

GUIDE D'UTILISATION DU LOGICIEL LOGINUTS



Version 3 du 10 avril 2015

Outil développé dans le cadre du PNA

Une formation est fortement conseillée avant d'exploiter LOGINUTS
Contact : H el ene Portal DGAL Marseille : helene.portal@agriculture.gouv.fr /
contact.loginut@gmail.com

Table des matières

Pourquoi “LOGINUTS”.....	3
LES EVOLUTIONS 2015	8
LOGINUTS : Un calculateur des données nutritionnelles d’une fiche technique.....	8
PRESENTATION.....	9
ERGONOMIE.....	9
LE MODULE FICHE TECHNIQUE.....	10
Préalable.....	10
Barre d’outils du module des fiches techniques (FT).....	10
Ouverture du module « fiche technique », accès à la feuille « menu »	11
Créer une fiche technique.....	11
Les données de la fiche technique.....	12
Récapitulatif de la saisie d’une fiche technique	18
Saisir une fiche technique industrielle.....	19
MODULE BASE DE DONNEES.....	20
MODULE PLAN ALIMENTAIRE	21
Le menu principal	22
Créer un plan alimentaire	22
Compléter le plan alimentaire	23
Le bilan règlementaire.....	25
La feuille « bilan règlementaire-code ».....	26
GLOSSAIRE.....	27
CATEGORIES ET EXEMPLES DE PLATS UTILISES POUR LE PLAN ALIMENTAIRE	29
SYNTHESE DES POINTS IMPORTANTS	30

Pourquoi "LOGINUTS"

“Loginuts” permet de calculer le détail des valeurs nutritionnelles et le classement d’une Fiche Technique: Ces calculs sont complexes. C’est la spécificité de LOGINUTS.

Etape 1 : la saisie des ingrédients et des quantités (des aides à la saisie sont intégrées)

Ingrédients	Nature (F ou C) (Frais, sec, congelé ou conserve)	Unité	Simulation				Total mise en œuvre pour 100 convives	Total mise en œuvre pour 100 convives	Groupe	Ingrédients
			Base fiche technique 100 p	Nb de convives 100 p	Grammages bruts convive					
POUR INFORMATION		g								
COUCOUSV			Adulte-Ado				qte			
		G	4000 g				4000 g	4000 g	Autres viandes	POULET, BLANC, CUIT
		G	4000 g				4000 g	4000 g	Charcuterie	MORTADELLE
		G	4000 g				4000 g	4000 g	Oeufs	OEUF BROUILLE
		G	10000 g				10000 g	10000 g	Féculets	RIZ BLANC, CUIT
		G	1000 g				1000 g	1000 g	TOUT	SAUCE DE SOJA
		G	1000 g				1000 g	1000 g	Graisses	HUILE VEGETALE (ALIMENT MOYEN)
		G	1000 g				1000 g	1000 g	Légumes	CIBOULE OU CIBOULETTE, FRAICHE
		G	3000 g				3000 g	3000 g	Légumes	CAROTTE, CUITE

Etape 2 : Loginuts calcule le bilan, à partir des données issues de la table CIQUAL 2013

Fiche technique	Par portion	en %	Qte Recommandée	pour 100 g
TOTAL Mise en œuvre	280 g			
Quantité à servir	466 g		400 g	
Calcium (mg/100g)	85,391 mg		73,30 mg	18,32 mg
Lipides (g/100g)	30,4639 g	6,5 %	26,15 g	6,54 g
Protéines (g/100g)	28,7874 g		24,71 g	6,18 g
Sucres (g/100g)	2,6074 mg		2,24 g	0,56 g
Légume (g/100g)	34 g		29,18 g	7,30 g
Fruit (g/100g)	0 g		0,00 g	0,00 g
Viande "Blanche" (g/100g)	36 g		30,90 g	7,73 g
Viande Rouge (g/100g)	0 g		0,00 g	0,00 g
Poisson (g/100g)	0 g		0,00 g	0,00 g
Oeuf (g/100g)	36 g		30,90 g	7,73 g
Féculent (g/100g)	300 g		257,51 g	64,38 g
Fromage (g/100g)	0 g		0,00 g	0,00 g
P/L	0,94	<u>0,94</u>	0,94	
Energie (kcal/100g)	752 Kcal		645,14 Kcal	161,3 Kcal
AG saturés (g/100g)	8,7128 g		7,48 g	1,87 g
Fer (mg/100g)	2,27858 mg		1,96 mg	0,49 mg
Glucides (g/100g)	89,2308 g		76,59 g	19,15 g
Sodium (mg/100g)	1571,26 mg		1348,72 mg	337,18 mg
Fibres (g/100g)	2,313 g		1,99 g	0,50 g

Un P/L spécifique est calculé dans le cas des poissons en excluant les lipides des poissons gras

ETAPE 3 : Classement de la Fiche technique

Loginuts indique les différents classements de la fiche technique en fonction de la quantité recommandée à servir

Exemple : Plat protidique / Autre viandes

Composante du plan alimentaire	Plat protidique
Catégorie principale	Autres viandes
recap CRU CUIT (FL)	cuit
FRIT	NC
HACHEES (V)	NC
Quantité calculée en gramme servie	466,00 g
public	Primaire
quantité recommandée aliment PROTEIQUE Primaire	70 g
70% quantité recommandée aliment PROTEIQUE	49 g
TOTAL VOP PORTION de 466g	72 g
Quantité recommandée en Grammes à servir en Primaire	<u>400 g</u>
TOTAL VOP PORTION de 400g	62 g

TEST		Quantité recommandée					400 g
Primaire	ENTREE	PLAT	GARNITURE	Produit LAITIER	DESSERT	Total	
Entrées contenant plus de 15% de lipides	0					0	
Crudités légumes ou fruits contenant au moins 50% de légumes ou de fruits crus	0		0			0	
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides		0	0			0	
Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1		1				1	
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2 (soit plus de 49 g)		0				0	
Viandes non hachées de boeuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie		0				0	
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande de poisson, d'oeuf et/ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'oeuf (soit moins de 49 g)		0				0	
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			0			0	
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes sec, féculents ou céréale			0			0	
Fromages contenant AU MOINS 150mg de calcium par portion	0			0		0	
Fromages contenant ENTRE 100 ET 150 MG de calcium par portion	0			0		0	
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium, et moins de 5g de lipides, par portion				0	0	0	
Desserts contenant plus de 15% de lipides					0	0	
Desserts contenant moins de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion				0	0	0	
Desserts de fruits crus 100% fruit					0	0	

Des simulations sont possibles en changeant les données de classement

Exemple : Garniture / Féculent

Composante du plan alimentaire	Catégorie ou accompagnement
Catégorie principale	Féculents
recap CRU CUIT (FL)	cuit
FRIT	NC
HACHEES (V)	NC
Quantité calculée en gramme servie	466,00 g
public	Primaire
quantité recommandée aliment PROTEIQUE Primaire	70 g
70% quantité recommandée aliment PROTEIQUE	49 g
TOTAL YOP PORTION de 466g	72 g
Quantité recommandée en Grammes à servir en Primaire	400 g
TOTAL YOP PORTION de 400g	62 g

TEST		Quantité recommandée					400 g
Primaire	ENTREE	PLAT	GARNITURE	Produit LAITIER	DESSERT	Total	
Entrées contenant plus de 15% de lipides	0					0	
Crudités légumes ou fruits contenant au moins 50% de légumes ou de fruits crus	0		0			0	
Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides		0	0			0	
Plats protidiqques ayant un rapport P/L < ou = à 1		0				0	
Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2 (soit plus de 49 g)		0				0	
Viandes non hachées de boeuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie		0				0	
Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande de poisson, d'oeuf et/ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œuf (soit moins de 49 g)		0				0	
Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			0			0	
Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes sec, féculents ou céréale			1			1	
Fromages contenant AU MOINS 150mg de calcium par portion	0			0		0	
Fromages contenant ENTRE 100 ET 150 MG de calcium par portion	0			0		0	
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium, et moins de 5g de lipides, par portion				0	0	0	
Desserts contenant plus de 15% de lipides					0	0	
Desserts contenant moins de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion				0	0	0	
Desserts de fruits crus 100% fruit					0	0	

Etape 4 : Loginuts calcule le détail nutritionnel complet à partir des données issues de la table CIQUAL 2013. Ce détail peut s'afficher à la demande.

