

Approfondir ses capacités à répondre aux exigences de convives spécifiques

CONTEXTE et INTENTIONS PEDAGOGIQUES

ORGANISATION, INTENTIONS DU PROJET PÉDAGOGIQUE

Cette proposition pédagogique s'appuie sur une réalité professionnelle : la restauration au sein du CHU de LILLE. Il s'agit d'appréhender le plus concrètement possible les contraintes liées à l'élaboration d'un plan alimentaire et de son plan menus, à partir d'une réalité de terrain en restauration collective (12 000 repas par jour pour une population particulièrement diversifiée).

Avec utilisation de séquences VIDEO de mises en situation du CHU de LILLE

Cette séquence pourra se poursuivre dans un cadre pluridisciplinaire où seraient créées, à partir d'une journée du plan menus, des recettes appropriées, utilisant des produits appertisés, de façon à impliquer la partie production culinaire et la partie gestion.

Avec utilisation de VIDEOS de mises en situation : Création recettes, achats et production au CHU de LILLE

CHOIX DU THÈME

Après un tour d'horizon de l'ensemble des besoins des convives de ce CHU nous nous focaliserons sur les besoins des personnes âgées, et particulièrement sur **l'organisation d'une journée alimentaire pour ce type de convives.**

INTENTIONS PÉDAGOGIQUES ISSUES DES REFERENTIELS

En Baccalauréat Professionnel Restauration

3-1 NUTRITION avec : 3-1-3 Alimentation rationnelle : organiser une journée alimentaire à partir de rations données, pour différentes catégories d'individus (ici, le cas des personnes âgées).

3-2 QUALITE ORGANOLEPTIQUE DES ALIMENTS avec : 3-2-3 Mise en valeur de la qualité organoleptique des aliments : préciser les conditions de valorisation (prestation, environnement, personnel ...)

En Baccalauréat Technologique Hôtellerie Restauration

1.2 Rations alimentaires adaptées aux différentes catégories d'individus : Indiquer pour l'adulte de référence les quantités moyennes d'aliments qui constituent une ration alimentaire - Adapter la ration de l'adulte de référence pour une catégorie donnée d'individus et la justifier. 1.3 Organisation de l'alimentation pour une période déterminée : Plans alimentaires, menus. Adaptation aux différentes formes de restauration - Préciser l'importance relative des repas dans une journée alimentaire - Analyser des menus et proposer si nécessaire des modifications.

SYNTHÈSE DES CONTENUS

1. Les caractéristiques et contraintes relatives à un plan alimentaire en milieu hospitalier
2. Les besoins alimentaires spécifiques pour personnes âgées
3. Le Plan menus d'une journée pour une personne âgée
4. Les qualités caractéristiques des appertisés pour ce milieu.

PRÉ-REQUIS

- Classification des aliments par groupes en fonction de leurs constituants essentiels,
- Equivalences alimentaires à l'intérieur des groupes et entre groupes,
- Equilibre alimentaire
- Organisation de la journée alimentaire
- Qualité alimentaire.

*Cette séquence de Sciences Appliquées d'une durée de 2 heures pourra, au travers d'une **action pluridisciplinaire** prévue dans ce DVD, donner lieu à une **séquence pédagogique Cuisine** avec pour objectif la création et production de recettes avec des P.A.I. (poissons et fruits appertisés). CONTEXTE: Pour personnes âgées en milieu hospitalier.*

Approfondir ses capacités à répondre aux exigences de convives spécifiques

FICHE DE DEROULEMENT PÉDAGOGIQUE Page 1/2

Contenus	Objectifs	Activités		Moyens
		Professeur	Elèves	
<p>1. Les caractéristiques du plan alimentaire au CHU de Lille</p> <p>La confection du plan alimentaire est le résultat d'un travail qui exige la mise en adéquation de multiples connaissances et compétences.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir les contraintes d'un Centre Hospitalier 	<ul style="list-style-type: none"> Projette vidéo présentation CHU et vidéo introduction au Plan alimentaire au CHU (avec questionnaire structuré ensuite) 	<ul style="list-style-type: none"> Prennent connaissance S'approprient le contexte 	<ul style="list-style-type: none"> Vidéo Présentation CHU (Durée: 2 mn30) Vidéo « Introduction au Plan alimentaire CHU de Lille » (Durée: 5 mn)
	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les différentes contraintes 	<ul style="list-style-type: none"> Projette et distribue le document Elève 1 Demande de le compléter (travail collectif à partir d'un <i>questionnement structuré</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> Observent et proposent des réponses Complètent collectivement leur document élève 1 	<ul style="list-style-type: none"> Doc élève 1 Doc professeur 1
	<ul style="list-style-type: none"> Identifier les caractéristiques des convives 	<ul style="list-style-type: none"> Distribue document élève2 avec questionnaire structuré Projette support 1 (Plan menu CHU) et, pour synthèse, met en avant quelques plats répondant à différentes situations pathologiques (sans sel, mixés, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> Écoutent, observent et proposent des réponses puis complètent collectivement leur document élève 2 Écoutent une synthèse via une partie d'un plan menu personnes âgées issu du CHU où se retrouvent de nombreuses situations pathologiques 	<ul style="list-style-type: none"> Doc élève 2 Doc professeur 2 Support 1
	<ul style="list-style-type: none"> S'adapter à un convive spécifique 	<ul style="list-style-type: none"> Projette et anime doc élève 3 (questionnement structuré) 	<ul style="list-style-type: none"> Écoutent, observent et proposent des réponses 	<ul style="list-style-type: none"> Doc élève 3 Doc professeur 3
	<ul style="list-style-type: none"> S'adapter aux personnes âgées 	<ul style="list-style-type: none"> Projette et commente support 2 (questionnement structuré) 	<ul style="list-style-type: none"> Écoutent, observent et proposent des réponses 	<ul style="list-style-type: none"> Support 2

Cette séquence de Sciences Appliquées d'une durée de 2 heures pourra, au travers d'une **action pluridisciplinaire** prévue dans ce DVD, donner lieu à une **séquence pédagogique Cuisine** avec pour objectif la création et production de recettes avec des P.A.I. (poissons et fruits appertisés). CONTEXTE: Pour personnes âgées en milieu hospitalier.

