PLAN ALIMENTAIRE 2021-2022

publié le 11/04/2022

La construction d'un plan alimentaire adapté à l'établissement permet d'élaborer des menus variés, équilibrés tout au long de l'année tout en facilitant le respect des fréquences réglementaires.
Le plan alimentaire se présente sous forme d'un tableau établi sur au minimum 20 déjeuners consécutifs.
Pour les internats, il convient d'établir un plan alimentaire comprenant au minimum 20 déjeuners et 20 dîners.
Le plan alimentaire positionne les catégories d'aliments nécessaires pour chacune des composantes des repas.
Exemple : entrée = crudités, cuidités, entrées de féculent, entrées protidiques…
On passe du plan alimentaire aux menus en remplaçant chaque catégorie d'aliments par un plat ou un produit correspondant.
Exemple : Cuidité = betteraves cuites vinaigrette, salade de haricots verts, soupe de légumes…
L'offre alimentaire doit éviter d'associer au cours du même repas ou de la même journée des plats et produits dont les fréquences sont limitées du fait de leur richesse en matières grasses (recette avec un rapport protéines/lipides (P/L) ≤ 1, > 15 % de lipides) ou sucre (dessert > 20 g de glucides simples totaux par portion). Lorsque des plats et produits gras et/ou sucrés sont proposés au déjeuner, il est préférable de composer l'offre du dîner en privilégiant les plats et produits à fréquence encouragée.

Document joint

2022-01-25_plan_alimentaire_2021-2022 (PDF de 47.4 ko)

Académie de Poitiers

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.
Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.