

GEMRCN

FREQUENCES RECOMMANDEES DE SERVICE DES PLATS POUR LES REPAS DES ENFANTS DE PLUS DE 3 ANS, DES ADOL  
ADULTES ET DES PERSONNES AGEES EN CAS DE PORTAGE A DOMICILE (1) (2) (3)

**FEUILLE DE CONTRÔLE**

Période du 26/11/2018 au 21/12/2018 (au moins 20 repas)	ENTREE	PLAT PROTIDIQUE	GARNITURE OU ACCOMPAGNEMENT	PRODUIT LAITIER	DESSERT
Entrées contenant plus de 15% de lipides	4				
Crudités légumes ou fruits	12				
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides			1		
Plats protidiqes ayant un rapport P/L < ou = 1 ( le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs)					
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2		5			
Viandes non hachées de bœuf, de veau, ou d'agneau, et abats de boucherie		4			
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf et /ou fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œuf					
Légumes cuits autre que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			10		
Légumes secs, féculents ou céréales seuls ou en mélange			12		
Fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion				9	
Fromages contenant au moins 100 mg et moins de 150 mg de calcium par portion				5	
Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 100 mg de calcium, et moins de 5 g de lipides par portion					6
Desserts contenant plus de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					1
Desserts contenant moins de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					2
Desserts de fruits crus					9

(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

(2) Ces fréquences s'appliquent aux menus servis dans toutes les structures publiques de restauration (professionnelle, éducative, de soins, militaire, carcérale, etc...)

(3) Dans le cas d'un internat, analyser séparément les déjeuners et les dîners

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

ESCENTS, DES

FREQUENCE  
RECOMMANDEE

4/20 maxi

10/20 mini

4/20 maxi

2/20 maxi

4/20 mini

4/20 mini

4/20 maxi

10 sur 20

10 sur 20

8/20 mini

4/20 mini

6/20 mini

3/20 maxi

4/20 maxi

8/20 mini