



# LES FORMATIONS 2015

DU BIO POUR TOUS DÈS LA CRÈCHE

LE POISSON EN RESTAURATION COLLECTIVE :  
DE LA CRIÉE À L'ASSIETTE

LE BIO ET L'ALTERNATIF POUR PLUS DE GOÛT  
ET DE DIVERSITÉ

LA CUISINE ÉVOLUTIVE AU SERVICE  
DES PRODUITS DE QUALITÉ

CONSTRUIRE UN PROJET ALIMENTAIRE  
DE QUALITÉ DE SON TERRITOIRE



## Alimentation et restauration collective bio : acquérir de nouvelles compétences

**A**méliorer la qualité alimentaire des menus servis en restauration collective est un **enjeu majeur** pour les collectivités en charge de ce temps merveilleux : le repas. Aux objectifs du Grenelle de l'Environnement est venue s'ajouter la volonté croissante des parents, des convives et des élus de voir plus de produits biologiques dans les assiettes des enfants. L'évolution des services de restauration collective génère des changements aussi bien dans les achats que dans la conception des menus, la préparation en cuisine, l'organisation du personnel ou l'éducation aux goûts et aux saveurs.

L'introduction d'aliments issus de l'agriculture biologique, le réajustement des menus en fonction des saisons, le respect des besoins nutritifs sont des sujets qui demandent un **savoir-faire**, voire d'acquérir de nouvelles compétences.

### Un Plus Bio : des formations conçues pour agir

**L'**association nationale Un Plus Bio œuvre depuis **plus de treize ans** à l'amélioration de la qualité de l'alimentation en restauration collective. Centre de réflexion, d'échange d'expériences et de savoir-faire rassemblant des experts de l'alimentation et des acteurs engagés, Un Plus Bio propose chaque année une offre de **formation professionnelle** adaptée aux évolutions. Elle s'appuie sur les démarches existantes et originales de ses partenaires.

L'approche pédagogique employée laisse une large part à l'échange et à la co-construction des solutions à apporter aux projets des participants. Les formations d'Un Plus Bio, conçues de façon **participative**, souhaitent amener chaque stagiaire à porter un regard nouveau sur son métier et à comprendre et imaginer par lui-même le sens des changements à opérer. A l'image d'un repas qui donne du plaisir à être consommé et partagé, ces journées de formations sont animées dans la convivialité. Elles invitent les stagiaires à **dépasser leurs freins** à travers des réalisations concrètes sous forme d'ateliers pratiques et grâce à la connaissance des expériences réussies ailleurs.



## Cinq modules en réponse aux besoins des territoires

**E**n partenariat avec la démarche «Écolocrèche» et les Conseils généraux de l'Isère, du Gard, des Pyrénées-Atlantiques et de la Gironde, Un Plus Bio propose en 2015 cinq modules de formation pour permettre aux différents acteurs de la restauration collective (cuisiniers, diététiciens, personnels de crèche et agents territoriaux, décideurs) de mettre en place une **démarche de qualité** dans leur structure ou les structures qu'ils accompagnent. Ces formations viennent compléter l'offre existante en région et chez nos partenaires nationaux. Elles visent à **répondre aux besoins** exprimés sur les territoires, par des sessions professionnelles spécialisées sur la qualité alimentaire en restauration collective et connectées aux préoccupations de leurs publics. Dispensés par l'équipe d'Un Plus Bio, ces modules s'appuient sur une solide expérience de formation et d'accompagnement de projets.

