

ANNEXE 4

| GEMRCN (2007) FREQUENCES RECOMMANDEES POUR NOURRISSONS ET JEUNES ENFANTS EN CRECHE, HALTE GARDERIE OU STRUCTURE DE SOINS (1) FEUILLE DE CONTRÔLE | | | | | | | | |
|---|--|--------|-----------------|-----------------------------|-----------------|------------------|-----------------------|----------------|
| Période du | | | | | | Moins de 18 mois | Plus de 18 mois | |
| au (au moins 20 repas) | | Entrée | Plat protidique | Garniture ou accompagnement | Produit laitier | Dessert | Fréquence recommandée | |
| | | | | | | | Fréquence recommandée | |
| Entrées contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | 0 (2) | 1/20 maxi |
| Crudités légumes ou fruits (à partir de 12 mois) | | | | | | | 8/20 mini | 8/20 mini |
| Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | 0 (2) | 2/20 maxi |
| Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1 (le critère P/L ne s'applique pas aux plats aux œufs) | | | | | | | 0 (2) | 0 (2) |
| Filets de poisson 100 % poisson | | | | | | | 4/20 mini | 4/20 mini |
| Viandes non hachées (à l'achat) de bœuf, de veau, d'agneau | | | | | | | 4/20 mini | 4/20 mini |
| Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œuf et/ou de fromage, contenant moins de 70 % de viande, de poisson ou d'œuf | | | | | | | 0 (2) | 0 (2) |
| Légumes cuits autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50 % de légumes | | | | | | | 20 sur 20 | 10 sur 20 mini |
| Pommes de terre, pâtes, riz, semoule (ou blé et légumes secs à partir de 18 mois) | | | | | | | 20 sur 20 | 10 sur 20 maxi |
| Fromages contenant au moins 75mg (3) de calcium par portion (à partir de 12 mois) | | (5) | | | | | 10/20 mini | 10/20 mini |
| Fromages contenant au moins 50mg (4) et moins de 75mg (3) de calcium par portion (à partir de 12 mois) | | (5) | | | | | 8/20 mini | 8/20 mini |
| Produits laitiers ou desserts lactés contenant au moins 50mg (4) de calcium et moins de 5g de lipides par portion | | | | | | | 2/20 mini | 2/20 mini |
| Desserts contenant plus de 15 % de lipides | | | | | | | 1/20 maxi | 1/20 maxi |
| Desserts de fruits crus (à/c de 12 mois) ou cuits | | | | | | | 19/20 mini | 19/20 mini |
| Desserts contenant plus de 20g de glucides simples par portion | | | | | | | 1/20 maxi | 1/20 maxi |

(1) Ce tableau s'emploie pour le contrôle des fréquences de service des aliments ; seules les cases non grisées sont pertinentes.
(2) La mention 0 signifie que le plat est déconseillé pour cette tranche d'âge
(3) Correspondant à 150mg pour une portion adulte
(4) Correspondant à 100mg pour une portion adulte
(5) Fromage servi en tant que tel, ou en entrée composée