Approfondir ses capacités à répondre aux exigences de convives spécifiques

FICHE DE DEROULEMENT PÉDAGOGIQUE Page 2/2

Contenus	Objectifs	Activités		Moyens
		Professeur	Elèves	
<p>2. Les besoins alimentaires spécifiques pour des personnes âgées</p>	<ul style="list-style-type: none"> Rechercher les besoins alimentaires des personnes âgées 	<ul style="list-style-type: none"> Distribue document élève 4 et Annexe 1 (Extrait de la recommandation relative à la nutrition du 4 mai 2007 présente sur le DVD : paragraphe 3-3-1 et 3-3-2 pages 16 et 17) Anime exercice 1 et exercice 2 	<ul style="list-style-type: none"> Avec l'enseignant les élèves remplissent leur document élève 4 avec l' extrait de la recommandation relative à la nutrition. 	<ul style="list-style-type: none"> o Document élève 4 o Doc. professeur 4 o Annexe 1 : Photocopie Extrait de la recommandation relative à la nutrition.
<p>3. Le plan menus d'une journée pour une personne âgée</p>	<ul style="list-style-type: none"> Elaborer un plan menus sur une journée pour une personne âgée 	<ul style="list-style-type: none"> Distribue document élève 5 Anime : Exercice 3 	<ul style="list-style-type: none"> Avec l'enseignant les élèves remplissent leur document élève 5 en s'aidant toujours de l'extrait (pages 16 et 17) de la recommandation relative à la nutrition 	<ul style="list-style-type: none"> o Document élève 5 o Doc. professeur 5
<p>4. Les qualités caractéristiques des appertisés</p>	<ul style="list-style-type: none"> Déterminer les composantes et la qualité d'un aliment Citer les intérêts des appertisés au regard des composantes de la qualité d'une prestation alimentaire 	<ul style="list-style-type: none"> Projette vidéo « intérêts des appertisés au CHU de Lille » <i>Questionnement structuré et animation au tableau avec document élève 6</i> Distribue le document élève 7 et annexe 2 (Extrait de la recommandation relative à la Nutrition du 4 mai 2007 présente sur le DVD : page 23 paragraphe 4-2-1 et page 25 paragraphe 4-2-1-1-1) Anime : Exercice 4 	<ul style="list-style-type: none"> Observent et proposent des réponses Complètent collectivement leur document élève 1 Avec l'enseignant les élèves remplissent leur document élève 4 avec page 23 paragraphe 4-2-1 et page 25 paragraphe 4-2-1-1-1 	<ul style="list-style-type: none"> o Vidéo « Intérêts des appertisés au CHU de Lille » o Document élève 6 o Doc. professeur 6 o Document élève 7 o Doc. professeur 7 o Annexe 2 : Photocopie Extrait de la recommandation relative à la nutrition.

Cette séquence de Sciences Appliquées d'une durée de 2 heures pourra, au travers d'une **action pluridisciplinaire** prévue dans ce DVD, donner lieu à une **séquence pédagogique Cuisine** avec pour objectif la création et production de recettes avec des P.A.I. (poissons et fruits appertisés). CONTEXTE: Pour personnes âgées en milieu hospitalier.

Approfondir ses capacités à répondre aux exigences de convives spécifiques

Vidéos d'introduction : Mise en situation au CH de Lille



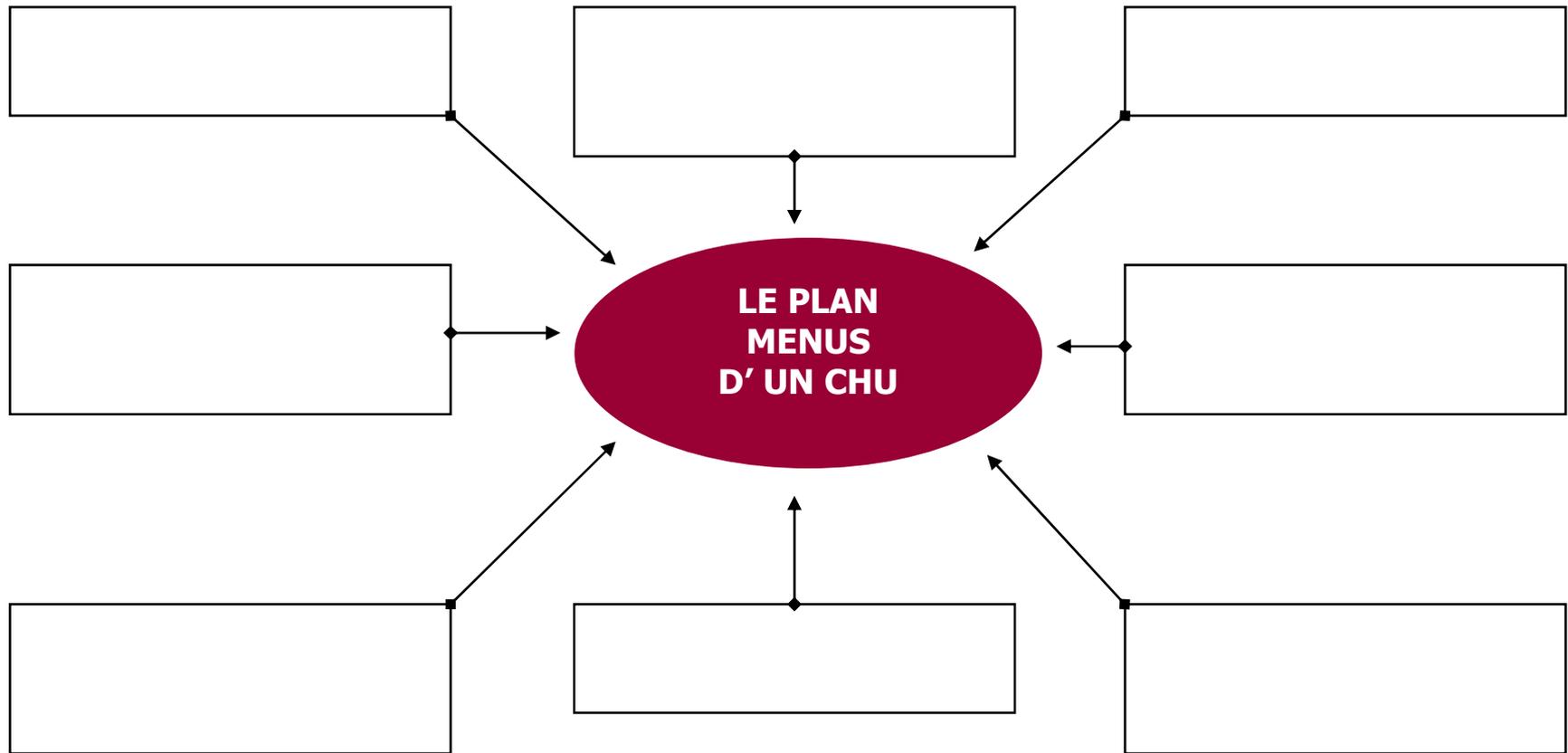
[Vidéo « Présentation CHU de Lille » :](#)
Durée: 2 mn30



[Vidéo « Introduction au plan alimentaire du CHU de Lille »](#)
Durée: 4 mn 30
Isabelle Parmentier, Diététicienne, Responsable du pôle
Restauration

Le Centre Hospitalier Universitaire de Lille confectionne et distribue 12 000 repas par jour

