

## REEQUILIBRER SA CARTE EN PROPOSANT UNE CUISINE Saine ET GOURMANDE

<b>Durée</b>	14 heures, soit 2 jours	<b>Tarif</b>	INTER : 760 € HT /pers INTRA : 3500 € HT/groupe
<b>Public visé</b>	Toute personne amenée à élargir son offre pour proposer des alternatives plus saines	<b>Pré-requis</b>	Compréhension du français Cuisinier ou chef de cuisine
<b>Modalités</b>	Présentiel <input checked="" type="checkbox"/> ASFOREST <input type="checkbox"/> en entreprise	<b>Session</b>	Voir catalogue Nous contacter

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, vous serez apte à comprendre les enjeux d'une cuisine diététique plus saine, tenant compte des aspirations des clients, découvrir les cuisines végétariennes et végétaliennes, et maîtriser les allergènes et valeurs nutritionnelles de vos produits afin d'adapter les plats proposés, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité.

Vous serez capable de répondre aux demandes clients et nouvelles manières de consommer, améliorer la qualité des prestations de votre carte avec des produits bons, frais, ou encore de saison, de mettre en valeur le travail en cuisine auprès des équipes de salle et donc de la clientèle.

### CONTENU DU PROGRAMME

**Test de positionnement** : évaluation des connaissances et compétences en amont de la formation.

#### 1- Nouveaux produits (3h30 – 2 séquences)

- Connaître la réglementation sur les allergènes et les valeurs nutritives des produits
- Comprendre les différentes allergies, intolérances et régimes alimentaires végétariens et végétaliens
- Répondre aux enjeux de transparence alimentaire

#### 2- Alternatives saines et gourmandes (3h30 – 1 séquence)

- S'appuyer sur la fraîcheur et la saisonnalité des produits pour une offre de qualité
- Déstructurer ses recettes traditionnelles
- Identifier les alternatives saines : sans gluten, sans lactose, végétarien, végétalien...
- Réaliser entrées et plats sains, de saison et gourmands

**Evaluation continue** à la fin de chaque séquence pour validation des modules et/ou suivi et accompagnement individualisé pour l'acquisition des connaissances ou compétences non maîtrisées.

#### 3- Nouvelle carte saine et gourmande (3h30 – 1 séquence)

- Elaborer une nouvelle carte
- Maîtriser l'organisation : mise en place, production et envoi
- Maîtriser sa marge avec les bons ratios
- Réaliser plats et desserts sains, de saison et gourmands

#### 4- Valorisation de la démarche saine et gourmande (3h30 – 1 séquence)

- Communiquer sur une nouvelle offre
- Créer un argumentaire de vente avec le vocabulaire approprié