Exemple de Détail nutritionnel	en %	Exemple de Détail nutritionnel	en %
Acides organiques (g/100g)	0,00008	Rétinol (µg/100g)	89,8012
AG monoinsaturés (g/100g)	13,3719664	Sélénium (µg/100g)	23,391
AG polyinsaturés (g/100g)	4,248796	Sodium (mg/100g)	1571,2617
AG saturés (g/100g)	8,7128	Sucres (g/100g)	2,6074
Alcool (g/100g)	0	Vitamine B1 ou Thiamine (mg/100g)	0,38467
Amidon (g/100g)	78,0742	Vitamine B12 (µg/100g)	0,91172
Beta0Carotène (µg/100g)	948,96	Vitamine B2 ou Riboflavine (mg/100g)	0,35672
Grammage maternelle	0	Vitamine B3 ou PP ou Niacine (mg/100g)	7,0316
Grammage élémentaire	0	Vitamine B5 ou Acide pantothénique (mg/100g)	1,4739
Grammage ado	0	Vitamine B6 (mg/100g)	0,46352
Calcium (mg/100g)	85,391	Vitamine B9 ou Folates totaux (µg/100g)	68,732
Cholestérol (mg/100g)	208,65902	Vitamine C (mg/100g)	5,19
Cuivre (mg/100g)	0,390376	Vitamine D (µg/100g)	0,953212
Eau (g/100g)	309,718	Vitamine E (mg/100g)	4,6446
Energie, Dir_2008/100/CE (kcal/100g)	751,588	Zinc (mg/100g)	2,30071
Energie, Dir_2008/100/CE (kJ/100g)	3153,78	Vitamine K1 (µg/100g)	32,096
Energie, N x facteur Jones, avec fibres (kcal/100g)	748,588	Vitamine K2 (µg/100g)	0
Energie, N x facteur Jones, avec fibres (kJ/100g)	3147,78	AG 4:0, butyrique (g/100g)	0,00684
Fer (mg/100g)	2,27858	AG 6:0, caproïque (g/100g)	0,00576
Fibres (g/100g)	2,313	AG 8:0, caprylique (g/100g)	0,00684
Glucides (g/100g)	89,2308	AG 10:0, caprique (g/100g)	0,0013746
Iode (µg/100g)	120,9681	AG 12:0, laurique (g/100g)	0,020486
Lipides (g/100g)	30,4639	AG 14:0, myristique (g/100g)	0,193988
Magnésium (mg/100g)	72,6072	AG 16:0, palmitique (g/100g)	4,572812
Manganèse (mg/100g)	0,575053	AG 18:0, stéarique (g/100g)	1,56943432
Phosphore (mg/100g)	449,57	AG 18:1 9c (n09), oléique (g/100g)	12,8896888
Polyols totaux (g/100g)	0,0198	AG 18:2 9c,12c (n06), linoléique (g/100g)	3,567864
Potassium (mg/100g)	455,9511	AG 18:3 c9,c12,c15 (n03), alpha0linoléique (g/100g)	0,2200632
Protéines (g/100g)	28,3974	AG 20:4 5c,8c,11c,14c (n06), arachidonique (g/100g)	0,00918
Protéines brutes, N x 6_25 (g/100g)	28,7874	AG 20:5 5c,8c,11c,14c,17c (n03) EPA (g/100g)	0,00081
		AG 22:6 4c,7c,10c,13c,16c,19c (n03) DHA (g/100g)	0,010008

Etape 5 : Loginuts traite les FICHES TECHNIQUES INDUSTRIELLES comme une fiche technique « recette ». Les données sont saisies à partir de la fiche fournisseur. Le choix facultatif d'un ingrédient « le plus proche » permet de compléter les données. Seules les données différentes sont à saisir.

FT manuelle REPARTITION POUR 100 g					
COMPLETER LES DONNEES EN ORANGE, tapez que les nombres					
	Fiche technique pour 100g	en %	Qte Recommandée	Rappel de l'ingrédient le plus proche	SAUMON, CUIT A LA VAPEUR
TOTAL Mis en œuvre	100 g		Qte Recommandée	100 g	
Quantité à servir	100 g		100 g	100 g	
Calcium (mg)	0 mg		11,2 mg	11,2 mg	
Lipides (g/100g)	20,00 g	20,00%	20,00 g	14,00 g	
Protéines (g/100g)	0,00 g		22,70 g	22,70 g	
Sucres (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Légume (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Fruit (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Viande "Blanche" (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Viande Rouge (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Poisson (g/100g)	90,00 g		90,00 g	100,00 g	
Œuf (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Féculent (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Fromage (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
P/L	0,5	3	1,14	1,62	
P/L hors poisson gras	0				
Energie (kcal/100g)	0 Kcal		217 Kcal	217 Kcal	
AG saturés (g/100g)	0,00 g		2,67 g	2,67 g	
Fer (mg/100g)	0 mg		0,4 mg	0,4 mg	
Glucides (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Sodium (mg/100g)	0 mg		51,2 mg	51,2 mg	
Fibres (g/100g)	0,00 g		0,00 g	0,00 g	
Simulation					
Base recette	Nb de convive		Total mise en œuvre pour 10 convives	Total mise en œuvre pour 1 convives	
1	10				
Grammages bruts convive					
Primaire				qte	Groupe
100 g			1000 g	100 g	Poissons
					INGREDIENT LE PLUS PROCHE
					SAUMON, CUIT A LA VAPEUR

LES EVOLUTIONS 2015

- Les données CIQUAL sont issues de la base CIQUAL 2013
- Des plats préparés ont été inclus.
- Les données nutritionnelles sont élargies.
- Un P/L « poisson » a été créé : ce P/L ne tient pas compte des lipides des poissons gras.
- La Fiche technique affiche « son classement » dans le bilan réglementaire
- La Fiche technique industrielle est enrichie.

LOGINUTS : Un calculateur des données nutritionnelles d'une fiche technique

- Le module FICHE TECHNIQUE permet de visualiser le **détail nutritionnel** calculé automatiquement.
- Les résultats permettent de **classer la fiche technique**
 - Par exemple
 - En lisant le % de légumes ou le % de féculents, etc...
- En changeant des options (composante, catégorie, public ; les grammages, ...), la fiche technique est actualisée. Les résultats se modifient automatiquement.
 - **LOGINUTS permet de vérifier des « acquis »**
 - **LOGINUTS est PEDAGOGIQUE**
 - **LOGINUTS permet de simuler**

PRESENTATION

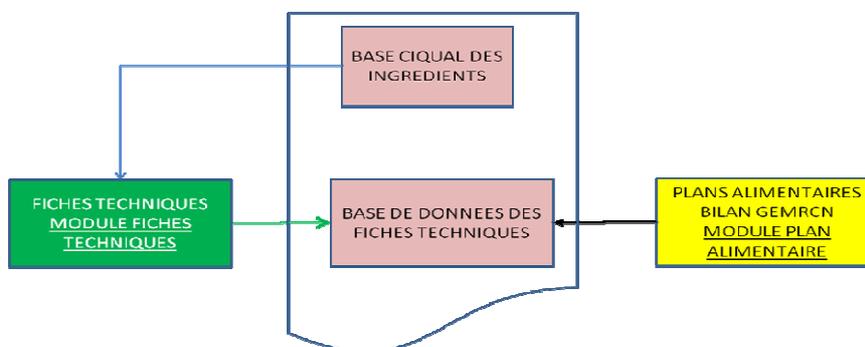
La gestion de la réglementation avec l'outil LogiNutS est constituée de 2 modules, créés sous excel :

- Le module fiche technique
- Le module plan alimentaire
ET
- D'une base de données, nommée base « CIQUAL »

Il est nécessaire d'avoir les 3 fichiers impérativement dans le même dossier et sous format non compressé.