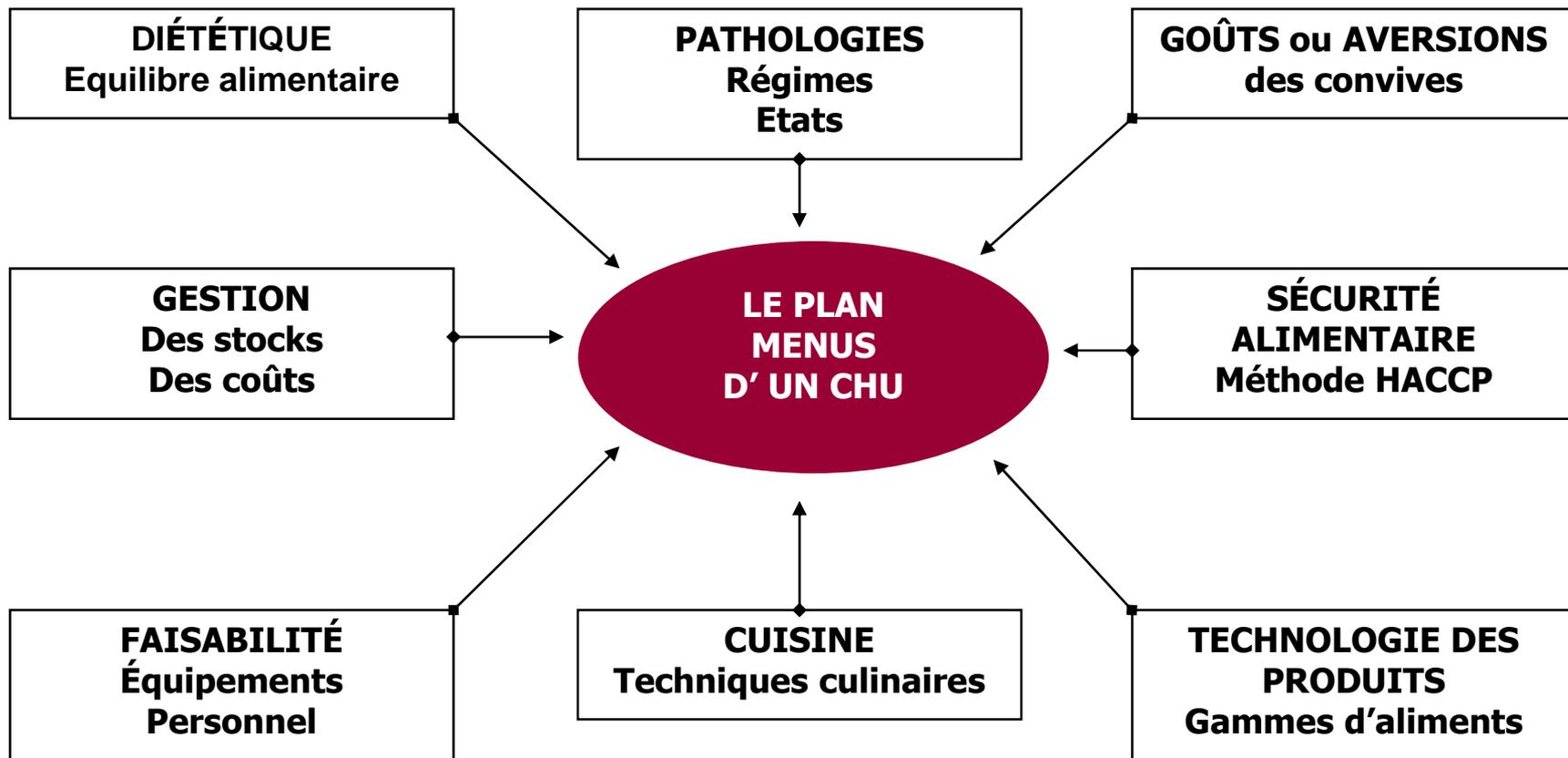
L'élaboration du plan alimentaire est le résultat d'un travail qui exige la mise en adéquation de multiples connaissances et compétences.



Remplir les cases par des compétences jugées nécessaires

Le Centre Hospitalier Universitaire de Lille confectionne et distribue 12 000 repas par jour

L'élaboration du plan alimentaire est le résultat d'un travail qui exige la mise en adéquation de multiples connaissances et compétences.



12 000 convives particulièrement diversifiés sont servis ...

On peut les répertorier selon différents paramètres:

LEUR CATÉGORIE D'ÂGES :

Remplir les cases vides

--	--	--	--

LEURS BESOINS :

- **Personnes s'alimentant normalement** (patients, accompagnants, personnel).
- **Personnes à gros ou petit appétit.**
- **Patients présentant une pathologie impliquant un régime alimentaire :**

- **Patients en rééducation nécessitant un apport énergétique complémentaire.**

LEUR RELIGION :

Exemple :

--

LEUR ÉTAT :

- Les plats sont présentés hachés ou mixés

--

- Leurs aliments doivent être stérilisés

--

12 000 convives particulièrement diversifiés sont servis ...

On peut les répertorier selon différents paramètres:

LEUR CATÉGORIE D'ÂGES :

Enfants, adolescents, adultes, personnes âgées.

LEURS BESOINS :

- **Personnes s'alimentant normalement** (patients, accompagnants, personnel).
- **Personnes à gros ou petit appétit.**
- **Patients présentant une pathologie impliquant un régime alimentaire :**
 - * sans sel,
 - * appauvri en sucre = diabétique (D),
 - * léger = (L),
 - * sans résidus = épargne digestive (ED) c'est à dire sans fibres,
 - * sans œuf,
 - * sans poisson,
 - * laxatif = riche en fibres.
- **Patients en rééducation nécessitant un apport énergétique complémentaire.**

LEUR RELIGION :

Exemple repas sans porc

LEUR ÉTAT :

- les plats sont présentés hachés ou mixés : **Patients présentant des difficultés ou une impossibilité de mastication**
- leurs aliments doivent être stérilisés : **Patients immunodéprimés**

Support 1 : Extrait Plan menu CHU de Lille adapté personnes âgées, recettes adaptées par pathologie des convives

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
Hors d'oeuvre	Carottes râpées Mixé = carottes mixées	Roulades variées s/sel et s/porc= Salade de Haricots verts	Terrine aux 2 poissons S/sel= maison s/poisson= betteraves rouges
V.P.O.A	Choucroûte, H=saucisse francf S/porc: VH de boeuf L= rôti de porc	Rôti de dinde sauce Romaine	Ragoût de mouton L= gigot
Féculents	Pomme de terre vapeurs	Purée	Haricots blancs L= Pommes de terre à l'étouffée
Légumes	Choucroûte, s/sel= choux verts L= poireaux gratin Mixé= choux fleurs mixés	Endives braisées Mixé= purée d'endives	Carottes en bâtonnets Mixé= carottes mixées
Fromage	Saint Paulin	Rouy L= Mimolette	Morbier
PL s/sel	Crème dessert vanille	Suisses sucrés	Liégeois café
PL diab	Fromage Mixé= fromage blanc nature	Suisses natures	Fromage Mixé= suisses natures
Fruit	Clémentines Mixé, ED= compote pomme coing	Compote de pomme fraise	Coupelle cocktail de fruits Mixé= purée de poire

LEXIQUE : sans sel (s/sel) - appauvri en sucre = diabétique (D), léger (L), sans résidus = épargne digestive (ED) c'est à dire sans fibres, sans œuf, sans poisson, laxatif = riche en fibres.

Un patient peut cumuler plusieurs paramètres

Exemple :

accidenté de la mâchoire, âgé de 10 ans, diabétique.



Nature du plat



Nature de la ration



Précaution alimentaire

C'est pourquoi le plan menus du CHU de Lille
comporte **80 plats** qui vont être déclinés en
300 possibilités.

Un patient peut cumuler plusieurs paramètres

Exemple :

accidenté de la mâchoire, âgé de 10 ans, diabétique.

Repas mixé

Ration d'un enfant

Peu de sucre

C'est pourquoi le plan menus du CHU de Lille
comporte **80 plats** qui vont être déclinés en
300 possibilités.

