

Prix 2024 : 1090€

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Repérez les intérêts nutritionnels des aliments d'origine animale et végétale
- Inclure de nouveaux aliments dans ses recettes
- Combiner les aliments pour des repas végétariens complets et équilibrés

Public cible et prérequis

- Personnel de restauration collective ou collaborateurs concernés par le thème
- Pas de prérequis scientifiques ou techniques spécifiques

Programme

- L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE
 - Penser la qualité globale de l'alimentation
 - L'importance de la diversité alimentaire
 - Les règles simples de l'élaboration d'un menu et d'un repas équilibrés
 - Le choix des aliments pour une meilleure densité nutritionnelle : intérêts des produits céréaliers semi-complets ou complets...
 - Découvrir la nouvelle classification des aliments (NOVA)
 - Comparer des aliments sources et riches en protéines
- COMPARER DES ALIMENTS SOURCES ET RICHES EN PROTÉINES POUR FAIRE EVOLUER SON OFFRE
 - Les différents modes alimentaires actuelles
 - Quels intérêts de l'alimentation végétarienne ?
 - Evaluer les caractéristiques sensorielles de ses préparations : les bases de la dégustation avec un aliment simple (chocolat)
- CUISINER VEGETARIEN EN PRATIQUE
 - S'inspirer des recettes traditionnelles : cari réunionnais, couscous, biryanis indiens...
 - Découvrir de nouveaux ingrédients et aliments (ex : algues, tofu) : dégustation et intérêts ?
 - Cuisiner des nouvelles recettes et déguster des repas végétariens simples et à base d'ingrédients spécifiques

Equipe pédagogique

- Responsable Pédagogique : Chargée de formation Restauration Collective / Profil de l'intervenant : Diététicien nutritionniste et cuisinier spécialiste de la cuisine végétarienne

Organisation de la formation		Modalités d'évaluation et suivi de l'exécution
<p>Durée 14.00 heures (2.00 jours)</p> <p>Modalités pédagogiques Formation présentielle</p> <p>Méthodes pédagogiques mobilisées et ressources</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alternance de méthodes pédagogiques : apports de connaissances, exercices pratiques, mises en situation, réflexion, analyses et échanges d'expériences • Document pédagogique remis à chaque participant • Atelier culinaire et dégustations de préparations végétariennes et végétaliennes <p>Dates et prix : à consulter sur notre site internet</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Evaluation des attentes : Questionnaire de préformation et tour de table en début de formation • Evaluation de la progression pédagogique en cours de formation : questions orales ou écrites, mises en situation, analyse de cas... • Evaluation des acquis de formation : Quiz d'évaluation des acquis en début et en fin de formation • Evaluation de la satisfaction : Questionnaire d'appréciation à chaud et à froid • Feuilles de présence, délivrance d'un certificat de réalisation et d'une attestation de fin de formation
Contact	Accessibilité aux personnes handicapées	Modalités et délais d'accès
<p>SSHA-ISA 16A rue de l'Estrapade 75005 PARIS</p> <p>Tél : +33 (0)1 43 25 11 85 E-mail : isa@ssha.asso.fr Site web : www.ssha.asso.fr</p> <p>Intra possible nous consulter</p>	<p>Si vous êtes en situation de handicap, notre équipe pédagogique se tient disponible pour vous accompagner à tout moment de votre formation. N'hésitez pas à nous contacter, nous nous efforcerons de mettre tout en œuvre pour vous faciliter l'accès et le suivi de votre formation.</p> <p>Nos locaux sont en conformité avec la réglementation PMR.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Convention de formation si inscription initiée par l'employeur dans le cadre du plan de développement de compétences • Contrat de formation individuel si inscription initiée par le participant • Inscription par le biais d'un bulletin téléchargeable sur le site internet, J-30 avant la formation et possible jusqu'à J-1 selon disponibilité