## L'équipe de formation



Gilles  
DAVEAU  
Chef cuisinier  
formateur  
Un Plus Bio



Laurence  
TRAVERSIER  
Diététicienne  
formatrice  
Un Plus Bio



Juliette  
SERMAGE  
Coordinatrice  
Un Plus Bio



Stéphane  
BRETTE  
Chef cuisinier  
formateur  
Un Plus Bio



Stéphane  
VEYRAT  
Directeur  
d'Un Plus Bio



Thierry  
MARION  
Chef cuisinier  
formateur  
Un Plus Bio

# DU BIO POUR TOUS DÈS LA CRÈCHE

> 1er, 2 avril et 5 mai 2015 à Lyon  
> 13, 14 octobre et 24 novembre 2015  
en Île-de-France  
Coût de la formation : 700 €

PROFIL DES PARTICIPANTS

Personnels des crèches

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les leviers d'action pour améliorer la qualité de sa restauration
- Découvrir l'éducation sensorielle à travers l'éveil des sens et du goût
- Concevoir et réaliser des menus bio, de saison, adaptés à la petite enfance

## PROGRAMME

### Jour 1 Autour du projet

- Le concept Manger Bio et ses applications en crèche
- Les étapes clé pour introduire plus de produits bio et locaux en restauration collective
- Témoignage d'une crèche
- Travail en groupe : quels leviers pour dynamiser ses actions ?
- Comment donner plus de sens au projet de sa restauration ?

### Jour 2 Autour de la cuisine

- Initiation aux bases d'une cuisine de qualité, intégrant des produits bio, frais et de saison et valorisant les protéines végétales
- Les différents leviers pour apporter un soin culinaire aux repas en crèche (cuisson, approche aromatique, éveil au goût)
- Atelier culinaire : Préparation de plats adaptés à la petite enfance valorisant les produits de qualité et dégustation
- Échanges sur les plats proposés, leur faisabilité en crèche et leurs déclinaisons et adaptations pour offrir plus de plaisir aux convives



### Jour 3 Autour de la nutrition

- Retour sur les réalisations et expériences menées par chacun
- Initiation à la cuisine alternative et témoignage d'une collectivité
- Exercice pratique de dégustation en pleine conscience
- Atelier participatif sur la conception de menus et de recettes nouvelles
- Découverte des différents outils d'information et de sensibilisation



# LE POISSON EN RESTAURATION COLLECTIVE : DE LA CRIÉE À L'ASSIETTE

## CHANGEMENT DE DATE

> 29 et 30 septembre 2015 à Dolus d'Oléron  
(17) Coût de la formation : 500 €

### PROFIL DES PARTICIPANTS

**Gestionnaires ou responsables  
de restauration, cuisiniers, chefs  
et seconds de cuisine**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les produits issus de la pêche locale, leurs propriétés nutritionnelles et leur saisonnalité
- Redécouvrir la cuisine du poisson : recettes et modes opératoires
- Échanger sur les modalités d'approvisionnement et la sensibilisation des convives

## PROGRAMME

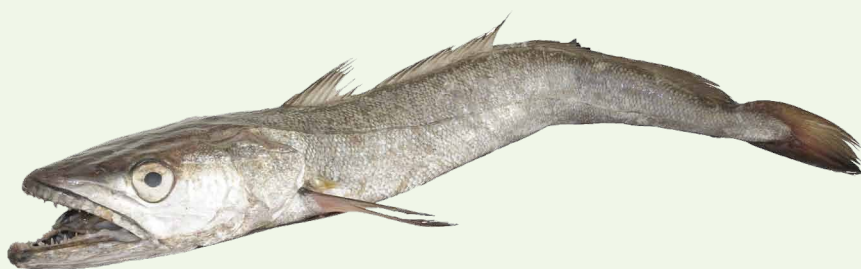
**Jour 1** Qualité nutritionnelle et conception des menus intégrant l'arrivage de la criée

- Échanges autour des apports nutritionnels du poisson, de son introduction en restauration collective, de la réglementation
- Apports théoriques sur l'équilibre nutritionnel de l'assiette et les menus alternatifs : Quels produits privilégier et associer pour une alimentation équilibrée ?
- Atelier en groupe : quelles recettes pour valoriser les produits de la mer ?
- Appréhension de la notion de cuisine du marché et de saisonnalité
- Témoignage / visite : l'approche métier et les stratégies pour s'approvisionner localement. Quelles synergies possibles avec les acteurs locaux ?