Support 2.1 : Synthèse pour une déclinaison d'un plat au CHU de Lille

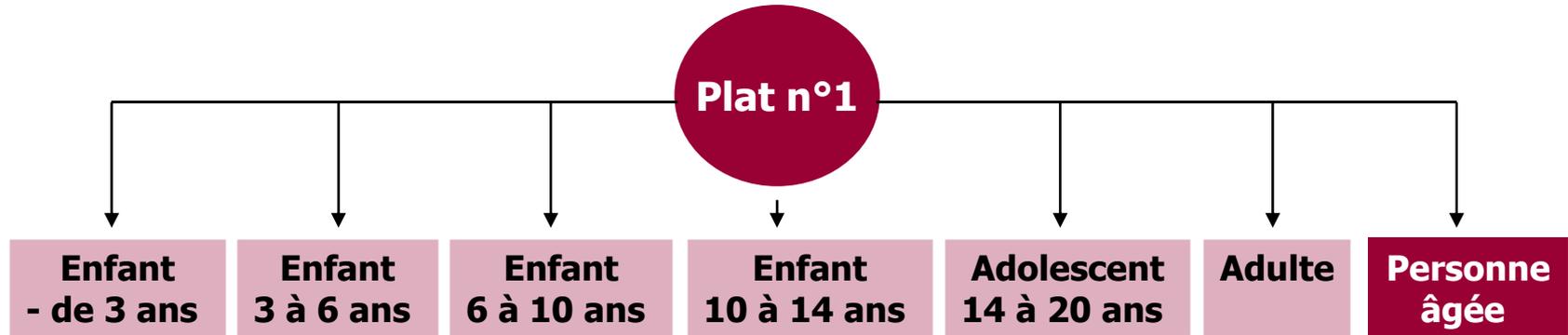
Exemple pour une personne âgée, diabétique, et ayant des problèmes digestifs



Plat n°1

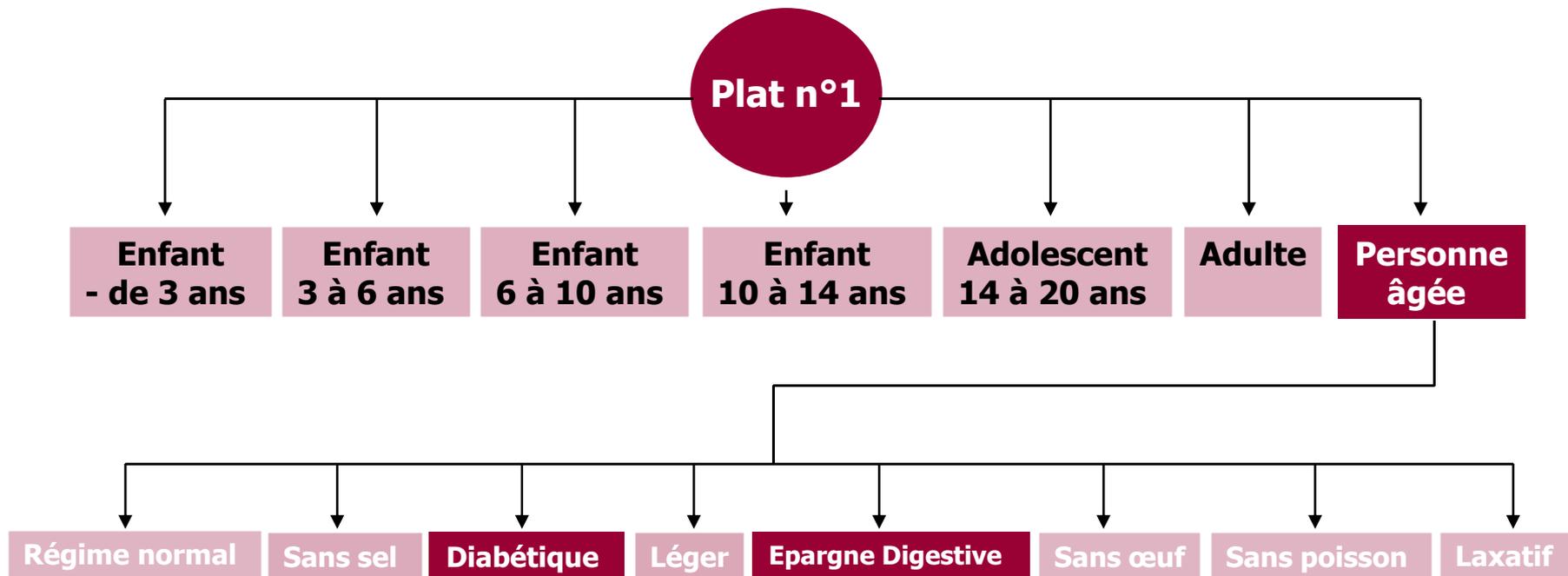
Support 2.2 : Synthèse pour une déclinaison d'un plat au CHU de Lille

Exemple pour une personne âgée, diabétique, et ayant des problèmes digestifs



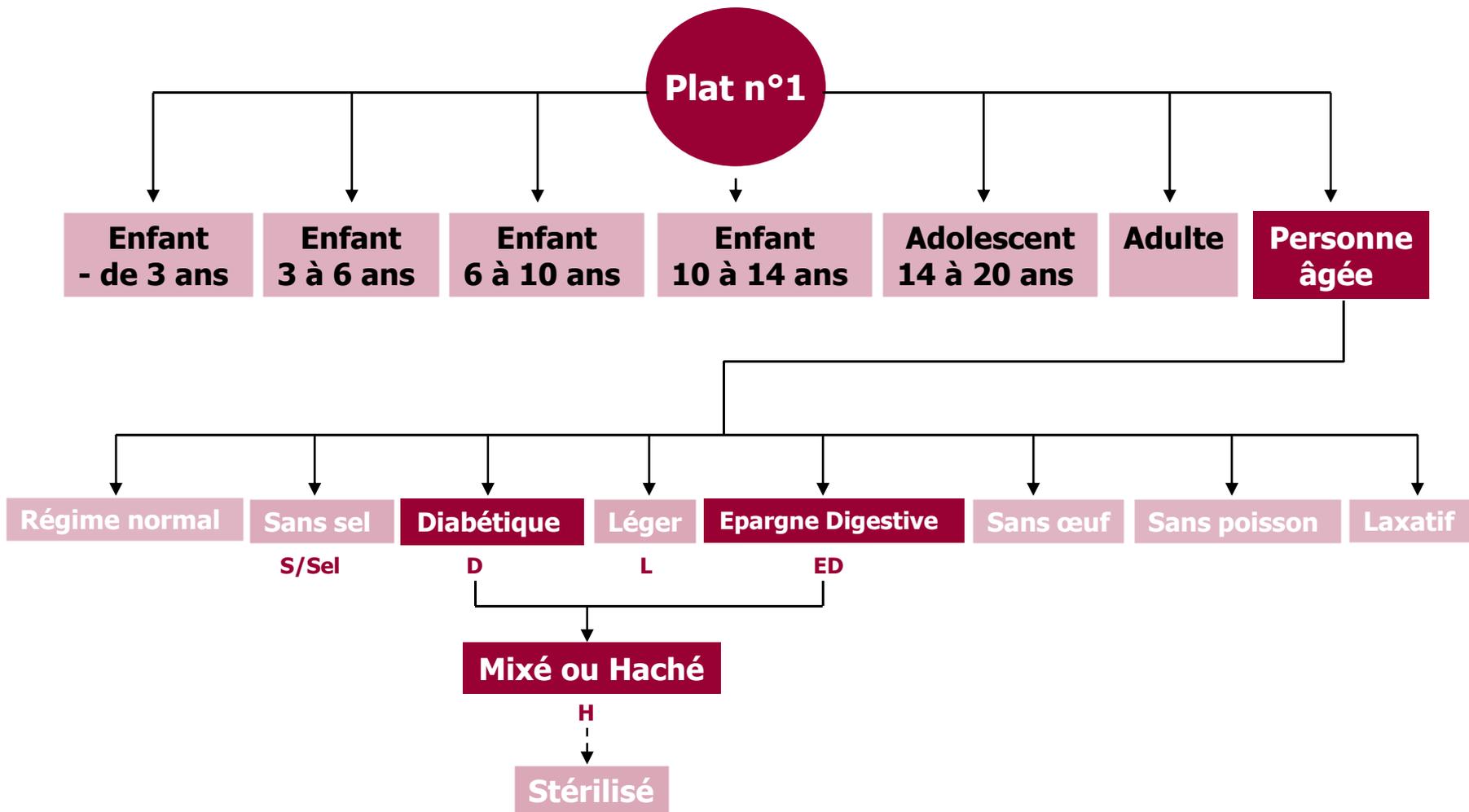
Support 2.3 : Synthèse pour une déclinaison d'un plat au CHU de Lille

