

Module n°12 : LES PRINCIPES DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE

Contexte

La formation vise à apporter aux personnels de cuisine des techniques culinaires adaptées aux menus destinés aux différentes pathologies des patients. Le repas est un moment important de la journée. La mise en valeur des produits et les techniques de transformation sont nécessaires afin de les rendre attractifs pour les patients.

Objectifs

Cette formation apporte au personnel de cuisine les connaissances nécessaires à l'élaboration de menus équilibrés et adaptés aux consommateurs dans le respect des orientations nationales. Elle permettra aux agents de :
□ Acquérir les connaissances sur l'équilibre alimentaire, □ S'approprier des méthodologies nécessaires à l'établissement de menus équilibrés, □ Elaborer des menus équilibrés en restauration collective.

Renseignements complémentaires

13 modules de 2 jours

Programme

Les besoins alimentaires : □ Les principaux nutriments : glucides, lipides, protides, sels minéraux, vitamines), □ Les besoins alimentaires par type de profil, □ Les erreurs à ne pas commettre, □ Les Apports Journalier Recommandé (AJR), □ Le calcul des apports – les calories.

Les préconisations : □ Le Plan National Nutrition Santé (PNNS2), □ Le guide du Groupe d'Etude des Marchés Restauration Collective et Nutrition (GEM RCN).

Le code couleur : □ L'identification et l'équilibre des menus suivant le code couleur.

La construction d'un plan de menus : □ L'élaboration d'un menu équilibré pour les personnes âgées, □ La mise en place d'un plan de menus.

Bilan de la formation : □ Retour d'expérience : tour de table □ Questionnaire de satisfaction □ Synthèse de la formation

Public

Métiers de la restauration (cuisinier, agent de restauration)

Personnels de cuisine

Exercice

2020

Code de formation

T170

Nature

AFC

Organisé par

AFPA

Durée

14 heures

Typologie

Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences