

ANNEXE 2 – Grammages

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|---|-----------------------------------|----------------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--|---|--|
| REPAS PRINCIPAUX | | | | | | | |
| PAIN | 10 | 20 | 40 | 50 | de 50 à 100 | 50 | 50 |
| CRUDITÉS sans assaisonnement | | | | | | | |
| Avocat (à l'unité) | 1/4(1) | 1/4 | 1/4 | 1/2 | 1/2 | 1/2 | 1/2 |
| Carottes, céleri et autres racines râpées | 40(1) | 40 | 50 | 70 | 90 à 120 | 70 | 70 |
| Choux rouge et choux blanc émincé | 30(1) | 30 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Concombre | 40(1) | 40 | 60 | 80 | 90 à 100 | 90 | 90 |
| Endive | 20(1) | 20 | 20 | 30 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Melon, Pastèque | 80(1) | 80 | 120 | 150 | 150 à 200 | 150 | 150 |
| Pamplemousse (à l'unité) | 1/4(1) | 1/4 | 1/2 | 1/2 | 1/2 | 1/2 | 1/2 |
| Radis | 20(1) | 20 | 30 | 50 | 80 à 100 | 60 | 60 |
| Salade verte | 0 | 0 | 25 | 30 | 40 à 60 | 30 | 30 |
| Tomate | 40(1) | 40 | 60 | 80 | 100 à 120 | 80 | 80 |
| Salade composée à base de crudités | 40(1) | 40 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Champignons crus | 30(1) | 30 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Fenouil | 30(1) | 30 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| CUIDITES sans assaisonnement | | | | | | | |
| Potage à base de légumes (en litres) | 1/8(1) | 1/8 | 1/8 | 1/6 | 1/4 | 1/4 | 1/4 |
| Artichaut entier (à l'unité) | 1/2(1) | 1/2 | 1/2 | 1/2 | 1 | 1 | 1 |
| Fond d'artichaut | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Asperges | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 80 à 100 | 80 | 80 |
| Betteraves | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Céleri | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Champignons | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 100 à 120 | 80 | 80 |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|--|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| Choux fleurs | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Cœurs de palmier | 30(1) | 30 | 40 | 60 | 80 à 100 | 70 | 70 |
| Fenouil | 30(1) | 30 | 40 | 60 | 80 à 100 | 70 | 70 |
| Haricots verts | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Poireaux (blancs de poireaux) | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Salade composée à base de légumes cuits | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 80 | 80 |
| Soja (germes de haricots mungo) | 30(1) | 30 | 50 | 70 | 90 à 120 | 70 | 70 |
| Terrine de légumes | 0 | 0 | 30 | 30 | 30 à 50 | 30 | 30 |
| ENTRÉES DE FÉCULENT (Salades composées à base de P. de T., blé, riz, semoule ou pâtes) | 30(1) | 30 | 60 | 80 | 100 à 150 | 100 | 100 |
| ENTREES PROTIDIQUES DIVERSES | | | | | | | |
| Œuf dur (à l'unité) | 0 | 1/4 | 1/2 | 1 | de 1 à 1,5 | 1 | 1 |
| Hareng/garniture | 0 | 0 | 0 | 40 | de 40 à 60 | 60 | 60 |
| Maquereau | 0 | 15 | 30 | 30 | 40 à 50 | 50 | 50 |
| Sardines (à l'unité) sauf exception mentionnée | 0 | 1/2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Thon au naturel | 0 | 15 | 30 | 30 | 40 à 50 | 50 | 50 |
| Jambon cru de pays | 0 | 0 | 20 | 30 | 40 à 50 | 50 | 50 |
| Jambon blanc | 0 | 15 | 30 | 40 | 50 | 50 | 50 |
| Pâté, terrine , mousse | 0 | 0 | 30 | 30 | 30 à 50 | 50 | 50 |
| Pâté en croûte | 0 | 0 | 45 | 45 | 65 | 65 | 65 |
| Rillettes | 0 | 0 | 30 | 30 | 30 à 50 | 50 | 50 |
| Salami – Saucisson – Mortadelle | 0 | 0 | 30 | 30 | 40 à 50 | 50 | 50 |
| PREPARATIONS PATISSIERES SALEES | | | | | | | |
| Nems | 0 | 0 | 50 | 50 | 100 | 50 | 50 |
| Crêpes | 0 | 0 | 50 | 50 | 100 | 50 | 50 |
| Friand, feuilleté | 0 | 0 | 60 à 70 | 60 à 70 | 90 à 120 | 70 | 70 |
| Pizza | 0 | 0 | 70 | 70 | 90 | 70 | 70 |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|---|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| Tarte salée | 0 | 0 | 70 | 70 | 90 | 70 | 70 |
| ASSAISONNEMENT HORS D'OEUVRE (poids de la matière grasse) | 3(1) | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 8 |
| VIANDES SANS SAUCE | | | | | | | |
| BŒUF | | | | | | | |
| Bœuf braisé, bœuf sauté, bouilli de bœuf | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Rôti de bœuf, steak | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 60 |
| Steak haché | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 | 100 | 70 |
| Hamburger | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 | 100 | 70 |
| Boulettes de bœuf de 30g pièce crues (à l'unité) | 0 | 0 | 2 | 3 | 4 à 5 | 4 | 3 |
| Bolognaise viande | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 80 à 100 | 100 | 70 |
| VEAU | | | | | | | |
| Sauté de veau ou blanquette (sans os) | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Escalope de veau, rôti de veau | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 100 | 70 |
| Steak haché de veau | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 80 à 100 | 100 | 70 |
| Hamburger veau, Rissolette veau | 0 | 0 | 50 | 70 | 80 à 100 | 80 | 60 |
| Paupiette de veau | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| AGNEAU-MOUTON | | | | | | | |
| Gigot | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 60 |
| Sauté (sans os) | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Côte d'agneau avec os | 0 | 0 | 0 | 80 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Boulettes d'agneau-mouton de 30g pièce crues (à l'unité) | 0 | 0 | 2 | 3 | 4 à 5 | 3 | 2 |
| Merguez de 50 g pièce crues (à l'unité) | 0 | 0 | 1 | 2 | 2 à 3 | 2 | 1,5 |
| PORC | | | | | | | |
| Rôti de porc, grillade (sans os) | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 100 | 70 |
| Sauté (sans os) | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Côte de porc | 0 | 0 | 0 | 80 | 100 à 120 | 100 | 70 |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|---|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| Jambon DD, palette de porc | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 70 |
| Andouillettes | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Saucisse chipolatas de 50 g pièce crue (à l'unité) | 0 | 0 | 1 | 2 | 2 à 3 | 2 | 1,5 |
| Saucisse de Francfort Strasbourg de 50 g pièce crue (à l'unité) | 0 | 0 | 1 | 2 | 2 à 3 | 2 | 1,5 |
| Saucisse Toulouse, Montbéliard, Morteau | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| VOLAILLE-LAPIN | | | | | | | |
| Rôti de volaille, escalope de volaille, blanc de poulet | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 60 |
| Sauté | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Jambon de volaille | 10 à 20 | 20 | 40 | 60 | 80 à 100 | 80 | 60 |
| Cordon bleu | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Cuisse de poulet, de pintade, de canard | 20 | 30 | 100 | 140 | 140 à 180 | 140 | 100 |
| Brochette | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Paupiette de volaille | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Fingers, beignets, nuggets de 20 g pièce crus | 0 | 0 | 2 | 3 | 5 | 5 | 3,5 |
| Escalope panée | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Cuisse de lapin | 20 | 30 | 100 | 140 | 140 à 180 | 140 | 100 |
| Lapin sauté | 0 | 0 | 0 | 0 | 140 à 180 | 140 | 100 |
| Paupiette de lapin | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Saucisse de volaille de 50g pièce crue (à l'unité) | 0 | 0 | 1 | 2 | 2 à 3 | 2 | 1,5 |
| ABATS | | | | | | | |
| Foie, langue, rognons, boudin | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Tripes avec sauce | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 200 | 100 à 200 | 140 |
| OEUFS (plat principal) | | | | | | | |
| Œufs durs (à l'unité) | 1/4(1) | 1/2 | 1 | 2 | 2 à 3 | 2 | 1,5 |
| Omelette | 10(1) | 20 | 60 | 90 | 90 à 130 | 90 | 60 |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|--|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| POISSONS (Sans sauce) | | | | | | | |
| Poissons non enrobés sans arêtes (filets, rôtis, steaks, brochettes, cubes) | 10 à 20 | 20 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Brochettes de poisson | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Darne | 0 | 0 | 0 | 0 | 120 à 140 | 120 | 80 |
| Beignets, poissons panés ou enrobés (croquettes, paupiettes,...) | 0 | 0 | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Poissons entiers | 0 | 0 | 0 | 0 | 150 à 170 | 150 | 110 |
| PLATS COMPOSES (denrée protidique et garniture) | | | | | | | |
| Plat composé, choucroute, paëlla, etc. (poids minimum d'aliment protidique) | 0 | 20(3) | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Hachis Parmentier, Brandade, Légumes farcis (poids minimum d'aliment protidique) | 10 | 20(3) | 50 | 70 | 100 à 120 | 100 | 70 |
| Raviolis, Cannellonis, Lasagnes ... (poids ration avec sauce) | 0 | 180(3) | 180 | 250 | 250 à 300 | 250 | 175 |
| Préparations pâtisseries (crêpes, pizzas, croque-monsieur, friands, quiches) | 0 | 60(3) + garniture obligatoire de légumes | 100 | 150 | 200 | 150 | 150 |
| Quenelle | 0 | 40(3) + garniture légumes obligatoire | 60 | 80 | 120 à 160 | 120 | 80 |
| LEGUMES CUIITS | 120(1) | 120 | 100 | 100 | 150 | 150 | 150 |
| FÉCULENTS CUIITS | | | | | | | |
| Riz – Pâtes – Pommes de terre | 120(1) | 120 | 120 | 170 | 200 à 250 | 200 | 200 |
| Purée de pomme de terre, fraîche ou reconstituée | 0 | 150 | 150 | 180 | 250 | 230 | 230 |
| Frites | 0 | 100 | 120 | 170 | 200 à 250 | 200 | 200 |
| Légumes secs | 0 | 120 | 120 | 170 | 200 à 250 | 200 | 200 |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|--|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| Purée de légumes (légumes et pomme de terre) pour les enfants mangeant mixé | 200 | / | / | / | / | / | / |
| SAUCES POUR PLATS (jus de viande, sauce tomate, béchamel, beurre blanc, sauce crème, sauce forestière, mayonnaise, ketchup, etc.) Poids de la matière grasse | 3 (1) | 5 | 5 | 7 | 8 | 8 | 8 |
| FROMAGES | 20(1) | 20 | 20 | 30 | 30 à 40 | 40 | 40 |
| PRODUITS LAITIERS FRAIS | | | | | | | |
| Fromage blanc, fromages frais | 0 | 100 | 100 à 120 | 100 à 120 | 100 à 120 | 100 | 100 |
| Yaourt | 0 | 100-125 | 100-125 | 100-125 | 100-125 | 100-125 | 100-125 |
| Petit suisse | 0 | 60 | 60 | 60 | 120 | 120 | 120 |
| Lait demi-écrémé en ml des menus 4 composantes | 0 | 0 | 125 | 125 | 125(2) | / | / |
| Lait infantile ou équivalent (en ml) | 200 à 250 | 200 à 250 | / | / | / | / | / |
| DESSERTS | | | | | | | |
| Desserts lactés | 0 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Mousse (en cl) | 0 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| Fruits crus | 80(1) | 80 à 100 | 100 | 100 | 100 à 150 | 100 à 150 | 100 à 150 |
| Fruits cuits | 80 à 100 | 80 à 100 | 100 | 100 | 100 à 150 | 100 à 150 | 100 à 150 |
| Pâtisseries fraîches ou surgelées en portions | 20 | 20 | 40 | 40 | 60 | 60 | 60 |
| Pâtisseries fraîches ou surgelées à portionner | 30 | 30 | 60 | 60 | 80 | 80 | 80 |
| Pâtisserie sèche emballée | 15 | 15 | 30 | 30 | 50 | 50 | 50 |
| Biscuits d'accompagnement | 10 | 10 | 15 | 15 | 20 | 20 | 20 |
| JUS DE FRUITS (en ml) (1) | / | / | / | / | / | 200 | / |
| GOUTER, COLLATION (enfants, adolescents et personnes âgées en institution) | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, Personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution | |

| PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées. | Enfants de moins de 18 mois | Enfants de plus de 18 mois | Enfants en maternelle | Enfants en classe élémentaire | Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile | Personnes âgées en institution Déjeuner | Personnes âgées en institution Dîner |
|---|--|---|----------------------------------|--|--|---|--|
| Pain | 10 à 20 | 30 à 40 | 40 | 50 | 80 | 40 | |
| Biscuits secs | 15(1) | 20 à 30 | / | / | / | / | |
| Céréales (enfants et adolescents uniquement) | 10 à 20 | 30 | 30 à 40 | 50/60 | 80 | / | |
| Pâtisseries sèches emballées | 15(1) | 20 à 30 | 30 | 30 | 50 | 50 | |
| Confiture, chocolat, miel | 10(1) (sans urgence) | 15 | 20 | 20 | 30 | 30 | |
| Fruit cru | 80 à 100 | 80 à 100 | 100 | 100 | 100 à 150 | 100 à 150 | |
| Fruit cuit | 80 à 100 | 80 à 100 | 100 | 100 | 100 à 150 | 100 à 150 | |
| Lait 1/2 écrémé (en ml) | 0 | 150 | 125 | 125 | 250 | 150 | |
| Jus de fruits (en ml) (1) | 0 | 80 | / | / | / | 200 | |
| Yaourt | 0 | 100 à 125 | 100 à 125 | 100 à 125 | 100 à 125 | 100 à 125 | |
| Fromage blanc | 0 | 100 | 100 à 120 | 100 à 120 | 100 à 120 | 100 | |
| Fromage | 20(1) | 20 | 20 | 30 | 30 à 40 | 40 | |
| Petit suisse | 0 | 60 | 60 | 60 | 120 | 120 | |
| Lait infantile ou équivalent (en ml) | 200 à 250 | 200 à 250 | / | / | / | / | |

(1) Cf. § 3.3.5 ci-dessus, et l'annexe « glossaire » ci-après, pour la définition réglementaire des jus de fruits

ANNEXE 3

| GEMRCN - FREQUENCES RECOMMANDEES DE SERVICE DES PLATS POUR LES REPAS DES ENFANTS DE PLUS DE 3 ANS, DES ADOLESCENTS, DES ADULTES ET DES PERSONNES AGEES EN CAS DE PORTAGE A DOMICILE (1) (2) (3) 2007 FEUILLE DE CONTRÔLE | | | | | | | | |
|---|----|---------------------|--------|-----------------|-----------------------------|-----------------|---------|-----------------------|
| Période du | au | (au moins 20 repas) | Entrée | Plat protidique | Garniture ou accompagnement | Produit laitier | Dessert | Fréquence recommandée |
| Entrées contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | | 4/20 maxi |
| Crudités légumes ou fruits | | | | | | | | 10/20 mini |
| Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | | 4/20 maxi |
| Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs) | | | | | | | | 2/20 maxi |
| Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70 % de poisson, et ayant un P/L > ou = 2 | | | | | | | | 4/20 mini |
| Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie | | | | | | | | 4/20 mini |
| Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf et/ou de fromage, contenant moins de 70 % de viande, de poisson ou d'œuf | | | | | | | | 4/20 maxi |
| Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50 % de légumes | | | | | | | | 10 sur 20 |
| Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange | | | | | | | | 10 sur 20 |
| Fromages contenant au moins 150 mg de calcium par portion | | | (4) | | | | | 8/20 mini |

| | | | | | | |
|---|-----|--|--|--|--|-----------|
| Fromages contenant au moins 100 mg et moins de 150 mg de calcium par portion | (4) | | | | | 4/20 mini |
| Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 100 mg de calcium, et moins de 5g de lipides par portion | | | | | | 6/20 mini |
| Desserts contenant plus de 15 % de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion | | | | | | 3/20 maxi |
| Desserts contenant moins de 15 % de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion | | | | | | 4/20 maxi |
| Desserts de fruits crus | | | | | | 8/20 mini |
| <p>(1) Ce tableau s'emploie pour le contrôle des fréquences de service des aliments en cas de menu unique, choix dirigé ou menu conseillé. Seules les cases non grisées sont pertinentes.</p> <p>(2) Ces fréquences s'appliquent aux menus servis dans toutes les structures publiques de restauration (professionnelle, éducative, de soins, militaire, carcérale, etc.)</p> <p>(3) Dans le cas d'un internat, analyser séparément les déjeuners et les dîners</p> <p>(4) Fromage servi en tant que tel, ou en entrée composée</p> | | | | | | |