Exemple pour une personne âgée, diabétique, et ayant des problèmes digestifs



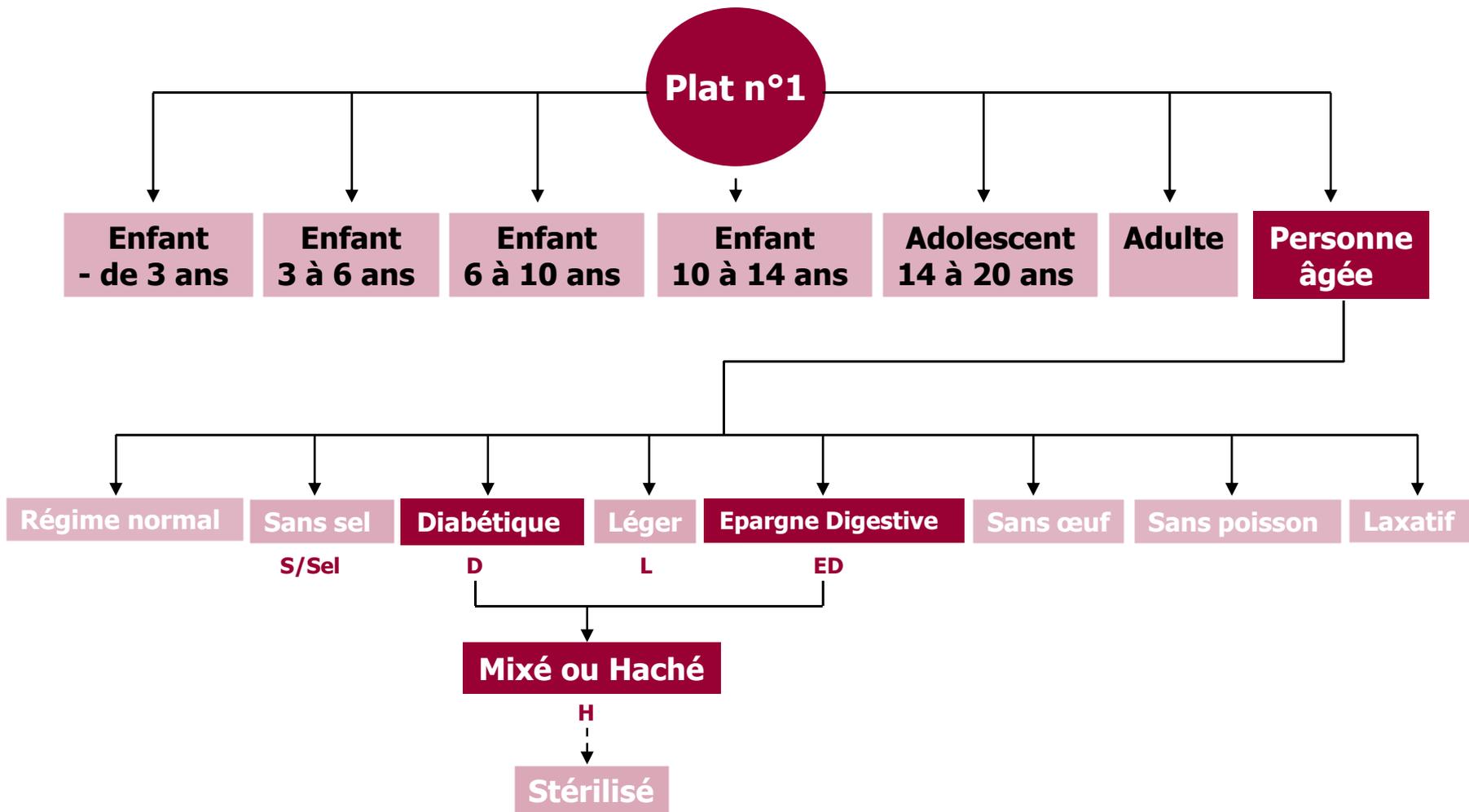
Support 2.4 : Synthèse pour une déclinaison d'un plat au CHU de Lille

Exemple pour une personne âgée, diabétique, et ayant des problèmes digestifs



Support 2.5 : Synthèse pour une déclinaison d'un plat au CHU de Lille

Exemple pour une personne âgée, diabétique, et ayant des problèmes digestifs



Les Chefs chargés de la restauration doivent donc être capables **à partir d'un plan menu :**
 de proposer **pour chaque recette ses déclinaisons répondant aux multiples types de convives et pathologies associées**

Annexe 1 : Une des recommandations alimentaires pour personnes âgées

SOURCES : OBSERVATOIRE ECONOMIQUE DE L'ACHAT PUBLIC

RECOMMANDATION RELATIVE A LA NUTRITION du 4 mai 2007**Approuvé par la décision n° 2007-17 du 4 mai 2007 du Comité exécutif de l'OEAP**

(N°J5-07 du 4 mai 2007) Pages 16 et 17.

**3.3. Personnes âgées en institution**

Il est rappelé que pour les repas des personnes âgées en cas de portage à domicile il convient de se reporter ci-dessus au §3.2, sauf exceptions mentionnées dans le présent §3.3.

Pour les personnes âgées en institution, l'alimentation fait partie des soins.

La prévention de la dénutrition des personnes âgées en institution (cf. supra § 2.6) est une priorité. Elle implique une **surveillance rigoureuse de la densité nutritionnelle de l'offre alimentaire par des personnels qualifiés** tels que les diététiciens (cf. avis du CNA n°53 du 15 décembre 2005, recommandation n°18).

Ceux-ci sont aptes à veiller à l'analyse détaillée des consommations, et à assurer le suivi du respect des objectifs nutritionnels propres aux personnes âgées en institution.

Les régimes restrictifs ne doivent pas être systématiques et prescrits par un médecin. Ils doivent rester rares dans les établissements publics d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), les personnes âgées ayant d'abord besoin du maintien d'une alimentation diversifiée, de qualité, et en quantité suffisante pour éviter les risques de carence nutritionnelle aux conséquences délétères évidentes.

Le plaisir de manger et la convivialité sont à encourager, la contrainte alimentaire (contrôle du sel ou des glucides par exemple) devant rester rare (traitement aux corticoïdes à forte dose, ou insuffisance cardiaque grave, par exemple). A cet égard, les goûts et habitudes alimentaires de la personne âgée doivent être pris en compte.

