

Notions pour une alimentation équilibrée (Module 5)

[Public et prérequis]

Responsables de cuisine, Équipe de restauration. Aucun prérequis.

[Moyens pédagogiques et techniques]

Supports papier remis à chaque participant, projection de la présentation sous forme de power point, envoi dématérialisé après la formation à la demande.

Apports théoriques appuyés par des études de cas, mise en situation, exercices progressifs et simulations.

Évaluation des acquis et satisfaction de la formation : Exercices sous forme de Quiz, QCM, Tests et questionnaire de satisfaction.

[Durée et lieu]

2 heures, sur site, date à fixer avec l'établissement. Délais d'intervention selon devis.

[Tarif]

Nous consulter.

[Contact et Formateurs]

Fiona COURCELLE, Technicienne Qualité en agroalimentaire.

Frédéric PATE, Responsable de l'unité Qualité des Aliments et Environnement.

Email :

fiona.courcelle@alsace.eu

frederic.pate@alsace.eu

Remise d'une attestation de formation nominative.

[L'OBJECTIF DE LA FORMATION]

Elaborer un planning des menus selon les recommandations du PNNS et du GEM-RCN

[PROGRAMME]

- **Programme National Nutrition Santé**
 - Définition du PNNS
 - Les objectifs nutritionnels de santé publique
 - Définition surpoids et obésité
- **Objectifs nutritionnels**
 - Recommandations
 - Définition des groupes d'aliments
 - Apports Nutritionnels Conseillés (ANC)
- **Structure des repas**
 - Structure du petit déjeuner, collation matinale, déjeuner et goûter
 - Grammage sur les repas principaux
- **Elaboration des menus**
 - Définition et rôles des matières grasses ajoutées
 - Fréquence de service des plats en restauration collective
 - Définition et intérêts nutritionnels