



ÉLABORATION DE MENUS / RÉGIMES ALIMENTAIRES



OBJECTIFS DE LA FORMATION

PUBLIC CONCERNÉ

- Intervenant à domicile
- Cuisinier, Aide-cuisinier
- Personnel soignant

PRÉ-REQUIS

- Aucun pré-requis

DÉBUT DE LA FORMATION

Tout au long de l'année

MODALITÉS DE FINANCEMENT

Plan de développement des compétences

PRIX DE LA FORMATION

3300€

- Acquérir les bases de la diététique.
- Savoir composer et programmer les menus en tenant compte des besoins des bénéficiaires et obligations nutritionnelles (décrets n°2012-143 et n°2012-144 du 30 janvier 2012).
- Disposer de repères, d'outils nécessaires à l'élaboration des menus
- Connaître les principaux régimes et savoir les mettre en application.
- Être capable d'analyser une situation nutritionnelle, de conseiller et de proposer une alimentation adaptée à chaque bénéficiaire.
- Développer sa compétence en matière d'alimentation et de nutrition.

CONTENU DE LA FORMATION

1. Les bases de la diététique, l'équilibre alimentaire

- Les apports nutritionnels conseillés.
- Les aliments, les nutriments et les groupes d'aliments.
- L'équilibre des différents repas : association et variété.

2. L'élaboration des menus

- Objectifs nutritionnels.
- Les catégories d'aliments et leur fréquence de consommation
- Dose et grammage
- Le plan alimentaire : technique d'élaboration.
- La rédaction des menus.

3. Le lien entre alimentation et pathologies.

4. Recommandations actuelles et applications pratiques pour

- Le diabète de type I et II.
- Le surpoids et l'obésité.
- Les troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie, hyperphagie, ...).
- Les dyslipidémies (hypercholestérolémie et hypertriglycéridémie).
- La dénutrition, la dysphagie (enrichissement et adaptation de la consistance des aliments pour faciliter la déglutition).
- Les allergies alimentaires

5. Le régime sans sel, le régime anti-diarrhéique, le régime anti-constipation.

6. Les produits diététiques et de régimes.

Durée : 3 jours

VOS CONSEILLERS DE L'AGENCE DE DORDOGNE

Sophie FERRAGGI
Conseillère en Formation
Professionnelle
sophie.ferraggi@greta-cfa-
aquitaine.fr
05 53 02 75 02
06 30 52 75 43

Alexandra SALON
Assistante commerciale
pole.commercialisation24@greta-
cfa-aquitaine.fr
05 53 02 17 69 / 06 30 52 77
49



ÉLABORATION DE MENUS / RÉGIMES ALIMENTAIRES



MODALITÉS D'ÉVALUATION

Attestation de formation
Evaluation de la formation, bilan

PROFIL DES INTERVENANTS

Formatrice experte du réseau des Greta, diététicienne de formation

VOS CONSEILLERS DE L'AGENCE DE DORDOGNE

Sophie FERRAGGI
Conseillère en Formation
Professionnelle
sophie.ferraggi@greta-cfa-
aquitaine.fr
05 53 02 75 02
06 30 52 75 43

Alexandra SALON
Assistante commerciale
pole.commercialisation24@greta-
cfa-aquitaine.fr
05 53 02 17 69 / 06 30 52 77
49