**Jour 2** Cuisine des produits de la mer et présentation au convive

- Poisson sauvage / poisson d'élevage : quels enjeux autour des ressources marines locales et de la pisciculture en France ? Quels choix responsables pour introduire du poisson en restauration collective ?
- Préparation de plats valorisant les produits de la mer issus de la criée en les mêlant à d'autres produits locaux de qualité
- Dégustation et échanges sur les plats proposés et leur faisabilité
- La cuisine du poisson sous toutes ses formes



LE PLUS D'



- Découverte de la filière pêche au pied de la criée
- Cuisinier le poisson frais
- Tout savoir sur l'approvisionnement / la nutrition / la cuisine

# LE BIO ET L'ALTERNATIF POUR PLUS DE GOÛT ET DE DIVERSITÉ

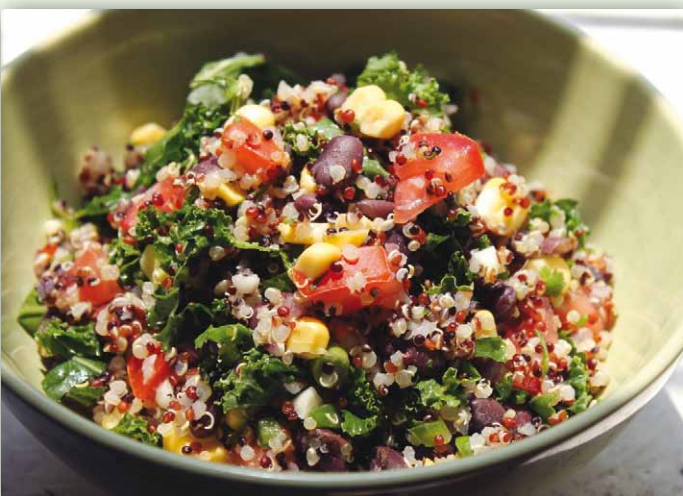
> 27 et 28 avril 2015 à Blanzky (71, près de la gare TGV)  
Coût de la formation : 500 €

PROFIL DES PARTICIPANTS

**Chefs et seconds de cuisine, cuisiniers**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Ouvrir et améliorer l'offre alimentaire avec les produits bio, saisonniers, locaux
- Comprendre les modes de préparation mixtes ou alternatifs valorisant les produits végétaux
- Prévoir les micro-changements à intégrer dans les menus pour progresser à coût et main d'œuvre constants avec l'adhésion des convives



## PROGRAMME

### Jour 1 Bien choisir ses produits

- Introduction à une cuisine écologique s'appuyant sur des produits biologiques, saisonniers et locaux
- Évolution des pratiques culinaires pour améliorer l'offre alimentaire
- Atelier culinaire : préparation d'un buffet repas

découverte autour de plusieurs types de légumineuses et céréales biologiques

- Dégustation et échanges sur les préparations
- Équilibre et composition de repas favorisant les protéines végétales et les légumes de saison : repères diététiques et notion de base de « repas alternatif »
- Méthodes d'association des plats, de mise en valeur, dénominations
- Identification de recettes des stagiaires à faire évoluer en fonction de la saisonnalité et de la qualité alimentaire recherchée

### Jour 2 Cuisiner autrement

- Appréhension de la spécificité des produits végétaux et choix des modes de cuisson, de présentation, d'assaisonnements appropriés
- Préparation culinaire valorisant la cuisine alternative
- Dégustation et échanges sur les plats proposés, leurs déclinaisons et leur faisabilité en restauration collective
- Apport technique sur les modes opératoires pour mieux valoriser les céréales, les légumineuses et les aromates
- Réflexion sur les évolutions possibles dans les pratiques culinaires des stagiaires, l'approvisionnement et la communication au sein de l'équipe
- Envisager une évolution progressive des pratiques dans les services de restauration



# LA CUISINE ÉVOLUTIVE AU SERVICE DES PRODUITS DE QUALITÉ

> 16 et 17 juin 2015 à Martigues (13)  
Coût de la formation : 500 €

PROFIL DES PARTICIPANTS

**Chefs et seconds de cuisine, cuisiniers**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les fondements et les enjeux de la cuisine évolutive
- Mettre en place les modes opératoires les plus adaptés à son service de restauration
- Définir la qualité d'une offre alimentaire