ANNEXE 4

| GEMRCN (2007) FREQUENCES RECOMMANDEES POUR NOURRISSONS ET JEUNES ENFANTS EN CRECHE, HALTE GARDERIE OU STRUCTURE DE SOINS (1) | | | | | | | | |
|--|--|--------|-----------------|-----------------------------|-----------------|------------------|-----------------------|-----------------------|
| FEUILLE DE CONTRÔLE | | | | | | | | |
| Période du au (au moins 20 repas) | | | | | | Moins de 18 mois | Plus de 18 mois | |
| | | Entrée | Plat protidique | Garniture ou accompagnement | Produit laitier | Dessert | Fréquence recommandée | Fréquence recommandée |
| Entrées contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | 0 (2) | 1/20 maxi |
| Crudités légumes ou fruits (à partir de 12 mois) | | | | | | | 8/20 mini | 8/20 mini |
| Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | 0 (2) | 2/20 maxi |
| Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs) | | | | | | | 0 (2) | 0 (2) |
| Filets de poisson 100 % poisson | | | | | | | 4/20 mini | 4/20 mini |
| Viandes non hachées (à l'achat) de bœuf, de veau, d'agneau | | | | | | | 4/20 mini | 4/20 mini |
| Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf et/ou de fromage, contenant moins de 70 % de viande, de poisson ou d'œuf | | | | | | | 0 (2) | 0 (2) |
| Légumes cuits autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50 % de légumes | | | | | | | 20 sur 20 | 10 sur 20 mini |
| Pommes de terre, pâtes, riz, semoule (ou blé et légumes secs à partir de 18 mois) | | | | | | | 20 sur 20 | 10 sur 20 maxi |
| Fromages contenant au moins 75mg (3) de calcium par portion (à partir de 12 mois) | | (5) | | | | | 10/20 mini | 10/20 mini |
| Fromages contenant au moins 50mg (4) et moins de 75mg (3) de calcium par portion (à partir de 12 mois) | | (5) | | | | | 8/20 mini | 8/20 mini |

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|------------|------------|
| Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 50mg (4) de calcium et moins de 5g de lipides par portion | | | | | | 2/20 mini | 2/20 mini |
| Desserts contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | 1/20 maxi | 1/20 maxi |
| Desserts de fruits crus (à/c de 12 mois) ou cuits | | | | | | 19/20 mini | 19/20 mini |
| Desserts contenant plus de 20g de glucides simples par portion | | | | | | 1/20 maxi | 1/20 maxi |

(1) Ce tableau s'emploie pour le contrôle des fréquences de service des aliments ; seules les cases non grisées sont pertinentes.

(2) La mention 0 signifie que le plat est déconseillé pour cette tranche d'âge

(3) Correspondant à 150mg pour une portion adulte

(4) Correspondant à 100mg pour une portion adulte

(5) Fromage servi en tant que tel, ou en entrée composée

ANNEXE 5

| GEMRCN (2007) FREQUENCES RECOMMANDEES POUR LES PERSONNES AGEES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS (1) | | | | | | | | | |
|---|----|---------------------|--------|-----------------|-----------------------------|-----------------|-----------|-----------------------|-----------------------|
| FEUILLE DE CONTRÔLE | | | | | | Déjeuner(4) | Dîner (4) | | |
| Période du | au | (au moins 20 repas) | Entrée | Plat protidique | Garniture ou accompagnement | Produit Laitier | Dessert | Fréquence recommandée | Fréquence recommandée |
| | | | | | | | | 8/20 maxi | 2/20 maxi |
| | | | | | | | | 10/20 mini | 15/20 mini |
| | | | | | | | | 4/20 maxi | 2/20 maxi |
| | | | | | | | | 2/20 maxi | 4/20 maxi |
| | | | | | | | | 4/20 mini | 2/20 mini |
| | | | | | | | | 4/20 mini | 2/20 mini |
| | | | | | | | | 2/20 maxi | 6/20 maxi |
| | | | | | | | | 10 sur 20 | 7 / 20 mini |
| | | | | | | | | 10 sur 20 | 7 / 20 mini |
| | | | (5) | | | | | 8/20 mini | 8/20 mini |
| | | | (5) | | | | | 4/20 mini | 4/20 mini |

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|-------------------|-----------|
| Produits laitiers et desserts lactés contenant au moins 100mg de calcium, et moins de 5g de lipides, par portion | | | | | | 6/20 mini | 6/20 mini |
| Desserts contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | 4/20 maxi | 2/20 maxi |
| Desserts de fruits crus entiers ou mixés | | | | | | 8/20 mini | 4/20 mini |
| Fruits pressés riches en vitamine C, ou un jus d'agrumes (6) à teneur garantie en vitamine C (200ml) | | | | | | Chaque jour (3) | |
| Autres desserts | | | | | | Pas de limitation | |
| <p>(1) Ce tableau s'emploie pour le contrôle des fréquences de service des aliments ; seules les cases non grisées sont pertinentes.</p> <p>(2) Pour une portion de potage de 250 ml, ce % représente 100g de légumes - (3) Au repas ou hors repas - (4) Lorsque les 2 repas sont pris en collectivité, additionner les 2 - (5) Fromage servi en tant que tel, ou en entrée composée – (6) Cf. § 3.3.5 ci-dessus pour la définition réglementaire des jus de fruits</p> | | | | | | | |