



EQUILIBRE ALIMENTAIRE ET CONCEPTION DES MENUS

Objectifs pédagogiques :

- ▶ Connaître les recommandations et exigences du PNNS, du GEMRCN et du règlement INCO, les bases de la diététique et les différents régimes alimentaires.
- ▶ Définir et élaborer un plan alimentaire sur X semaines et proposer des menus équilibrés en complète autonomie.

Personnes concernées :

- ▶ Responsables et agents de restauration

Démarche pédagogique :

- ▶ Exposés et apports théoriques, exercices pratiques, études de cas et mises en situation

Durée : 2 journées, soit 14 heures de formation

Pré requis : Aucun prérequis

Modalités d'évaluation des acquis :

- ▶ Les modalités d'évaluations continues et formatives de type, quizz, QCM, résultats des mises en œuvre, etc.

Nombre de stagiaires par session :

- ▶ Minimum 5 / maximum 12

Support : Synthèse de formation

Animation :

- ▶ Un consultant diététicien nutritionniste

Contenus :

■ Contexte réglementaire

- Le GEMRCN
- Le PNNS
- Le règlement INCO et le risque allergène

■ Rappels sur la diététique

- Les besoins nutritionnels
- Structure des principaux repas
- Les groupes d'aliments
- La valeur nutritive
- Les apports nutritionnels conseillés (ANC)
- Les principaux régimes

■ Du plan alimentaire aux menus

- Méthodologie et règles à respecter
- Construction du plan alimentaire
- Principales erreurs à éviter
- Du plan alimentaire au menu
- Du menu aux déclinaisons des régimes

Sanction de la formation :

- ▶ Certificat de réalisation

BULLETIN D'INSCRIPTION RHB Consultants – info@rhbconsultants.com

Etablissement :

Nom (signataire de la convention) :

Fonction :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél. : Email : Siret :

Inscrit (s) au stage : « **Équilibre alimentaire et conception des menus** »

Coût 1100,00 € HT pour les 2 jours et 14h00 de formation (repas inclus) – 10% pour la deuxième inscription

Lieu : Lyon

Stagiaire (s) :

Nom : Prénom : Fonction :

NB : pour tous renseignements, contacter RHB Consultants au 04 72 15 24 77, le nombre de places étant limité, merci de nous retourner votre inscription au plus vite, une convocation vous sera adressée ultérieurement. Pour les personnes en situation de handicap, merci de bien vouloir nous prévenir pour anticiper les modalités pédagogiques et pratiques d'accès.