

ANNEXE 5

GEMRCN (2007)		FREQUENCES RECOMMANDEES POUR LES PERSONNES AGEES EN INSTITUTION OU EN STRUCTURE DE SOINS (1)						
		FEUILLE DE CONTRÔLE					Déjeuner(4)	Dîner (4)
Période du	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						8/20 maxi	2/20 maxi
	Crudités légumes ou fruits, ou légumes cuits, ou potage de légumes à base de plus de 40 % de légumes (2)						10/20 mini	15/20 mini
	Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15 % de lipides						4/20 maxi	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)						2/20 maxi	4/20 maxi
	Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70 % de poisson et ayant un P/L > ou = 2						4/20 mini	2/20 mini
	Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie						4/20 mini	2/20 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						2/20 maxi	6/20 maxi
	Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50 % de légumes						10 sur 20	7 / 20 mini
	Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange						10 sur 20	7 / 20 mini
	Fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion	(5)					8/20 mini	8/20 mini
	Fromages contenant au moins 100mg et moins de 150mg de calcium par portion	(5)					4/20 mini	4/20 mini
	Produits laitiers et desserts lactés contenant au moins 100mg de calcium, et moins de 5g de lipides, par portion						6/20 mini	6/20 mini
	Desserts contenant plus de 15 % de lipides						4/20 maxi	2/20 maxi
	Desserts de fruits crus entiers ou mixés						8/20 mini	4/20 mini
	Fruits pressés riches en vitamine C, ou un jus d'agrumes (6) à teneur garantie en vitamine C (200ml)						Chaque jour (3)	
	Autres desserts						Pas de limitation	

(1) Ce tableau s'emploie pour le contrôle des fréquences de service des aliments ; seules les cases non grisées sont pertinentes.
(2) Pour une portion de potage de 250 ml, ce % représente 100g de légumes - (3) Au repas ou hors repas - (4) Lorsque les 2 repas sont pris en collectivité, additionner les 2 - (5) Fromage servi en tant que tel, ou en entrée composée - (6) Cf. § 3.3.5 ci-dessus pour la définition réglementaire des jus de fruits