

NUTRITION



Servir des goûters équilibrés et variés

FORMATION INTER ET INTRA-ENTREPRISE



DURÉE

1 jour (7 heures)



PRÉREQUIS

Pas de prérequis



OBJECTIF

- Composer des goûters équilibrés et simples selon les besoins des enfants



PUBLIC

- Professionnels des domaines de l'enfance, de l'animation et du social : accueils périscolaires, centres de loisirs et de vacances, assistantes maternelles



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Échanges et analyse de pratiques
- Travail en groupe : exercices sur le choix d'ingrédients alimentaires pour composer des goûters sains et équilibrés

PROGRAMME

Connaître les recommandations du GEMRCN concernant les goûters

Découvrir l'importance nutritionnelle du goûter et les différentes familles d'aliments pouvant composer un goûter :

- Apprendre à décrypter les étiquettes des denrées industrielles
- Réaliser des goûters équilibrés en tenant compte des différents repas de la journée
- Identifier les grammages adaptés à l'âge de l'enfant



ÉVALUATIONS ET SUIVI

- Évaluation des acquis en fin de formation
- Évaluation de la satisfaction
- Attestation de fin de formation



THÈME ASSOCIÉ

- Accueil et prise en charge des enfants allergiques