
Programme de la formation

PROPOSER UN MENU VEGETARIEN, OU VEGETALIEN EQUILIBRE DANS MON ETABLISSEMENT

 En groupe sur site

 14 heures sur 2 jour(s)

 Salarié en poste, Indépendant et dirigeant, Agent de la fonction publique · 1 participant minimum

 Sur devis

Description courte

Une formation alliant théorie et pratique, qui vous permettra d'avoir les clefs pour créer et proposer des menus végétariens et végétaliens équilibrés à votre menu.

Profil des participants

Commis, chefs de partie, seconds, chefs de cuisine, traiteurs, indépendants des métiers de bouche.

Prérequis

Lire, écrire, parler le français (niveau A2)

Objectifs

A l'issue de cette formation, vous serez capable d'identifier les différentes composantes d'un menu végétarien équilibré, de choisir les bons produits selon les saisons, et de réaliser des recettes adaptées à votre établissement.

Aptitudes et compétences visées / attestées

Définir les différents régimes alimentaires

Identifier les besoins nutritionnels

Identifier les produits nécessaires

Définir les produits disponibles selon les saisons

Réaliser des recettes végétariennes

Contenu

Définir les différents régimes alimentaires: différencier les régimes omnivores, flexitariens, végétarien, végétaliens et vegans

Identifier les besoins nutritionnels: identifier les nutriments nécessaires à l'organisme

Identifier les produits nécessaires: quels aliments utiliser pour couvrir les besoins nutritionnels?

Définir les produits disponibles selon les saisons: quels produits végétaux choisir selon la saison?

Réaliser des recettes végétariennes: les recettes réalisées seront adaptées à chaque établissement, des entrées, des plats et des desserts seront réalisés

Pédagogie et organisation

2 fois 3h30 de théorie, 2 fois 3h30 de pratique en cuisine.

Positionnement et Modalités d'évaluation des acquis

Quizz.

Mode de validation

Attestation de fin de formation.

Référent handicap

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : (*mise en place de compensation...*)

Contact : Référent handicap 02 51 84 95 55 / 06 28 70 45 28 / nadiahadjeri@cadresenmission.com

Intervenant

Fort de mes nombreuses années d'expérience en cuisine et mes compétences de formateur exercées depuis 2018, j'allierai théorie et pratique dans une ambiance joviale et de partage.