Avant utilisation, les fichiers doivent être décompressés et être dans le même dossier.

- A. **Le module « Fiche technique »** permet de créer des fiches techniques (FT) à partir de la base CIQUAL
- a. Ces fiches techniques enrichissent ensuite la base de données
 - b. Seules les fiches techniques seront exploitables dans le module « plan alimentaire »
- B. **Le module « Plan alimentaire »** permet de construire des plans alimentaires et des menus (20 repas)
- a. La base de données des fiches techniques est importée dans le module « plan alimentaire »
 - b. A la fin de la saisie d'un menu, le bilan réglementaire calcule le respect des contraintes de la réglementation



ATTENTION : Dans chaque module, les macros doivent être activées

Il est préférable de créer plusieurs petits fichiers de FT qu'un gros fichier (environ une vingtaine)

!!! ACTIVER LES MACROS, niveau de sécurité « bas » !!!

!!! PRECAUTION !!!

- ✓ **OUVRIR UN SEUL FICHIER A LA FOIS (le module fiche technique OU le module plan alimentaire)**
 - ✓ **RAPPEL : les fichiers doivent être décompressés et être dans le même dossier.**

ERGONOMIE

Chaque module accède automatiquement à la feuille « menu » au démarrage

Une barre d'outils se crée : cette barre d'outils contient les commandes du module

- Accès feuille « MENU » liste des fiches créés
- La barre d'outils (onglet compléments pour les nouvelles versions d'Excel)
 - **Les points communs de la barre d'outils entre les deux modules**
 - Menu** : accès à la feuille menu
 - Effacer** : efface le contenu d'une case (protection des cellules avec formules)
 - Recalculer** : Excel fonctionne en mode manuel (afin de gagner du temps)
Recalculer active le calcul de la feuille

LE MODULE FICHE TECHNIQUE

Ouvrir le fichier Excel « Fiche Technique »

Préalable

Une fiche technique est créée pour un public et par un auteur

Lors du premier lancement, il est nécessaire de renseigner l'identité de l'équipe

Aller dans la feuille « identité de l'équipe » et saisir le nom du service en case D8 et celui du créateur en case D9

- Le nom du Créateur apparaîtra en complément du nom de la fiche technique lors de la validation
- Le nom du service apparaît dans la fiche technique
- Choisir le public en case D10 à l'aide du menu déroulant

Barre d'outils du module des fiches techniques (FT)

Cliquer sur l'onglet « complément », la barre d'outils apparaît



Menu : permet de revenir automatiquement à la feuille « menu »

Effacer : efface le contenu d'une case (les formules sont protégées)

Recalculer : permet de calculer les résultats suite à une saisie

Afficher la fiche technique : affichage synthétique de la fiche technique

Détail nutritionnel : affiche toutes les colonnes de la fiche technique

Nouvelle ligne ingrédient : permet d'ajouter une ligne ingrédient dans la fiche technique

Dupliquer la ligne ingrédient : duplique la ligne ingrédient sélectionnée

Créer une FT (fiche technique) : pour créer une nouvelle fiche technique

Dupliquer une FT : duplique une fiche technique existante

Valider une FT : cette fonction permet de transférer la fiche technique dans la base de données

Création d'une FT industrielle : permet de saisir les données des fiches techniques industrielles sous la responsabilité de l'utilisateur à partir des données fournies par l'industriel

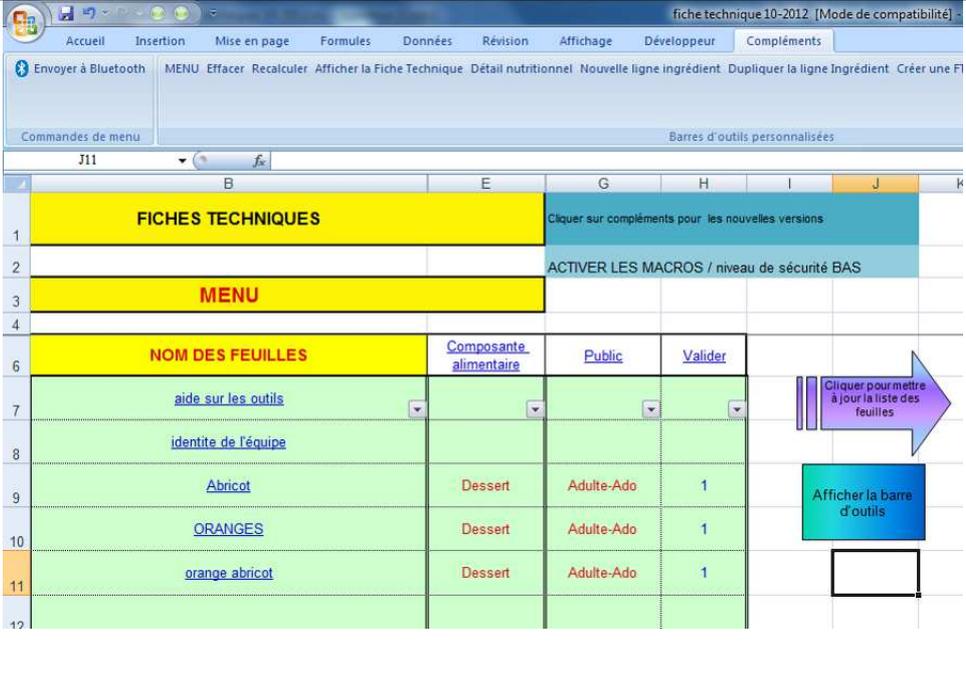
Ouverture du module « fiche technique », accès à la feuille « menu »

Cliquer sur l'onglet « compléments » afin d'accéder aux commandes

Cliquer sur « afficher la barre d'outils » si l'onglet « complément » n'apparaît pas

La « flèche » actualise la liste des feuilles du fichier

La liste des fiches techniques (FT) en colonne B permet un accès direct à la FT



FICHES TECHNIQUES		Composante alimentaire		Public	Valider
aide sur les outils					
identité de l'équipe					
Abricot		Dessert	Adulte-Ado	1	
ORANGES		Dessert	Adulte-Ado	1	
orange abricot		Dessert	Adulte-Ado	1	

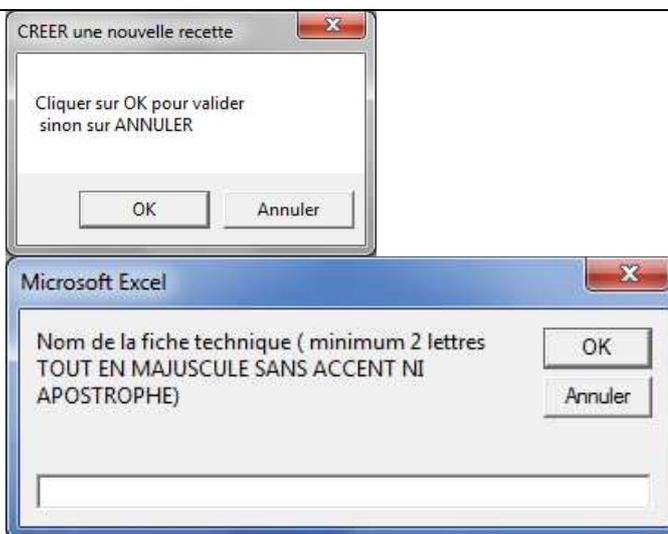
Créer une fiche technique

Dans la barre du menu (onglet complément), cliquer sur « créer une FT », puis sur « OK »

Donner un nom à la nouvelle fiche technique :

- pas d'homonyme
- au moins 2 lettres
- tout en majuscule sans accent ni apostrophe
- cliquer sur « OK »

La liste des fiches techniques est alors actualisée (**feuille MENU**) le nom de la nouvelle FT apparaît en bas de la liste en colonne B, cliquer dessus



CREER une nouvelle recette

Cliquer sur OK pour valider
sinon sur ANNULER

OK Annuler

Microsoft Excel

Nom de la fiche technique (minimum 2 lettres
TOUT EN MAJUSCULE SANS ACCENT NI
APOSTROPHE)

OK
Annuler

Les données de la fiche technique

- **Les données « INFORMATIVES » permettent de classer la fiche technique par rapport aux contraintes de la réglementation**

Zone de saisie des données informatives de la fiche technique

Uniquement les cases en jaune et en rose sont modifiables.

