**Réaliser un menu végétarien ou végétalien équilibré et gourmand adapté à mon établissement.**

# Informations pratiques

**Format de la formation**

*Présentiel*

**Durée**

**Durée totale en heures** : 14 heures

**Durée totale en jours** : 2 jour(s)

## Horaires et calendrier

9h-12h 13h-17h

# Public et prérequis

* **Public** **visé** : *Chefs de cuisine, seconds de cuisine, cuisiniers, commis de cuisine*
* **Prérequis :** Expérience en cuisine souhaitable
* **Modalités de validation des prérequis : Questionnaire**

# Objectifs et compétences visées

**Objectif de formation**

A l’issue de la formation vous serez capable  *d’identifier les différentes composantes d’un menu végétarien ou végétalien équilibré, et de réaliser des recettes adaptées à votre établissement***.**

**Objectifs opérationnels partiels**

A l’issue des différentes séquences et modules de formation, le stagiaire sera capable de :

* identifier les intérêts du repas végétarien
* identifier les différents régimes alimentaires
* identifier les notions d’équilibre alimentaire liées au régime végétarien et végétalien
* choisir et préparer les produits adaptés
* réaliser des préparations culinaires végétariennes et végétaliennes

# Modalités pédagogiques

**Méthodes et moyens pédagogiques**

* diaporama
* démonstration
* mise en situation

## Ressources pédagogiques

* Supports de cours
* fiches recettes

## Moyens techniques

* Video projecteur
* paper board

## Formateur

*Damien Leutrat a suivi un parcours au lycée hôtelier de Chamalières et a obtenu un Baccalauréat technologique hôtellerie restauration en 1997, puis un BTS hôtellerie restauration option arts de la table en 1999.*

*Il a travaillé dans différents établissements de restauration, 17 ans en tant que cuisinier dans la marine nationale ou il pu exprimer ses compétences dans différents poste et types de cuisine, allant de la cuisine centrale au cuisinier personnel de hauts gradés.*

# Sanction de la formation

Certificat de réalisation

# Modalités d’évaluation

## Dispositifs d’évaluation pendant la formation

* Cas pratique

## Dispositif d’évaluation d’atteinte de l’objectif à la fin de la formation

* Mise en situation

## Dispositif d’évaluation de la satisfaction à la fin de la formation

Questionnaire de satisfaction à chaud

# Parcours pédagogique

## Titre de la séquence : Identifier les spécificités du menu végétarien

Jour : 1

Durée : 3**h**

Objectif : **A l’issue de cette séquence l’apprenant sera capable d’identifier les notions nécessaires à la composition d’un menu végétarien ou végétalien**

Contenus :

* Identifier les intérêts du menu végétarien ou végétalien
* Identifier les notions de nutrition
* Identifier les notions d’équilibre alimentaire

## Titre de la séquence : Réaliser des recettes végétariennes

Jour : **1**

**Durée : 4h**

Objectif : **A l’issue de cette séquence, l’apprenant sera capable de réaliser des recettes végétariennes**

Contenus :

* Réaliser des entrées
* Réaliser des plats
* Réaliser des desserts

Jour : **2**

**Durée : 3h**

Objectif : **A l’issue de cette séquence, l’apprenant sera capable de choisir les produits selon leur saisonnalité et de réaliser les associations adaptées**

Contenus :

* identifier les intérêts du choix des produits de saison
* identifier les saisons des produits
* identifier les intérêts de l ‘association des légumineuses et céréales

Jour : **2**

**Durée : 3h**

Objectif : **A l’issue de cette séquence, l’apprenant sera capable de réaliser des préparations végétaliennes**

Contenus :

* Réaliser des plats
* Réaliser des entrées
* Réaliser des desserts