3.3.1. Surveillance de la densité nutritionnelle de l'offre alimentaire et apports protéino énergétiques aux personnes âgées en institution ou portage à domicile

Les personnes âgées, peuvent avoir des difficultés de mastication et souvent un appétit très modéré. Aussi, il est fondamental de **veiller à l'apport protéino énergétique proposé par l'alimentation quotidienne.**

L'alimentation à texture modifiée, telle que viande moulinée ou purée de légumes, doit apporter au convive un apport protéino-énergétique suffisant.

La modification de la texture change la couleur des aliments et leurs goûts. Aussi, la préparation de l'alimentation à texture modifiée doit privilégier les couleurs et les saveurs. Cette alimentation peut être enrichie par différents produits : par exemple enrichissement en protéines par du jaune d'œuf, du fromage râpé, de la poudre de lait ou du jambon, enrichissement en énergie par l'ajout de beurre ou de crème fraîche, et enrichissement en calcium par l'ajout de lait y compris dans les préparations salées comme les potages et les purées. 17

Pour satisfaire aux besoins protidiques et calciques des personnes âgées, il est recommandé d'enrichir les boissons lactées avec du lait en poudre demi-écrémé à raison de 10 %. La boisson doit être d'au moins 200ml de lait. Si la personne ne consomme pas de lait, on doit lui proposer un laitage ou une portion de fromage.

Ainsi qu'il a été dit supra en 3.2.3, le pain fait partie intégrante du repas. Il peut être remplacé par des biscottes, du pain de mie ou des céréales pour adulte dans le cas des personnes âgées ayant des problèmes de déglutition ou de mastication.

3.3.2. Organisation de la répartition et de la distribution des repas aux personnes âgées en institution

La journée s'articule en 4 repas : petit-déjeuner, déjeuner, goûter obligatoire dans l'après-midi, et dîner.

Il convient de **prévoir une ou plusieurs collations, diurnes et nocturnes, pour les personnes ayant des besoins nutritionnels augmentés, ou des difficultés à consommer un repas complet.**

Il est recommandé d'espacer les prises alimentaires d'au moins 3 heures, et de veiller à limiter le jeûne nocturne à 12 heures maximum (exemple : dîner servi à 19h00, petit-déjeuner servi à 7h00). Si le service du petit déjeuner ne peut être organisé assez tôt (planning de l'équipe ou habitude de levée de la personne), une collation doit être proposée vers 22h.

Pour les personnes âgées un apport hydrique est vital et doit être assuré, à raison d'un litre et demi par jour, voire plus en été et si le chauffage est très intense.

Le **temps consacré aux repas doit être suffisant** pour se nourrir convenablement. Le CNA (avis n°53 précité, 21ème recommandation) recommande au moins 30mn au petit déjeuner, une heure pour le déjeuner et 45mn au dîner.

Pour les **personnes âgées bénéficiant d'un portage à domicile des repas**, celui-ci peut consister en une seule livraison. S'agissant de l'élaboration des menus de ces personnes, il convient de se référer aux § 3.3.4 à 3.3.4.5 ci-après. Il est fréquent de compléter les repas de ces personnes en leur proposant des aliments supplémentaires, en veillant à la pertinence de ces aliments proposés en supplément, les fruits, les fromages, et les laitages étant à privilégier.

Document Elève 4

Exercice 1 : Les besoins alimentaires des personnes âgées

A partir du document Annexe 1 extrait de la recommandation relative à la nutrition (paragraphe 3-3-1 et 3-3-2 pages 16 et 17)
 Indiquer les apports nutritionnels à surveiller dans l'offre alimentaire des personnes âgées en institution, puis préciser les moyens pour y parvenir. Noter vos réponses dans le tableau ci-dessous.

Besoins nutritionnels à surveiller	Apports d'aliments pour y parvenir
.....
.....
.....
.....

Exercice 2 : Organisation et répartition des différents repas de la journée

Répartir la ration énergétique quotidienne d'une personne âgée, évaluée à **8400 kJ**, entre les différents repas de la journée, en respectant le cahier des charges suivant :

Petit déjeuner : 20 % de l'apport énergétique total	soit kJ
Déjeuner : 35 % de l'apport énergétique total	soit kJ
Goûter : 10 % de l'apport énergétique total	soit kJ
Dîner : 35 % de l'apport énergétique total	soit kJ

Pour les personnes âgées très dénutries, il faut fractionner davantage la prise d'aliments et ajouter une collation le matin et une collation le soir (voir Hyper)

Exercice 1 : Les besoins alimentaires des personnes âgées

A partir du document extrait de la recommandation relative à la nutrition (paragraphe 3-3-1 et 3-3-2 pages 16 et 17)

Indiquer les apports nutritionnels à surveiller dans l'offre alimentaire des personnes âgées en institution, puis préciser les moyens pour y parvenir. Noter vos réponses dans le tableau ci-dessous.

Besoins nutritionnels à surveiller	Apports d'aliments pour y parvenir
Apport en protéines	- jaune d'œuf - fromage - jambon - poudre de lait
Apport en énergie	- beurre - crème
Apport en calcium	- laitages
Apport en eau	- 1,5 litre / jour

Exercice 2 : Organisation et répartition des différents repas de la journée

Répartir la ration énergétique quotidienne d'une personne âgée, évaluée à **8400 kJ**, entre les différents repas de la journée, en respectant le cahier des charges suivant :

Petit déjeuner : 20 % de l'apport énergétique total	soit : 1680 kJ
Déjeuner : 35 % de l'apport énergétique total	soit : 2 940 kJ
Goûter : 10 % de l'apport énergétique total	soit : 840 kJ
Dîner : 35 % de l'apport énergétique total	soit : 2 940 kJ

Pour les personnes âgées très dénutries, il faut fractionner davantage la prise d'aliments et ajouter une collation le matin et une collation le soir (voir Hyper)

Document Elève 5

Exercice 3 : Le Plan menus d'une journée pour une personne âgée sans pathologie particulière

A partir de l'extrait du plan alimentaire du CHU de Lille proposé ci-dessous : **1.** Etablir les menus du DÉJEUNER et DÎNER de la journée. **2.** Choisir les laitages en vous aidant de la classification donnée. **3.** Evaluer les quantités à prévoir en vous aidant des grammages proposés dans la recommandation relative à la nutrition.

Plan alimentaire	Menus	Quantités à prévoir
PETIT DÉJEUNER - Boisson lactée - Céréales et dérivés - Matière grasse - Produit sucré - Jus de fruit	Lait à la chicorée Pain de mie Beurre Confiture de fraise Jus de pomme	250 ml 80 g 10 à 20 g 30 g 200 ml
COLLATION DU MATIN pour Hyper - Laitage	Riz au lait	100 g
DÉJEUNER - Entrée protéique avec poisson appertisé - Viande 2 ^{ème} catégorie - Féculent et cuit - Fromage à croûte fleurie - Fruit cru + pain et eau		
GOUTER - Jus de fruits - Laitage/céréales	Jus d'orange Biscuits secs et fromage blanc	200 ml 20 g + 100g
DÎNER - Œufs - Féculent et cuit - Fromage frais - Fruits cuits appertisés		
COLLATION DE NUIT pour Hyper - Fromage à pâte pressée non cuite	Saint Nectaire	40 g

Document Professeur 5 (exemple de proposition)

Exercice 3 : Le Plan menus d'une journée pour une personne âgée sans pathologie particulière

A partir de l'extrait du plan alimentaire du CHU de Lille proposé ci-dessous : **1.** Etablir les menus du DÉJEUNER et DÎNER de la journée. **2.** Choisir les laitages en vous aidant de la classification donnée. **3.** Evaluer les quantités à prévoir en vous aidant des grammages proposés dans la recommandation relative à la nutrition.