Les cases en rose sont des informations non obligatoires.

La saisie des cases en jaune est obligatoire.

La saisie des cases en jaune en colonne C est obligatoire, il est nécessaire de les compléter :

- ✓ Titre : le titre de la fiche technique apparaît par défaut, vous pouvez le modifier
- ✓ Nombre de convives : saisir le nombre de convives, par la suite vous pourrez faire des simulations
- ✓ Composante : menu déroulant, indiquer la composante concernée
- ✓ Catégorie principale : menu déroulant, permet d'indiquer le groupe d'aliment principal de la FT
- ✓ Cru/cuit : menu déroulant, indiquer cru ou cuit en fonction de l'état servi (cas des fruits et légumes)
- ✓ Frit/non frit : menu déroulant, indiquer frit ou pré frit ou non frit en fonction de la recette
- ✓ Haché/non haché : menu déroulant, indiquer haché ou non haché (cas des viandes)
- ✓ Public : menu déroulant, indiquer le public concerné par la FT

A ce stade, ne pas remplir la case C23

- **La fiche technique fonctionne uniquement pour un seul public.**

Cliquer éventuellement sur « recalculer » dans l'onglet complément pour réactualiser les données.

Le nom de la fiche technique suite à la validation sera composé de :

Le nom de la fiche (Ici Test) suivi du PUBLIC (ICI Adulte-Ado) et du nom du Créateur

➤ Les données « QUANTITATIVES » : saisie des ingrédients

Zone de saisie des ingrédients

• SAISIE DES INGREDIENTS

Dans la partie basse de la feuille, il y a la zone de saisie des ingrédients de la FT

- **Pour chaque ingrédient, les données en JAUNE sont obligatoires**
 - En colonne B à partir de la ligne 37 : permet de préciser la désignation de la matière première exactement souhaitée, si elle n'est pas trouvée dans la base Ciquel (ex : poitrine de porc fumée pour lardons fumés trouvé dans la base Ciquel) ; permet aussi d'ajouter les herbes aromatique, les épices qui ne sont pas quantifiables dans la recette.
 - En colonne E : **le grammage (en g)** de l'ingrédient
ATTENTION : ne saisir que les nombres, l'unité s'affiche automatiquement
 - En colonne J : sélectionner le groupe afin de filtrer les ingrédients de chaque groupe d'aliments
 - **ET enfin l'aliment qui fait la correspondance avec la table de composition (colonne K en jaune).**
 - **Répéter la saisie avec la totalité des ingrédients de la FT.**

• OUTILS

Pour la recherche d'un aliment, vous pouvez aussi utiliser **la « loupe »** en cases K33, K34 : se positionner dans une des cases de la colonne K, puis cliquer sur la loupe, saisir l'aliment recherché puis sélectionner la meilleure proposition.

L'outil « loupe » permet de rechercher un aliment à travers son libellé
ATTENTION : SE PLACER SUR LA « bonne case » avant de cliquer sur la loupe
Le résultat de la recherche s'affichera là, dans la case sélectionnée



• SIMULATION

En case F34, vous pouvez faire une **simulation** pour un nombre différent de convives. Vous obtenez alors les quantités nécessaires pour faire la recette. Il faut cliquer sur « recalculer » dans l'onglet complément.

• RESULTATS

A la fin de la saisie, cliquer sur « recalculer » dans la barre d'outils, vous obtenez les résultats de la composition dans les cases E9 à I24 (partie haute de la feuille).

Les résultats concernent les valeurs en nutriments et par groupe d'aliments.

Il faut aller ensuite en case C23 afin d'indiquer la quantité à servir par personne à l'aide du menu déroulant (vous avez la possibilité de modifier cette quantité en saisissant une nouvelle valeur. Cliquer ensuite sur recalculer).

La case C20 indique la valeur du grammage recommandé en aliment protéique (VOP) pour le public concerné.

La case C21 indique la valeur de 70% de la valeur du grammage recommandé en aliment protéique (valeur de la case C20 multipliée par 0,7).

La case C24 indique la valeur du grammage en aliment protéique apporté par la valeur de la portion indiquée en case C23.

Il est donc possible de comparer la valeur du grammage en aliment protéique servi (en case C24) avec la valeur du minimum réglementaire (en case C21).

Cliquer ensuite suite « recalculer » dans l'onglet complément.

La case J6 indique alors si la saisie est complète ou incomplète.

Si « fiche incomplète » est indiqué, il manque des données

Si « fiche OK » est indiqué, alors vous pouvez « valider une FT »

CLASSEMENT DE LA FICHE TECHNIQUE

Les lignes 56 à 73 indiquent le classement de la fiche technique en fonction des contraintes de l'arrêté.
Ce classement est fonction de la quantité indiquée en case C23.

Ne pas oublier que certaines contraintes sont fonction du grammage !

Pour chacune des 15 contraintes, un « 1 » indique que la fiche technique est concernée par cette contrainte.

	B	C	D	E	F	G	H
		Quantité recommandée					
56							
57	POISSON	d'5g					
58	Primaire	ENTREE	PLAT	GARNITURE	Produit LAITIER	DESSERT	Total
59	Entrée contenant plus de 15% de lipides	0					0
60	Croûtité légumes ou fruits contenant au moins 50% de légumes ou de fruits crus	0		0			0
61	Produit frit ou pré-frit contenant plus de 15% de lipides		0	0			0
62	Plats pastilliques ayant un rapport P/L > ou = 2		0				0
63	Pâtisseries ou préparations à base de pain contenant au moins 70% de pain, et ayant un P/L > ou = 2 (fait plus de 49g)		0				0
64	Viandier non haché de bœuf, de veau ou d'agneau, et abas de boucherie		0				0
65	Préparations au plat prêt à cuire à base de viande de porc, d'œuf et/ou de fromage, contenant au moins 70% de viande, de porc ou d'œuf (fait plus de 49g)		1				1
66	Légumes cuits, autres qu'asperges ou tréfilés en mélange, contenant au moins 50% de légumes			0			0
67	Légumes crus, féculeux ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes et féculeux ou céréales			0			0
68	Fram-ages contenant AU MOINS 150mg de calcium par portion	0			0		0
69	Fram-ages contenant ENTRE 100 ET 150 MG de calcium par portion	0			0		0
70	Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100mg de calcium, et moins de 5g de lipides, par portion				0	0	0
71	Desserts contenant plus de 15% de lipides					0	0
72	Desserts contenant au moins de 15% de lipides, et plus de 20g de glucides simples totaux par portion					0	0
73	Desserts de fruits avec 100g fruits					0	0

VALIDER LA FICHE TECHNIQUE

Il faut ensuite cliquer dans l'onglet « complément » sur « valider une FT » pour alimenter la base de données (transfert des données).

Si la fiche a déjà été validée, Répondre « oui » aux messages de mise à jour.

Le nom de la fiche technique « validée » est composé du nom de la fiche suivi du public et du nom du créateur.

Il est important de bien vérifier les résultats de la fiche technique avant de la valider. Selon le résultat que vous attendez par rapport aux contraintes de la réglementation, vous pouvez modifier la FT. Il est plus simple de faire des modifications à ce niveau que de vous en rendre compte au niveau du bilan réglementaire. Le temps de mise à jour de la base de données étant long, il est préférable d'utiliser cette fonction quand vous avez fait la saisie d'une grande partie (ou de la totalité) de vos fiches techniques.

• OUTILS ET FONCTIONS COMPLEMENTAIRES

- L'icône  permet de masquer / afficher la partie haute de la fiche technique
- Onglet complément :
 - « Afficher la fiche technique » et « Détail nutritionnel » permettent respectivement de visualiser ou masquer les colonnes de la composition nutritionnelle.
 - « Dupliquer la FT » permet de dupliquer une fiche technique afin par exemple, de pouvoir en faire une autre FT pour un autre public. Il faut ensuite changer le public et éventuellement les grammages.