## PROGRAMME

### Jour 1 Initiation à la cuisine évolutive

- Travail autour des représentations du métier de cuisinier en restauration traditionnelle et en collectivité
- Présentation des fondements de la cuisine évolutive
- Modes opératoires :
  - la cuisson des protéines animales, des viandes rôties, des viandes piécées et du poisson, cuisson des préparations à base d'oeufs
  - la réalisation des viandes en sauce, les fonds de sauce, les liaisons, la cuisson des féculents, les émulsions, la place des produits ultra-frais bio issus des circuits courts

### Jour 2 La cuisine évolutive au sein d'un projet global de restauration de qualité

- Vers un « manger mieux de viande » : La place des protéines animales dans l'offre alimentaire, la nécessité d'améliorer leur transformation en cuisine
- Mise en pratique des techniques culinaires évolutives et dégustation
- Définition de la qualité globale des repas servis au sein d'une collectivité et des missions d'un service de restauration
- La place de la cuisine évolutive, de la cuisine alternative et du bio dans une dynamique d'amélioration de cette qualité globale
- Identification d'objectifs opérationnels mesurables
- Éléments de méthodologie pour mettre en place des changements en cuisine et les inscrire dans un projet global d'établissement



# CONSTRUIRE UN PROJET ALIMENTAIRE DE QUALITÉ SUR SON TERRITOIRE

> 17, 18 et 19 novembre 2015 à Grenoble  
Coût de la formation : 750 €

## PROFIL DES PARTICIPANTS

**Agents de communes, de communautés de communes et d'agglomération, directeurs et élus en charge de la restauration collective**

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Intégrer l'approche transversale de la problématique alimentaire
- Appréhender toutes les étapes pour une meilleure qualité en restauration collective
- Identifier les leviers d'action propres à son territoire et au projet de sa collectivité

## PROGRAMME

### Jour 1 La qualité dès l'approvisionnement

- Représentations et connaissances de l'agriculture biologique, de l'alimentation durable
- La labellisation « En cuisine » d'Ecocert pour la restauration collective
- Témoignages de terrain : visite d'un site de production ou de transformation certifié
- Comment et avec quels outils s'approvisionne aujourd'hui la restauration collective ?
- Introduction de produits bio et locaux dans le respect du code des marchés publics

### Jour 2 La qualité nutritionnelle

- Envisager la qualité alimentaire dans sa globalité : situer la place du bio, du local et de l'alternatif dans son projet
- Jeu de rôles : Mise en synergie des acteurs et transversalité des actions
- Préparation d'un repas découverte avec des produits saisonniers locaux, dégustation
- Le bio comme porte d'entrée vers des produits plus diversifiés et plus riches sur le plan nutritionnel
- Présentation et discussion autour des recommandations nationales : GEMRCN, PNNS, PNA au regard de l'introduction du bio et de l'alternatif
- Illustration par l'expérience d'une collectivité du Club des Territoires Un Plus Bio

### Jour 3 La qualité en cuisine

- Discussion autour du plan alimentaire : introduction des produits bio et de plats alternatifs.  
Cas pratiques sur des semaines de menus, déclinaisons saisonnières, mise en application des connaissances acquises
- Atelier culinaire valorisant la cuisine bio, saisonnière et alternative et mettant en scène la composition de menus en restauration collective
- Dégustation et mise en situation : comment présenter, nommer, expliquer, valoriser les préparations auprès des convives ?
- Le rôle des actions pédagogiques au sein du restaurant
- Synthèse : Comment formuler et programmer son projet alimentaire ?



Un Plus Bio – 68 bis avenue Jean Jaurès – 30900 NIMES Tél : 09 82 58 26 41 / Fax : 09 82 60 90 04  
Courriel : unplusbio@unplusbio.org

**INSCRIPTIONS !**

N° Organisme de formation : 91-30-02394-30 Siret : 445 260 144 000 16  
Banque CA Languedoc : FR76 1350 6100 0008 7512 6900 134