

## FORMATION PROFESSIONNELLE

# PRÉPARER DES REPAS ÉQUILIBRÉS ET ADAPTÉS AUX JEUNES ENFANTS

### Objectifs pédagogiques

- Se familiariser avec les besoins alimentaires des enfants de 0 à 6 ans.
- Optimiser la préparation de repas équilibrés et adaptés.
- Acquérir des outils pratiques pour l'élaboration et la gestion des repas.

## Programme

### Matin

Les représentations alimentaires et les besoins nutritionnels du jeune enfant.  
La diversification alimentaire, l'éveil des goûts et la néophobie alimentaire.

### Après-midi

Etablir des menus équilibrés adaptés avec un plan alimentaire et le GEMRCN.  
Remise d'un livret recettes de cuisine simples et reproductibles.

Gérer les problématiques alimentaires telles que les allergies, les intolérances...

Respect des conditions d'hygiène et de sécurité : les recommandations HACCP.

### Compétences visées

Respecter les besoins nutritionnels des jeunes enfants, utiliser un plan alimentaire, maîtriser les notions de bases de l'HACCP.

### Public et prérequis

Cuisinier/ère, assistante maternelle, nounou, garde d'enfant à domicile...  
Pas de prérequis nécessaires.

### Moyens pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et pratiques, mises en situation et analyse de pratiques. Boîte à outils remise en fin de formation.

### Modalités

Formation en présentiel d'1 jour (soit 7h). Groupe de 6 à 10 personnes.  
Evaluation des acquis : questionnaire en fin de formation.

### Tarifs

Autofinancement : 180 €  
Prise en charge (OPCO...) : 300 €

### Lieu, dates et horaires

Lyon : 14 décembre 2021  
Horaires : 9h/12h et 13h30/17h30