• GESTION DES FICHES TECHNIQUES

L'outil étant sous excel, il n'est pas possible de saisir un nombre important de fiches techniques dans le même fichier.

Il est préférable de faire plusieurs fichiers avec la structure suivante :

- Un fichier pour les entrées
- Un fichier pour les plats protidiés (ex : veau, porc, bœuf...)
- Un fichier pour les accompagnements
- Un fichier pour les produits laitiers
- Un fichier pour les desserts

Si vous faites des fiches techniques pour plusieurs publics (adultes-ados, primaire, maternelle) et que le nombre de fiches techniques par fichier est important, vous avez aussi la possibilité de faire un fichier par public. Ainsi vous aurez, par exemple, un fichier pour les entrées du primaire et un autre fichier pour les entrées de la maternelle.

Il n'est pas possible de supprimer une fiche technique

• LIEN ENTRE INGREDIENTS ET LA COMPOSITION NUTRITIONNELLE

Afin de faire le lien entre les ingrédients de la fiche technique et la composition nutritionnelle, il est nécessaire d'indiquer à partir de la ligne 37 en colonne B, le nom de l'ingrédient que vous utilisez, en colonne E le **POIDS DE L'INGREDIENT TEL QUE ACHETE** et que vous allez mettre dans la recette. En colonne K, il est nécessaire de faire le lien avec la composition nutritionnelle **QUI DOIT ETRE L'ALIMENT TEL QU'IL SERA CONSOMME**.

Ainsi, par exemple pour les pâtes, vous allez indiquer en colonne E, 6000 g de **PATES CRUES** pour 100 convives et en colonne K, vous allez choisir **PATES ALIMENTAIRES CUITES**.

A partir de ces données, l'outil va pouvoir calculer la composition nutritionnelle de votre fiche technique.

NOTE : si vous ne voulez pas qu'un ingrédient intervienne dans les calculs de la composition nutritionnelle de la fiche technique, il ne faut pas faire le lien avec la composition nutritionnelle en colonne K.

• DEFINITION DU COEFFICIENT ACHETE/CONSOMME

La table de composition nutritionnelle **CIQUAL** présente des valeurs pour des aliments consommés. Or dans la restauration on utilise des aliments que l'on prépare : cuisson, épluchage...

Il est donc nécessaire d'utiliser un coefficient qui permette de quantifier cette modification : ce coefficient est nommé "acheté/consommé".

Ce coefficient intervient quand il y a une modification du poids entre le poids de l'ingrédient tel qu'acheté et le poids tel que consommé par les convives.

Par exemple quand on enlève la tête d'un poisson (cette partie n'est pas mangée) mais aussi quand les pâtes gonflent à la cuisson.

C'est donc un "coefficient de préparation et/ou de cuisson" qui intervient dans les calculs pour modifier automatiquement les valeurs.

Vous avez la possibilité de visualiser ce coefficient en utilisant le bouton « consommé/acheté » en cases J30 et J31. En colonne P apparaît alors les valeurs de ce coefficient pour chaque ingrédient. Suivant les ingrédients que vous utilisez, vous pouvez changer cette valeur.

Par exemple, le coefficient doit être pris en compte si un poisson est proposé entier mais que la peau, les arrêtes et la tête ne sont pas mangées.

Un coefficient inférieur à 1 s'applique quand il y a des pertes.

Un coefficient supérieur à 1 s'applique dans le cas d'un gain comme par exemple dans le cas des pâtes qui gonflent lors de la cuisson.

Il est donc logique que la quantité servie en case C23 ne corresponde pas toujours à la somme du poids des ingrédients divisée par le nombre de convives.

Récapitulatif de la saisie d'une fiche technique

Abricot	Abricot	OBLIGATOIRE
----------------	---------	--------------------

Nbre de CONV.	100	OBLIGATOIRE
Temps de préparation culinaire		
Temps de cuisson		

Composante du plan alimentaire	Dessert	OBLIGATOIRE
Catégorie principale	Fruits	OBLIGATOIRE
recap CRU CUIT (FL)	cru	OBLIGATOIRE
FRIT	non frit	OBLIGATOIRE
HACHEES (V)	non haché	OBLIGATOIRE
Quantité calculée en gramme servi	100,00 g	
public	Adulte-Ado	OBLIGATOIRE
quantité recommandée aliment protéique Adulte-Ado	110 g	
70% quantité recommandée aliment protéique	77 g	
TOTAL VOF PORTION de 100g	0 g	
Quantité recommandée en Grammes à servir en Adulte-Ado	100 g	
TOTAL VOF PORTION de 100g	0 g	

Technique	en %	Produit fini	pour 100g
TOTAL Mis en œuvre	111,11 g	111,11 g	111,11 g
Quantité à servir	100 g	100 g	100 g
Calcium (mg/100g)	13,4 mg	13,40%	13,4 mg
Vitamine	0 g	0,00%	0 g
Poisson (g/100g)	0 g	0,00%	0 g
Œuf (g/100g)	0 g	0,00%	0 g
Féculent	0 g	0,00%	0 g
P/L	3,59	3,59	
Energie (kcal/100g)	50 Kcal	50,00%	50 Kcal
AG saturés (g/100g)	0,027 g	0,03%	0,03 g
Fer (mg/100g)	0,39 mg	0,39%	0,39 mg
Glucides (g/100g)	9,199908 g	9,30%	9,2 g
Sodium (mg/100g)	0,98 mg	0,98%	0,98 mg
Fibres (g/100g)	2 mg	2,00%	2 g

OPTIONNEL

Simulation

Base fiche technique

N° de convive

Total mise en œuvre pour 1 convive

Total mise en œuvre pour 100 convives

INGRÉDIENTS		Nature (F ou C) (Frais, congelé ou conservé)	Unité	Grammage bruto convive	Adulte-Ado	qte	Groupe	Ingrédients
FOUR INFORMATION			g					
Abricot								
			G	11111 g	X	1111,1 g	Fruits	Abricot, Frais
			G		X	0 g	Fruits	
			G		X	0 g	TOUT	
			G		X	0 g	TOUT	
			G		X	0 g	TOUT	
			G		X	0 g	TOUT	

OBLIGATOIRE

seulement le nombre

EN GRAMME

OBLIGATOIRE

Cliquez dans le menu déroulant pour choisir l'ingrédient

OU

Cliquez sur la loupe pour rechercher un élément

OBLIGATOIRE

Filter des ingrédients par catégorie

Cliquez dans le menu déroulant pour choisir la catégorie

Afficher

Masquer le détail

La loupe pour rechercher un ingrédient

SE placer avant sur la case

ENREGISTRER VOTRE FICHIER POUR PRESERVER VOTRE SAISIE

VALIDER LES FICHES TECHNIQUES UNIQUEMENT QUAND ELLES SONT COMPLETEES

Lors de la validation, la fiche technique est exportée dans la base des FICHES TECHNIQUES/CIQUAL.
Les catégories sont mises à jour.

Page 18/ 32

Saisir une fiche technique industrielle

Dans la feuille « menu », onglet complément, vous pouvez créer une « fiche technique industrielle ».

Cette fiche permet de saisir en colonne F les valeurs communiquées par les industriels en g ou mg ou kcal pour 100 g. Il faut aussi saisir les informations en colonne C.

Cette saisie est SOUS LA RESPONSABILITE de l'utilisateur, en fonction des données fournies par l'industriel.

Si des données fausses sont enregistrées, les résultats dans le plan alimentaire seront erronés.

La procédure de création de la FT industrielle est la même : dans la feuille menu, cliquer sur « saisir une FT industrielle », puis sur « OK », puis donner un nom.

Toutes les cases en orange sont normalement à saisir (ATTENTION, ne saisir que des nombres sans unité)

Il faut ensuite cliquer sur « valider une FT » pour alimenter la base de données (transfert des données).

