

Valérie Gauthier Conseil Formation

Le Bousquet – 24290 AUBAS

Tel : 06.70.34.06.51

Mail : contact@vgforco-nha.com

Site internet : www.vgforco-nha.com

Conseil Formation



Nutrition & Hygiène Alimentaire

Valérie Gauthier

Les BASES de la NUTRITION

Durée :

1 journée

Organisation :

Formation théorique en intra ou inter-établissements

Méthode :

Alternance d'apports théoriques et d'études de cas

Exercices d'application

Remise d'un livret de formation à chacun des participants

Objectifs :

Connaître les nutriments, les groupes d'aliments

Savoir définir la notion d'équilibre alimentaire

Connaître les principes du PNNS (Programme National Nutrition Santé)

Contenu :

- Les nutriments et leurs rôles : glucides, lipides, protides, les vitamines, sels minéraux
- Les groupes d'aliments
- L'équilibre alimentaire
- Les objectifs du PNNS (Programme National Nutrition Santé)
- Les recommandations du GEMRCN Groupe d'Etude des Marchés de la Restauration Collective et de Nutrition)

Public ciblé :

Personnel de cuisine, de service