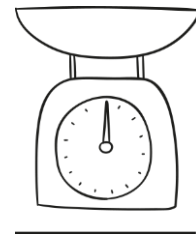


# Conception de menus équilibrés



|   |   |
|---|---|
| <b>Durée</b><br>7 heures<br>(1 jour)                        | <b>Date</b><br>En fonction de vos disponibilités              |
| <b>Lieu</b><br>Au sein de votre établissement ou autre lieu | <b>Prix</b><br>560 € HT /personne<br>1000 € HT : tarif groupe |

## Public concerné

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

## Prérequis

Cette action de formation ne nécessite aucun prérequis.

## Objectifs 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.

## 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.

## Méthodes pédagogiques Démonstrative et active.

- Exposé sur un support audiovisuel.
- Echanges sur les pratiques à faire évoluer et les solutions à trouver.

## Intervenant

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

## Modalités d'évaluation

Quizz, Questionnaire, QCM

## Modalités de financement

Nous consulter pour plus d'informations...

## Modalités d'accueil des personnes en situation de handicap

Nos salles sont équipées d'un accès pour personnes en situation de handicap. Si la formation nécessite une adaptation à un handicap, merci de nous le préciser.



**Le Savoir  
PARTAGÉ**  
Formation restauration durable

**Le Savoir Partagé - RESTORIA**

12 rue Georges Mandel - C.S. 50 955 - 49 009 ANGERS CEDEX 1

Tél : 02.41.25.37.11

N° de déclaration d'activité du centre de formation : 52 49 02387 49