



GEMRCN 2015 : Fréquences recommandées de service des plats pour les enfants de plus de 3 ans

<i>PERIODES DE SEPTEMBRE 2017 AU MOINS 20 REPAS</i>	<i>FREQUENCE RE-COMMANDEE</i>	<i>FREQUENCE</i>
Entrées contenant plus de 15% de lipides	4/20 MAXI	4
Crudités légumes ou fruits (au moins 50% de légumes ou fruits)	10/20 MINI	10
Produits à frire ou pré frits contenant plus de 15% de lipide	4/20 MAXI	4
Plats proditiques ayant un rapport P/L < = 2	2/20 MAXI	2
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson et ayant un P/L > ou = 2	4/20 MINI	4
Viandes non hachées de bœuf, de veau ou d'agneau	4/20 MINI	5
Préparations ou plats prêts à consommer à base d eviande de poisson et ou d'œuf, contenant moins de 70% du grammage recommandé pour la denrée protidique des plats composés	3/20 MAXI	1
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou mélangé contenant au moins 50% de légumes	10 SUR 20	10
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de féculents	10 SUR 20	10
Fromage contenant au moins 150mg de calcium par portion	8/20 MINI	9
Fromage dont la teneur en calcium laitier est comprise entre 100mg et moins de 150mg de calcium par portion	4/20 MINI	4
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100mg de calcium et moins de 5g de lipides par portion	6/20 MINI	6
Desserts contenant plus de 15% de lipides	3/20 MAXI	3
Desserts au Produits laitiers contenant plus de 20g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de lipides	4/20 MAXI	4
Desserts et fruits crus 100% fruits cru sans sucre ajouté	8/20 MINI	8