	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
4	Formation			Date de mise à							
5	Établissement									...	MENU
6										FICHE INCOMPLETE	
7	FTINDUS	FTIndur		FT manuelle REPARTITION POUR 100 g							
8				COMPLÉTER LES DONNÉES EN ORANGE. Saisir sans les unités							
9	Nb de saisies	1			Éléments technique pour 100g	en X	Qté maximum autorisée	Exemple d'éléments techniques			
10	Temps de préparation relative			TOTAL H2O en g/100g	100 g	100 g	0 g	Répartition			
11	Temps de cuisson			Quantité d'eau	100 g	100 g	0 g				
12				Calories [kcal]	0 g	0,0000	0 g				
13	Composante du gras saturé			Lipides [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
14	Calcium principal			Protéines [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
15	CRU CRUIT (PL)	NC		Sauces [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
16	FRIT	NC		Légumes [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
17	NACHES (VI)	NC		Fruits [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
18	Quantité relative de grammes secs	100,00 g		Vin	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
19	public	Primaire		Vin "Blanc" [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
20	Quantité recommandée alimentaire PROTÉIQUE Primaire	70 g		Vin Rouge [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
21	75X quantité recommandée alimentaire PROTÉIQUE	43 g		Poissons [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
22	TOTAL TOP PORTION de 100g	0 g		Œuf [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
23	Quantité recommandée de grammes de matière sèche			Poisson [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
24	TOTAL TOP PORTION de 100g	0 g		Fromage [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
25				P/L	0	0	0	0	0		
26				P/L hors lipides	0	0	0	0	0		
27				Énergie [kcal/100g]	0 Kcal	0,00X	0 Kcal	0 Kcal	0 Kcal		
28				Alcool [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
29				Fer [mg/100g]	0 mg	0,0000	0 mg				
30				Glycène [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
31				Sodium [mg/100g]	0 mg	0,0000	0 mg				
32				Fibres [g/100g]	0,00 g	0,00X	0,00 g	0,00 g	0,00 g		
33				Simulation							
34	Ingrédients	Mature (F ou C)	Unité	Barre raclette	Nb de convive		Total mise en œuvre pour 10 convives	Total mise en œuvre pour 1 convive			
35	POUR INFORMATION	(Frais, congelé, reconstitué)	g	1	10						
36				Composé base cuisine							
37	FTINDUS			Primaire			g	Composé	INGRÉDIENT LE PLUS PROCHE		
38			G	100 g			1000 g	100 g			

Afin de minimiser les erreurs de la composition nutritionnelle (par exemple, si vous n'avez pas toutes les valeurs), vous avez la possibilité de saisir en case K38, « l'ingrédient le plus proche ». Le logiciel utilisera les données de composition de cet ingrédient si vous n'avez pas fait la saisie des valeurs dans les cases orange. Il est donc fortement conseillé de faire le lien avec « l'ingrédient le plus proche » de la table Ciqual.

A noter que le logiciel calculera la valeur du P/L en case F24 mais vous devez saisir la valeur du P/L hors lipides des poissons gras en case F25.

Les lignes 40 à 56 présentent le classement des fiches techniques industrielles en fonction des contraintes de l'arrêté. Ne pas oublier que ce résultat est fonction du grammage pour certaines contraintes !

MODULE BASE DE DONNEES

Le fichier excel de la base de données (baseciqual) contient toutes les données de la base de composition nutritionnelle CIQUAL 2013, ainsi que les fiches techniques que vous avez créées.

!!! Si vous ouvrez ce fichier, il faut absolument ne pas le modifier ou l'enregistrer !!!

	AU	AV	AW	AX	AY	AZ	BA	BB	BC	BD	BE	BF	BG	BH	BI	BJ	BK	BL	BI
1	40	608	98	0,08	42,6	363	1503	366	1514	0,4	0	0	50	32	27	0,024	430	0	12
1115	40	628	87	0,04	45,2	332	1379	334	1386	0,25	0	0,5	48	26,8	35,8	0,02	435	0	81
1121	40	628	87	0,04	45,2	332	1379	334	1386	0,25	0	0,5	48	26,8	35,8	0,02	435	0	81
1122	40	628	87	0,04	45,2	332	1379	334	1386	0,25	0	0,5	48	26,8	35,8	0,02	435	0	81
1123	40	628	87	0,04	45,2	332	1379	334	1386	0,25	0	0,5	48	26,8	35,8	0,02	435	0	81
1126	40	138	80	0,07	56	291	1202	292	1208	2,74	0	0	28,5	26,8	20,2	0,02	442	0	18
1127	40	138	80	0,07	56	291	1202	292	1208	2,74	0	0	28,5	26,8	20,2	0,02	442	0	18
1128	40	138	80	0,07	56	291	1202	292	1208	2,74	0	0	28,5	26,8	20,2	0,02	442	0	18
1129	40	539	88	0,07	44,4	331	1374	333	1380	0,22	0	0,23	32,1	27,6	30,4	0,035	304	0	96
1130	40	539	88	0,07	44,4	331	1374	333	1380	0,22	0	0,23	32,1	27,6	30,4	0,035	304	0	96
1131	40	539	88	0,07	44,4	331	1374	333	1380	0,22	0	0,23	32,1	27,6	30,4	0,035	304	0	96
1132	40	539	88	0,07	44,4	331	1374	333	1380	0,22	0	0,23	32,1	27,6	30,4	0,035	304	0	96

Il peut permettre de consulter la composition nutritionnelle pour 100g des recettes que vous avez créées.

MODULE PLAN ALIMENTAIRE

- ✓ Ouvrez le fichier excel « plan alimentaire »

Le module « plan alimentaire » fonctionne sur le même principe que le module « fiche technique »

- Barre d'outil (dans l'onglet Complément, ou cliquer sur Afficher la barre d'outils)
- Feuille Menu : affiche la liste des plans existants



Menu : permet d'aller sur le menu principal du module

Effacer : efface le contenu d'une case (les formules sont protégées)

Recalculer : permet de calculer les résultats suite à une saisie

Afficher le plan : réactualise l'affichage

Afficher les grammages : permet d'afficher les grammages suite à la saisie des menus

Créer un plan alimentaire : permet de créer un nouveau plan alimentaire

Dupliquer un plan alimentaire : duplique un plan alimentaire existant

Voir le bilan règlementaire : permet de visualiser le résultat par rapport aux contraintes de la réglementation

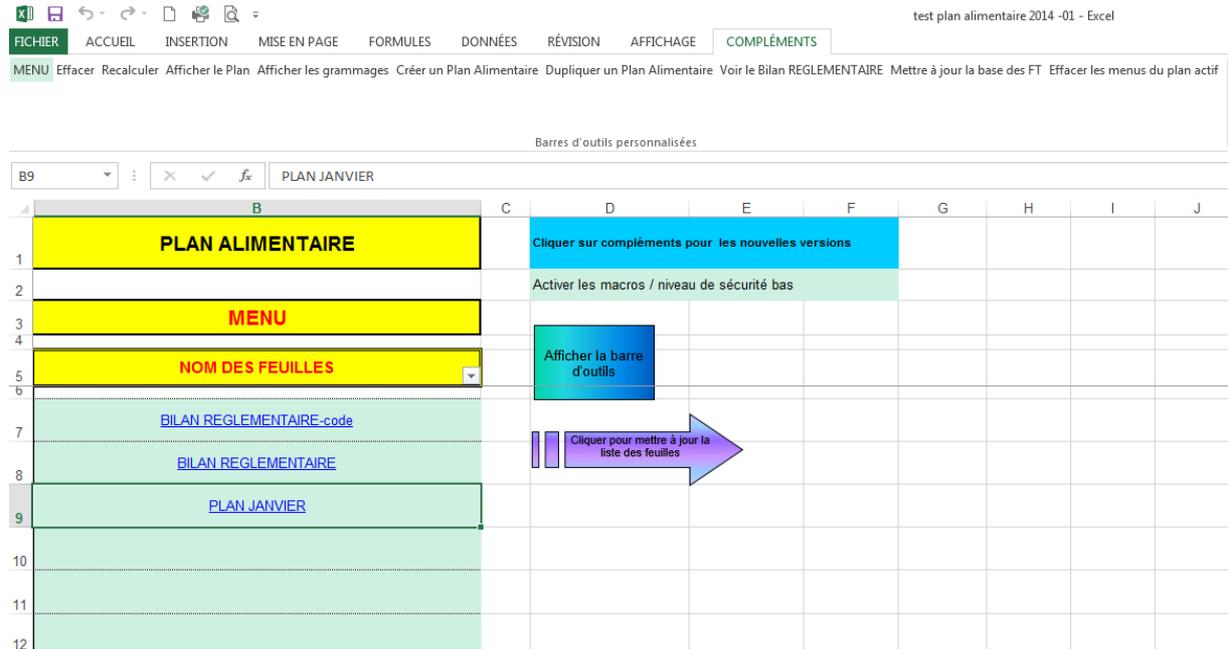
Mettre à jour la base des FT : permet de mettre à jour la base de données des FT

