

PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE CONTINUE DIETETIQUE ALIMENTATION ET REGIMES

Stage Intra Entreprise

Public

Chefs de Cuisine, Chef de Production, Cuisiniers, Commis de cuisine intervenant dans le secteur de la restauration collective.

Objectifs

- A l'issu de la formation les apprenants seront capable :
- ↪ D'appliquer les recommandations relatives à la nutrition
- ↪ De respecter les impératifs des différents régimes alimentaires rencontrés en Restauration Sociale
- ↪ D'adapter les menus aux prescriptions spécifiques des personnes suivant un régime

Contenu Théorique

Sommaire

Définitions

Tendances diététiques

Introduction et description de la nutrition

Le calcul de l'indice de masse corporelle (imc)

Compositions des aliments

Les groupes alimentaires

Les nutriments

Non énergétiques

Les sels minéraux et oligo-éléments

Les régimes

Régime Crétois

Régimes sans sel (Hyposodé)

Régimes sans sel

Régimes pour Diabétique

Régimes pour Diabétique

Régime Hypo potassique

Régime Hypo protidique

Régime Hyper protidique

Régime Hypercalorique

Les grammages

Hors d'œuvre

Hors d'œuvre

Plat Principal

Plats d'Accompagnement

Fromages (poids brut)

Desserts (poids brut)

La conception des menus par couleurs

Les vitamines

Les tables alimentaires

Régime « Normal Léger »

Régime « Normal Léger »

Régime Amaigrissant ou Hypocalorique

Régime Amaigrissant ou Hypocalorique

Régime Mixé ou Moulinés

Régime Mixé ou Moulinés

Régime sans résidus

Régime sans résidus

Contenu Pratique

- ↻ Réalisation de recettes diététiques
- ↻ Utilisation des modes de cuisson sans graisse
- ↻ Cuisson vapeur
- ↻ Cuisson mixte
- ↻ Chaleur douce
- ↻ Cuisson a basse température
- ↻ Utilisation des additifs et compléments alimentaires