Plan alimentaire	Menus	Quantités à prévoir
PETIT DÉJEUNER		
- Boisson lactée	Lait à la chicorée	250 ml
- Céréales et dérivés	Pain de mie	80 g
- Matière grasse	Beurre	10 à 20 g
- Produit sucré	Confiture de fraise	30 g
- Jus de fruit	Jus de pomme	200 ml
COLLATION DU MATIN pour Hyper		
- Laitage	Riz au lait	100 g
DÉJEUNER		
- Entrée protéique avec poisson appertisé	à déterminer avec le professeur de cuisine	50 g
- Viande 2 ^{ème} catégorie	veau marengo	100 g
- Féculent et cuit	coquillettes tomates braisées	200g et 150 g
- fromage à croûte fleurie	camembert	40 g
- fruit cru	poire	1
+ pain et eau		50 g et bouteille eau
GOUTER		
- Jus de fruits	Jus d'orange	200 ml
- Laitage/céréales	Biscuits secs et fromage blanc	20 g + 100g
DÎNER		
- Œufs	Omelette au jambon	60 g
- féculent et cuit	Pommes sautées et champignons	200 g et 80 g
- Fromage frais	Petit suisse au chocolat	120 g
- Fruits cuits appertisés	à déterminer avec le professeur de cuisine	100 g
COLLATION DE NUIT pour Hyper		
- Fromage à pate pressée non cuite	Saint Nectaire	40 g

Voir avec le professeur de cuisine et Cours proposé dans le DVD

Voir avec le professeur de cuisine et Cours proposé dans le DVD

Approfondir ses capacités à répondre aux exigences de convives spécifiques

Vidéos : Mise en situation au CHU de Lille



[Vidéo « Intérêts des appertisés pour le CHU de Lille » :](#)

Durée: 5 mn

Isabelle Parmentier, Diététicienne, Responsable du pôle
Restauration

Doc élève 6 : Quelques caractéristiques des produits appertisés

Un atout pour la **gestion de** vos menus au **quotidien.**

- ✓ Facilité de
- ✓ Gain de temps :
- ✓ Economique :
- ✓ Stockage

En toute **sécurité** avec le respect de notre **environnement.**

- ✓ Des traitements thermiques qui vous garantissent
- ✓ Une rigoureuse de la matière première à l'utilisateur.



La conserve appertisée, des saveurs variées **toute l'année.**

- ✓ Une offre large :
- ✓ Des produits disponibles

La garantie d'une **alimentation saine et équilibrée.**

- ✓ Excellente couverture des
- ✓ Recommandations du PNNS*
 - . Consommation de fruits et légumes par jour
 - . Consommation de au moins deux fois par semaine.

Solution de **développement durable** grâce à son emballage métallique au **recyclage performant.**

- ✓ L'emballage : Boîtes en acier ou en aluminium % recyclables sans perte de ses qualités initiales.
- ✓ Conséquences pour notre planète :

Dans ce DVD : Une étude récente* confirme que la boîte de conserve figure dans le peloton de tête des emballages les plus « éco-efficaces. »

* Etudes TNO, Pays Bas, 2004

Doc professeur 6 : Quelques caractéristiques des produits appertisés

Un atout pour la **gestion de** vos menus au **quotidien.**

- ✓ Facilité de **préparation.**
- ✓ Gain de temps : **pas de lavage, de parage, d'épluchage.**
- ✓ Economique : **Bon rapport prix/portion.**
- ✓ Stockage à **température ambiante.**

En toute **sécurité** avec le respect de notre **environnement.**

- ✓ Des traitements thermiques qui vous garantissent **une sécurité bactériologique optimale.**
- ✓ Une **traçabilité** rigoureuse de la matière première à l'utilisateur.



La conserve appertisée, des saveurs variées **toute l'année.**

- ✓ Une offre large : des légumes aux poissons, des plats cuisinés aux sauces, des fruits aux compotes...
- ✓ Des saveurs disponibles à tout moment et en toutes saisons.

La garantie d'une **alimentation saine et équilibrée.**

- ✓ Excellente couverture des **besoins nutritionnels.**
- ✓ Recommandations du PNNS*
 - . Consommation de **5 fruits et légumes** par jour
 - . Consommation de **poissons** au moins deux fois par semaine.

Solution de **développement durable** grâce à son emballage métallique au **recyclage performant.**

- ✓ L'emballage : Boîtes en acier ou en aluminium **100 % recyclables** sans perte de ses qualités initiales.
- ✓ Notre planète : **A terme cela signifie de prélever moins de matières premières sur notre planète.**

Dans ce DVD : Une étude récente* confirme que la boîte de conserve figure dans le peloton de tête des emballages les plus « **éco-efficaces.** »

* Etudes TNO, Pays Bas, 2004

Annexe 2 : Autres recommandations alimentaires pour personnes âgées

SOURCES : OBSERVATOIRE ECONOMIQUE DE L'ACHAT PUBLIC

RECOMMANDATION RELATIVE A LA NUTRITION du 4 mai 2007**Approuvé par la décision n° 2007-17 du 4 mai 2007 du Comité exécutif de l'OEAP**

(N°J5-07 du 4 mai 2007) Pages 23 à 25.

**4.2.1. Fréquences de service des aliments aux enfants scolarisés, aux adolescents, aux adultes et aux personnes âgées en cas de portage à domicile**

Les fréquences de service des aliments recommandées pour les enfants scolarisés, les adolescents, les adultes et les personnes âgées en cas de portage à domicile sont précisées en **annexe 3**.

Ces fréquences sont applicables pour tout type de restauration collective lorsqu'il y a menu unique.

Dans le cas des internats, la même grille d'analyse critique est appliquée sur les menus des diners. Les études réalisées¹⁷ sur la composition des diners ne sont pas nombreuses, mais elles montrent que les menus sont particulièrement déséquilibrés, riches en lipides et en sucres simples notamment.

Les menus doivent être réalisés à partir d'un plan alimentaire sur 20 repas successifs.

La variété des plats protidiques est essentielle : poisson, bœuf, volaille, veau, porc, agneau, oeufs, et abats, intéressants pour leur forte teneur en fer, toutes ces variétés doivent être bien représentées. Lorsque le service propose un libre choix, il existe 2 possibilités selon la population servie :

- Le choix dirigé : en restauration scolaire en maternelle, élémentaire ou collège, et en restauration hospitalière les choix doivent être équivalents nutritionnellement pour une catégorie donnée d'aliments, et respecter les fréquences définies ci-après.
- Le menu conseillé : dans le cas de la restauration d'adultes non-hospitalisés ou en restauration scolaire type lycée, l'acheteur doit exiger chaque jour l'affichage d'un menu conforme aux présentes recommandations nutritionnelles. Les fréquences préconisées ci-après doivent être respectées dans le menu ainsi conseillé aux convives.

Dans le cadre d'un libre-service à choix multiples, il est essentiel que l'offre soit conçue de façon cohérente, les choix doivent intégrer la globalité des recommandations et la grille des fréquences sera également valable en faisant un rapport sur 20.