Effacer les menus du plan actif : permet d'effacer le menu (attention il faut les garder 3 mois)

IMPORTANT, AVANT DE CREER UN PLAN ALIMENTAIRE, IL EST NECESSAIRE D'IMPORTER LES FICHES TECHNIQUES QUE VOUS AVEZ PRECEDEMMENT CREEES :

Pour importer les fiches techniques dans ce module, cliquer sur « Mettre à jour la base des FT » dans l'onglet complément afin de rapatrier tout votre travail de saisie des FT réalisé précédemment.

Le menu principal



test plan alimentaire 2014 -01 - Excel

FICHIER ACCUEIL INSERTION MISE EN PAGE FORMULES DONNÉES RÉVISION AFFICHAGE COMPLÉMENTS

MENU Effacer Recalculer Afficher le Plan Afficher les grammages Créer un Plan Alimentaire Dupliquer un Plan Alimentaire Voir le Bilan REGLEMENTAIRE Mettre à jour la base des FT Effacer les menus du plan actif

Barres d'outils personnalisées

B9 : PLAN JANVIER

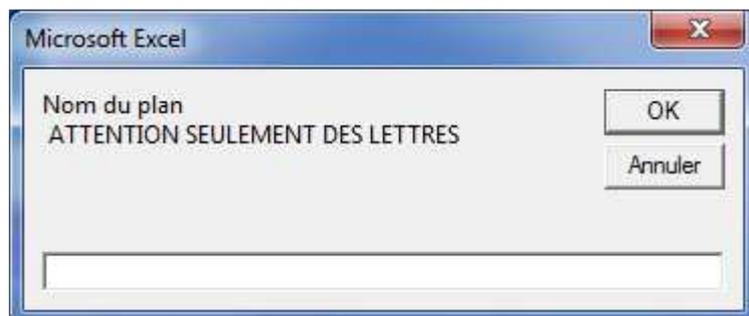
	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	PLAN ALIMENTAIRE		Cliquer sur compléments pour les nouvelles versions						
2			Activer les macros / niveau de sécurité bas						
3	MENU								
4									
5	NOM DES FEUILLES		Afficher la barre d'outils						
6									
7	BILAN REGLEMENTAIRE-code								
8	BILAN REGLEMENTAIRE		Cliquer pour mettre à jour la liste des feuilles						
9	PLAN JANVIER								
10									
11									
12									

Créer un plan alimentaire

Utilisez la fonction « créer un plan alimentaire » dans l'onglet complément



Donner un nom à votre plan alimentaire SANS espace.



Votre plan apparait en colonne B, cliquer dessus afin d'aller sur la feuille du plan alimentaire.

Compléter le plan alimentaire

	B	D	F	H	I	K	M	O	P	R	T
4		Choisir le PUBLIC	PRIMAIRE			PLAN ALIMENTAIRE Voir le Bilan Réglementaire					
5		JOUR	Plat JOUR	INFO grammage	Local / Bio	JOUR	Plat JOUR	INFO grammage	Local / Bio	JOUR	Plat JOUR
7		JOUR 1	JOUR 1	grammage	Local / bio	JOUR 2	JOUR 2	grammage	Local / bio	JOUR 3	JOUR 3
8	Entrée	ENTREES TOUT TYPE				Entrées Fruit ou légume cru				ENTREES TOUT TYPE	CERVELAS / Primaire
9	Entrée Conseil	Féculent				Entrées Cruitiées				Claf	Charcuterie
10	Plat	"viande rouge" non haché				POISSON P/L >2				PROTIDIQUE	
11	Plat Conseil	Bœuf				Poisson				Volaille	
12	Garniture	Légumes cuit (>50%)				Féculent (>50%)				Légumes cuit (>50%)	
13	Produits laitiers	Fromage>150mg Calcium (portion 40g)				Fromage>150mg Calcium (portion 40g)				Fromage>100mg et <150mg Calcium (portion 40g)	
14	Dessert	Fruits cru				DESSERTS TOUT TYPE				Fruits cru	
15	Dessert Conseil	Fruit cru ou crudié de fruits				Fruit cru < 20gr de glucides simples totaux				Fruit cru ou crudié de fruits	

Le plan alimentaire est sur 20 jours : de J1 à J20

ATTENTION : Les jours ne sont pas interchangeables dans le module

Choisir le public en case F4.

Par défaut, un plan alimentaire est proposé (lignes 8, 10, 12, 13, 14...) ainsi qu'un menu conseil (lignes en rouge 9, 11, 15...).

Vous pouvez modifier le plan alimentaire en changeant les catégories par exemple en case D8, D10, D12...

Si vous voulez modifier le plan alimentaire durablement, il faut changer le modèle du plan (sinon, les modifications seront prises en compte uniquement sur le plan actuel mais pas dans les futurs créations). Pour cela, il faut faire un clic droit en bas sur une des feuilles du fichier et choisir la feuille « MODELEPLAN ».

Barres d'outils personnalisées

test

PLAN ALIMENTAIRE

MENU

NOM DES FEUILLES

BILAN REGLEMENTAIRE-code

BILAN REGLEMENTAIRE

test

Version où les choix sont associés aux composants pos

Afficher

Afficher la feuille :

- fichier
- Feuil1
- base groupe
- groupe ciqual
- POINT SUR L'AVANCEMENT
- CIQUALTOUT
- CIQUAL
- MODELEPLAN

OK Annuler

Vous avez la possibilité de supprimer un plan alimentaire en supprimant la feuille concernée du module. Il est nécessaire à la suite de la suppression de mettre à jour la liste dans la feuille « menu » en utilisant l'outil (flèche) « cliquer pour mettre à jour la liste des feuilles ».

Le bilan réglementaire

Quand la saisie du menu est finalisée, cliquer sur « voir le bilan réglementaire » dans l'onglet complément.

test plan alimentaire 2014 -01 - Excel

MENU Effacer Recalculer Afficher le Plan Afficher les grammages Créer un Plan Alimentaire Dupliquer un Plan Alimentaire Voir le Bilan REGLEMENTAIRE Mettre à jour la base des FT Effacer les menus du plan actif

Barres d'outils personnalisées

F		G				L		M			N			O		P		Q		R	
Janvier		COMPOSANTE CHOISIE DANS LE PLAN ALIMENTAIRE Public: PRIMAIRE				TOTAL		bilan			Fréquence recommandée										
Retour MENU		Entrée	Plat protidique	Garniture ou Accompagnement	Produit laitier	Dessert															
PRIMAIRE		ENTREE	PLAT	GARNITURE	PLATIER	DESSERT															
Nombre de composants saisis		1	0	0	0	0	1														
5	Entrées contenant plus de 15% de lipides	0					0	OK	0 oui	4 oui	4/20 maxi										
6	Crudités légumes ou fruits contenant au moins 50% de légumes ou de fruits crus	1		0			1	KO	10 oui	20 oui	10/20 mini										
7	Produits frits ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides		0	0			0	OK	0 oui	4 oui	4/20 maxi										
8	Plats protidiques ayant un rapport P/L < ou = à 1		0				0	OK	0 oui	2 oui	2/20 maxi										
9	Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L > ou = 2 (soit plus de 49g)		0				0	KO	4 oui	20 oui	4/20 mini										
10	Viandes non hachées de boeuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie		0				0	KO	4 oui	20 oui	4/20 mini										
11	Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande de poisson, d'oeuf et/ou de fromage, contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'oeuf (soit moins de 49g)		0				0	OK	0 non	3 oui	3/20 maxi										
12	Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes			0			0	KO	10 oui	10 oui	10 sur 20										

La feuille du bilan présente les résultats du menu en fonction des règles (contraintes) de la réglementation.

