

# Améliorer vos menus grâce à l'équilibre nutritionnel



## Objectifs

- Connaître les nutriments pour comprendre les intérêts nutritionnels des groupes d'aliments
- Utiliser le GEM RCN comme outil de construction de l'équilibre alimentaire en restauration collective pour les différentes populations
- Rédiger des fiches recettes pour évaluer la qualité nutritionnelle des menus préparés

## Contenu

### NUTRITION, DIETETIQUE ET ACTE ALIMENTAIRE

- La qualité vue par le consommateur
- L'acte alimentaire, la culture alimentaire, les préférences alimentaires
- L'environnement du mangeur

### LES ALIMENTS A LA LOUPE

- Précisions pratiques sur les aliments et les nutriments
- Les repères de consommation du PNNS
- Le plan alimentaire et ses adaptations

### L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE POUR UNE PLEINE SANTE

### RECOMMANDATIONS ET NORMES ACTUELLEMENT EN VIGUEUR CONCERNANT LA PRESTATION RESTAURATION EN COLLECTIVITE

- Constats, priorités et points clés des recommandations
- Décrets et arrêtés sur la qualité nutritionnelle des repas servis
- Information, éducation, animation autour de l'alimentation
- Réflexion et plan d'action

Code FA-RS-03

Formation dans vos locaux

### Durée

2 jours soit 14 heures

### Lieu

Dans une salle de formation équipée

### Documents remis

- feuille d'émargement
- attestations individuelles de formation
- livret du participant
- questionnaire de satisfaction

## Prérequis

Pas de prérequis scientifiques ou techniques spécifiques

## Public cible

Responsables et gestionnaires en restauration, cuisiniers, agents de cuisine, aides-diététiciens, agents de distribution, puéricultrices, personnel de crèche, assistantes maternelles, collaborateurs concernés par le thème.

## Intervenant

Diététicien nutritionniste

## Pédagogie

Alternance d'apports de connaissances, d'exercices pratiques, de réflexion, d'analyses et d'échanges d'expériences.

**Document pédagogique remis à chaque participant.**

**Nombre de participants limité.**

## Evaluation

Les acquis de la formation sont évalués tout au long de la session par oral (méthode interrogative) et/ou écrit (Questionnaire, QCM, Quizz).

Une attestation de formation est délivrée à chaque participant.

Ce programme peut être soumis à des modifications en fonction des évolutions réglementaires, techniques et pédagogiques.