Par exemple : 3 choix d'entrées par jour, soit 60 recettes sur 20 journées de service restauration.

Si, sur les 60 recettes 12 entrées à base de charcuteries sont proposées en 20 jours, on considère comme respecté le critère de 4 entrées maximum > ou = à 15% de MG sur 20 entrées successives.

Plutôt que de limiter le service à une seule variété de fromages, il est recommandé de proposer un choix de plusieurs fromages ou produits laitiers équivalents.

Afin de respecter les objectifs nutritionnels, il convient de prendre soin d'organiser les achats de telle façon que les fromages riches en calcium soient les mieux représentés.

Il est important que les agents, formés à la nutrition, encouragent les adolescents à faire des choix adaptés.

L'**annexe 3** ci-après est donc utilisable pour le contrôle des fréquences de service des aliments dans le cas d'un menu unique, d'un choix dirigé ou d'un menu conseillé proposé en libre service.

Les fréquences détaillées dans cette annexe, et les aliments sur lesquels elles portent sont présentés ci-après par objectif nutritionnel à atteindre (Cf. § 2.1 à 2.5).

Il est important que les noms des produits apparaissent précisément sur les menus, notamment les noms des fromages, afin de permettre la validation de l'offre proposée.

Pour vérifier la composition des produits, il convient de demander aux fournisseurs les fiches techniques établies par les fabricants des produits livrés.

4.2.1.1. Diminuer les apports lipidiques et rééquilibrer la consommation d'acides gras pour les enfants scolarisés, les adolescents, les adultes et les personnes âgées aux portages à domicile

Afin d'atteindre cet objectif nutritionnel (cf. § 2.1) les fréquences recommandées portent sur la limitation de la consommation des composantes suivantes:

- entrées contenant plus de 15% de lipides ;
 - produits à frire ou préfaits contenant plus de 15% de lipides ;
 - plats protidiques dont le rapport P/L (protides/lipides) est inférieur ou égal à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats d'oeufs).

Bien que les **acides gras trans** ne soient pas systématiquement dosés et étiquetés, **il convient de choisir, dans la mesure du possible et sur la base des fiches techniques de composition de produit à demander aux fournisseurs, des aliments à faible teneur en acides gras trans**. Pour les aliments industriels de type viennoiseries, pâtisseries, biscuits, barres, qui peuvent apporter beaucoup d'acides gras trans, il est recommandé de préférer des produits contenant moins d'1 g d'acides gras trans pour 100g (Rapport Afssa avril 2005- Risques et bénéfices pour la santé des AG trans apportés par les aliments). Comme la teneur en acides gras trans des produits est généralement corrélée à leur teneur en acides gras saturés, le choix de produits les plus pauvres possibles en acides gras saturés permet de réduire l'apport des acides gras trans (Rapport Afssa précité).

Document élève 7

Exercice 4 : Qualités caractéristiques des appertisés

Qualité nutritionnelle, sanitaire et organoleptique... Le CHU de Lille utilise des produits appertisés parmi ces nombreuses ressources matières. Vous pourriez en cours de cuisine avoir à créer une entrée avec du poisson appertisé et un dessert avec des fruits cuits appertisés dans un cadre adapté à ce type de restauration. Retenons alors quelques avantages caractéristiques de ces appertisés pour cet univers de restauration et quelques règles essentielles pour une bonne prestation.

Qualité nutritionnelle

Poisson appertisé

- Apport de protéines renfermant des acides aminés indispensables
 - Apport limité de lipides contenant des acides gras essentiels poly insaturés de type oméga-3
 - Apport de minéraux (fer, phosphore, fluor, zinc, cuivre, sélénium ...)
 - Apport de vitamines du groupe B et de vitamines D et A dans les poissons gras (Préférer les conserves au naturel ou à l'huile d'olive ou de colza)
- Remarque : possibilité d'utiliser des appertisés sans sel.

Fruits appertisés

- Meilleure digestibilité car les fibres sont attendries.
- Le sirop contient des vitamines hydrosolubles B et C et des minéraux

Qualité sanitaire

Tous les micro-organismes sont détruits.

Qualité d'usage

- Longue conservation la DLUO peut atteindre plusieurs mois.
- Facilité et rapidité d'emploi
- Emballage recyclable

QUALITE ORGANOLEPTIQUE

Les recettes créées par le chef, et la présentation des assiettes doivent mettre les convives en appétit et satisfaire au plaisir des sens.

La recommandation relative à la nutrition évoque l'importance de :

- la couleur et la sapidité de préparations mixées,
- la sapidité des assaisonnements,
- le respect du goût et des habitudes des personnes âgées,
- la présentation de la garniture à côté de la viande, quand celle-ci est hachée.
- le contrôle du sel et du sucre qui doit rester exceptionnel pour les personnes âgées.

EXERCICE 4

Lire la recommandation relative à la nutrition page 23 paragraphe 4-2-1 à page 25 paragraphe 4-2-1-1-1 puis répondre aux 2 questions suivantes :

Citer 5 poissons gras.

--	--	--	--	--

Inscrire les apports alimentaires intéressants de ces poissons

--	--	--	--	--

Document Professeur 7

Exercice 4 : Qualités caractéristiques des appertisés

Qualité Nutritionnelle, sanitaire et organoleptique... Le CHU de Lille utilise des produits appertisés parmi ces nombreuses ressources matières. Vous pourriez en cours de cuisine avoir à créer une entrée avec du poisson appertisé et un dessert avec des fruits cuits appertisés dans un cadre adapté à ce type de restauration. Retenons alors quelques avantages caractéristiques de ces appertisés pour cet univers de restauration et quelques règles essentielles pour une bonne prestation.

Qualité nutritionnelle

Poisson appertisé

- Apport de protéines renfermant des acides aminés indispensables
- Apport limité de lipides contenant des acides gras essentiels poly insaturés de type oméga-3
- Apport de minéraux (fer, phosphore, fluor, zinc, cuivre, sélénium ...)
- Apport de vitamines du groupe B et de vitamines D et A dans les poissons gras (Préférer les conserves au naturel ou à l'huile d'olive ou de colza)

Remarque : possibilité d'utiliser des appertisés sans sel.

Fruits appertisés

- Meilleure digestibilité car les fibres sont attendries.
- Le sirop contient des vitamines hydrosolubles B et C et des minéraux

Qualité sanitaire

Tous les micro-organismes sont détruits.

Qualité d'usage

- Longue conservation la DLUO peut atteindre plusieurs mois.
- Facilité d'emploi
- Emballage recyclable

EXERCICE 4

Lire la recommandation relative à la nutrition page 23 paragraphe 4-2-1 à page 25 paragraphe 4-2-1-1-1 puis répondre aux 2 questions suivantes :

Citer 5 poissons gras.

Thon

Saumon

maquereau

sardine

truite

Inscrire les apports alimentaires intéressants de ces poissons

Protides

fer

Vitamine D

Acides gras Oméga 3

QUALITE ORGANOLEPTIQUE

Les recettes créées par le chef, et la présentation des assiettes doivent mettre les convives en appétit et satisfaire au plaisir des sens.

La recommandation relative à la nutrition évoque l'importance de :

- la couleur et la sapidité de préparations mixées,
- la sapidité des assaisonnements,
- le respect du goût et des habitudes des personnes âgées,
- la présentation de la garniture à côté de la viande, quand celle-ci est hachée.
- le contrôle du sel et du sucre qui doit rester exceptionnel pour les personnes âgées.