**Evaluation finale** : évaluation de l'acquisition de l'ensemble des connaissances et compétences du parcours.

TOURISME / HOTELS / RESTAURANTS / CAFES / TRAITEURS / RETAIL

## SEQUENÇAGE

- **Séquence 1 (1h30) Allergènes et nutrition** [présentiel] : Cette séquence débute sur une immersion dans le programme avec le formateur qui revient sur le test de positionnement et expose les enjeux notamment des nouvelles manières de consommer et la croissance des allergies et intolérances. Les stagiaires sont amenés à définir le contexte de leur entreprise et leur expérience afin d'apporter collectivement des éléments d'information sur la carte du restaurant, les évolutions récentes, les techniques et produits utilisés. Le formateur synthétise l'ensemble et expose les principaux points de la réglementation sur les allergènes, les valeurs nutritives des produits les plus fréquents en restauration commerciale... Il évalue l'acquisition des compétences grâce à un questionnaire direct.
- **Séquence 2 (2h) Régimes alimentaires** [présentiel] : Cette séquence s'organise autour de cas pratiques réalisés individuellement ou en sous-groupes, permettant d'identifier les différents types d'allergies, d'intolérances et de comprendre différents régimes alimentaires (sans gluten, sans lactose, sans œufs, sans sucre, végétarien, végétalien...). Le formateur répond aux questions et alimente les réflexions en cours des participants, notamment sur les enjeux de la transparence alimentaire dans un contexte en constante évolution et face à une clientèle avertie. Les corrigés permettent aux stagiaires d'évaluer leurs productions.
- **Séquence 3 (3h30) Alternatives** [présentiel] : Cette séquence démarre sur la reprise des éléments des séquences précédentes, éléments retenus, questions/réponses. Le formateur propose une série d'exercices pratiques entrées et plats sains, de saison et gourmands, permettant aux stagiaires individuellement ou en sous-groupes de travailler les différentes alternatives qu'ils pourraient proposer à leurs produits actuels. L'accent est porté sur l'identification des alternatives saines au sans gluten, sans lactose, végétarien, végétalien, et les produits frais et de saison pour améliorer la qualité de l'offre. Le formateur réalise un focus sur les méthodes pour déstructurer ses recettes traditionnelles et les retravailler par le prisme d'une cuisine saine et gourmande. Il évalue l'acquisition des compétences par les productions des stagiaires.
- **Séquence 4 (3h30) Nouvelle carte** [présentiel] : Dans cette séquence, le formateur propose de nouveaux exercices pratiques plats et desserts sains, de saison et gourmands, qui permettent aux stagiaires de travailler d'autres produits alternatifs et de penser leur nouvelle carte. Le formateur synthétise l'ensemble et attire l'attention des stagiaires sur la maîtrise des coûts grâce aux fiches techniques et la nouvelle organisation à prendre en compte en cuisine (mise en place, production, envoi...). Il évalue l'acquisition des compétences par les productions des stagiaires.
- **Séquence 5 (3h30) Valorisation** [présentiel] : Cette séquence s'ouvre sur la reprise des éléments des séquences précédentes, éléments retenus, questions/réponses. Le formateur expose les enjeux notamment de mettre en place un plan de communication autour du renouvellement de toute ou partie sa carte. Le formateur répond aux questions et alimente les idées de communication en cours des participants (périodicité, storytelling sain et gourmand, visuels, atouts à mettre en avant, supports, diffusion...). Une évaluation finale permet d'évaluer les éléments de la séquence et l'acquisition des compétences du parcours.

En temps synchrone, en fonction de la durée des séquences et parfois de leur enchaînement, des temps de pauses réguliers sont bien évidemment inclus : entre chaque séquence si enchaînement, et au sein d'une même séquence toutes les heures ou heures et demie suivant les activités pédagogiques.

## METHODES MOBILISEES

- Utilisation de méthodes pédagogiques expositives, interrogatives et actives (apports théoriques et pratiques, tests, mises en situation, cas pratiques, jeux de rôle, quizz...) permettant d'acquérir ou actualiser connaissances et compétences
- Supports pédagogiques : powerpoint, paperboard, cas pratiques, mises en situation, check-list, quizz, plateau d'application, matières premières...
- Accompagnement pédagogique : L'ensemble des séquences est animé par un seul formateur qui assure l'assistance pédagogique en mode synchrone (présentiel), et en mode asynchrone par mail ou plateforme dédiée.

## MODALITES TECHNIQUES ET D'ACCES

- **Assistance** : L'assistance technique et administrative en amont et au démarrage de la formation est assurée par notre équipe administrative et de coordination (convention, convocation, accueil physique et en ligne...). Elle reste également disponible à tout moment et post-formation par mail et téléphone pour assurer le suivi de l'exécution. Si l'aide n'est pas immédiate, une réponse est apportée dans les 24h ouvrées.

- Si la formation se déroule dans l'entreprise, l'employeur s'engage à mettre à disposition de ses salariés tous les moyens nécessaires pour suivre sa formation en ligne (bureau, ordinateur, connexion internet...)

Délai d'accès : Inscription dans la limite des places disponibles jusqu'à la veille de la formation

Accessibilité : Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. N'hésitez pas à nous faire part de toute demande d'adaptation afin que nous puissions y répondre en amont de l'entrée en formation.

## MODALITES D'EVALUATION ET SUIVI DE L'ACTION

*Les coûts des évaluations sont inclus dans le coût global du parcours.*

- Positionnement : Test d'évaluation des connaissances et compétences en amont de la formation permettant le cas échéant d'ajuster le parcours de formation et de proposer un accompagnement individualisé.
- Continue : Test d'évaluation entre les séquences suivant progression pédagogique.
- Finale : Test d'évaluation des connaissances et compétences à l'issue de la formation permettant de définir le cas échéant un accompagnement individualisé.

A l'issue de la formation, le stagiaire reçoit une attestation de fin de formation et un certificat de réalisation. Un relevé de présence et une attestation de suivi et d'encadrement où figureront la durée des séquences et les dates d'évaluation pourront également être établis à l'issue de la formation. Un questionnaire d'appréciation à chaud et à froid (3 mois après la fin de la formation) sera envoyé au stagiaire.

*mise à jour : 12/04/2025*

