
- Acquérir des connaissances sur l'équilibre alimentaire.
- Rédiger un menu équilibré selon les règles de l'équilibre.
- Connaître les objectifs nutritionnels recommandés.
- Connaître, interpréter et clarifier les recommandations du PNNS et du GEMRCN.
- S'approprier des méthodologies nécessaires à l'élaboration de menus équilibrés.
- Elaborer des menus équilibrés, variés en tenant compte des saisons, des recommandations du GEMRCN, des convives et des structures.
- Evaluer la pertinence des menus proposés.

## MODALITÉS DE FINANCEMENT

Nous consulter pour plus d'informations...

# BIEN MANGER POUR BIEN VIEILLIR



 **DURÉE**  
7 heures  
(1 jour)

 **DATE**  
Selon le calendrier  
de formation

 **LIEU**  
Au sein de votre  
établissement ou autre lieu

 **PRIX**  
Nous consulter

## PUBLIC CONCERNÉ

Responsables de site, Chefs gérants(es), Cuisiniers(ères), tout personnel en relation avec les personnes âgées.

## PRÉ-REQUIS

Expérience professionnelle en restauration collective dans une institution accueillant des convives âgés.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthode expositive et active.

## INTERVENANT

Diététicienne, ayant une expérience dans le conseil aux établissements en restauration collective.

## CONTENU

- Réflexion sur la personne âgée et ses attentes.
- Définition des besoins nutritionnels spécifiques liés au vieillissement.
- Composition et organisation des repas sur une journée.
- Notions théoriques sur les besoins alimentaires liés à des situations spécifiques.
- L'environnement du repas dans une institution accueillant des personnes âgées.

## OBJECTIF DE FORMATION

A l'issue de la formation et en situation professionnelle, le stagiaire sera capable d' :

- Adapter les repas des convives âgés en tenant compte des spécificités liées au vieillissement, leur situation nutritionnelle et l'environnement du repas.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

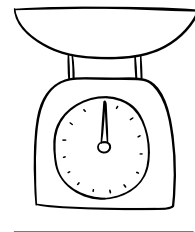
A l'issue de la formation, le stagiaire devra être en mesure de/d' :

- Connaître les bases de l'alimentation de la personne âgée.
- Avoir des points de repère sur le vieillissement et ses conséquences sur l'alimentation.
- Connaître les besoins alimentaires liés à des situations particulières ou pathologiques.
- Connaître les différents paramètres intervenant dans l'environnement du repas en institution accueillant des personnes âgées.

## MODALITÉS DE FINANCEMENT

Nous consulter pour plus d'informations...

# ÉTABLIR DES MENUS SCOLAIRES CONFORMES À LA RÉGLEMENTATION



**DURÉE**  
14 heures  
(2 jours)



**DATE**  
Selon le calendrier  
de formation



**LIEU**  
Au sein de votre  
établissement ou autre lieu



**PRIX**  
Nous consulter

## PUBLIC CONCERNÉ

Chefs gérants(tes) en charge de la rédaction de menus pour un site enseignement 1<sup>er</sup> ou 2<sup>nd</sup> degré.

## PRÉ-REQUIS

Connaître les bases de l'équilibre alimentaire.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance méthode expositive, interrogative et active. Échanges de pratique et exercices d'application.

## INTERVENANT

Diététicienne, ayant une expérience dans le conseil aux établissements en restauration collective.

## CONTENU

- Bases de l'équilibre d'un menu.
- PNNS et GEMRCN.
- Réglementation : décrets et arrêtés.
- Fiches de contrôle de fréquence.
- Notions à prendre en compte lors de l'élaboration des menus.
- Analyse de fiche technique.
- Rédaction de menus.
- Evaluation de menus.

## OBJECTIFS DE FORMATION

A l'issue de la formation et en situation professionnelle, le stagiaire sera capable de :

- Rédiger des menus scolaires équilibrés et adaptés aux convives, en tenant compte de la réglementation en vigueur.
- Vérifier la conformité des menus à la réglementation à partir d'outils appropriés.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, le stagiaire devra être en mesure de/d' :

- Approfondir ses connaissances sur l'équilibre alimentaire.
- Rédiger un menu équilibré selon les règles de l'équilibre.
- Connaître, interpréter et clarifier les recommandations du PNNS et du GEMRCN.
- Connaître la réglementation en vigueur.
- S'approprier des méthodologies nécessaires à l'élaboration de menus équilibrés.
- Elaborer des menus équilibrés, variés en tenant compte des saisons, des convives et conforme à la réglementation.
- Evaluer la conformité des menus rédigés.

## MODALITÉS DE FINANCEMENT

Nous consulter pour plus d'informations...