Soit le total des contraintes en colonne L est bon et alors les cases sont en vert, soit vous avez des cases en rouge et il faut alors regarder en détail car les contraintes ne sont pas respectées.

Le menu peut être modifié ou alors il faut vérifier vos fiches techniques.

La feuille « bilan réglementaire-code »

Pour vous aider à analyser votre bilan alimentaire, vous pouvez regarder la feuille « bilan réglementaire-code » qui vous présente, pour chaque composante et pour chaque jour, les résultats par rapport à toutes les contraintes.

The screenshot shows an Excel spreadsheet titled 'Bilan réglementaire-code'. The columns are labeled M through AL. Column M contains a 'test' label. Column N is '0 anomalie(s)'. Column O is 'CAT'. Column P is 'MENU: CLIQUEZ SUR RECALCULER'. Columns R through Z contain various nutritional constraints such as '+de 50% LEGUMES', 'Cru', 'Cuit', 'Non haché', 'Haché', 'non frit', 'Frit', 'Pré frit', '+de 15% lipides', 'P/L <=+1', 'P/L >=2', '+ de 100mg de Calcium', '+ de 150mg de Calcium', '+de 5g de lipides', '+de 20g de Glucose', '+de 70% d'âge de Protéine', '+de 50% Féculent', '100% FRUIT', '+de 50% LEGUMES et fruits', '100% VR', and 'POISSON +de 70% gte de Protéine'. The rows represent different food items like 'Tomme / Primaire/ S 12 (2)', 'camenbert 20%MG / Primaire/ S 12 (2)', 'BRIE / Adulte-Ado/ E 12', 'FROMAGE BLANC BATTU / Adulte-Ado/ S 12 (2)', 'Tomme de Savoie ou de montagne / Primaire/ S 12 (2)', 'camenbert 20%MG / Adulte-Ado / S', 'YAOURT / Adulte-Ado / E', 'camenbert 20%MG / Adulte-Ado / S', 'FROMAGE BLANC BATTU / Adulte-Ado/ S 12 (2)', 'BRIE / Adulte-Ado/ E 12', 'FROMAGE BLANC BATTU / Adulte-Ado/ S 12 (2)', 'Tomme de Savoie ou de montagne / Adulte-Ado / S', 'BRIE / Adulte-Ado/ S 12 (2)', and 'CAMENBERT 20% MG / Adulte-Ado/ S 12 (2)'. The cells contain 0 or 1, indicating compliance or non-compliance with the constraints.

Cette feuille est uniquement une aide à l'analyse de bilan, cliquer sur « recalculer ».

Vous pouvez utiliser les filtres en ligne 2 mais n'utilisez pas la fonction « trier ».

Les filtres en colonne M, N et O permettent de filtrer le jour, la composante et la catégorie.

A partir de la colonne R, un « 1 » indique un respect de la contrainte et un « 0 » un non-respect de la contrainte.

Par exemple, vous pouvez filtrer en colonne N la composante produits laitiers afin d'avoir un affichage uniquement de cette composante.

Puis en colonne AD, vous pouvez afficher uniquement les produits laitiers qui ne contiennent pas plus de 150 mg de calcium par portion en cochant « 0 » dans le filtre de la colonne.

This screenshot shows the same Excel spreadsheet as above, but with a filter menu open over column AD. The menu options include: 'Trier du plus petit au plus grand', 'Trier du plus grand au plus petit', 'Érier par couleur', 'Éliminer le filtre de « + de 150mg de Cal... »', 'Filtrer par couleur', 'Filtres numériques', and 'Rechercher'. The 'Rechercher' option is selected, and a search box contains '0'. The 'OK' button is highlighted.

GLOSSAIRE

Termes utilisés pour le plan alimentaire « conseil » (certains extraits de celui du GEMRCN)

Concernant les entrées :

Crudités : est considéré ici comme un plat de crudités tout plat dont plus de 50% des ingrédients sont des légumes ou fruits crus, servis en entrée ou en garniture de plat.

Cuidités ou légumes cuits: est considéré ici comme un plat de cuidités tout plat dont plus de 50% des ingrédients sont des légumes cuits, servis en entrée ou en garniture. Le potage est pris en compte s'il contient au moins 40% de légumes.

Entrée de féculents: est considérée ici comme une entrée de féculents toute entrée dont au moins 50 % des ingrédients sont des féculents (les potages sont inclus dans cette catégorie si leur composition répond à cette définition).

Œufs : est considérée ici comme une entrée à base d'œuf toute entrée dont au moins 50 % des ingrédients sont de l'œuf (œuf mayonnaise, œuf sur salade vinaigrette.....)

Poisson : est considérée ici comme une entrée à base de poisson toute entrée dont au moins 50 % des ingrédients sont du poisson (sardine/citron, thon en salade, maquereau moutarde...)

Charcuterie : est considérée ici comme une entrée de charcuterie toute entrée dont au moins 50 % des ingrédients sont de la charcuterie (terrines de campagne, salade de cervelas, saucisson à l'ail, pâté en croûte.....)

Préparations pâtisseries salées (= pâtisserie salée) : préparations du type crêpes salées, friands divers, pizzas, tartes, quiches ou tourtes servies en entrées.

Concernant les plats protidiques:

Agneau : toutes préparations à base de viande d'agneau ou de mouton (gigot, sauté, boulettes.....)

Bœuf : toutes préparations à base viande de bœuf (daube, rosbief, steak, boulette...)

Œufs : toutes préparations à base d'œuf (omelette, œufs dur.....)

Poisson : toutes préparations à base de poisson et/ou crustacés, coquillages (saumon, merlu, poisson meunière, calamar, bouchée aux fruits de mer, quenelle de poisson...)

Porc : toutes préparations à base de viande de porc (sauté, rôti, chipolata...), Charcuterie P/L <1

Veau : toutes préparations à base de veau (rôti, sauté, escalope, paupiette....)

Volaille : toutes préparations à base de viande de volaille, dinde, pintade, poulet ou canard, lapin (escalope, rôti dindonneau, cuisse de poulet, blanquette de volaille, cordon bleu, cuisse de canard confite,.....)

Abats : abats de bœuf, de veau, d'agneau sauf de porc et gésiers et foies de volaille...

Concernant les garnitures des plats protidiques :

Féculents ou légumes secs ou céréales : tous les féculents (pomme de terre, maïs, semoule, lentilles, pois chiche, riz, quinoa, flageolets.....) Est considéré ici comme un plat de féculent tout plat dont les féculents représentent plus de 50% des ingrédients.

Légumes cuits autres que secs : tous légumes, à l'exclusion des féculents, des céréales et des légumes secs. Est considéré ici comme un plat de légumes tout plat dont les légumes représentent plus de 50% des ingrédients.

Concernant les fromages et produits laitiers :

Fromage >150mg Calcium : la portion usuelle par convive (exemple : 30gr) doit apporter un minimum de 150 mg de calcium (cela équivaut à un minimum de 500 mg de calcium pour 100 g de fromage à la coupe) ; pour les fromages en portions, il convient de vérifier la teneur en calcium annoncée pour chaque grammage.

Fromage >100mg Calcium : la portion usuelle par convive (exemple : 30gr) doit apporter un minimum de 100 mg de calcium (cela équivaut à un minimum de 333 mg de calcium pour 100 g de fromage à la coupe) ; pour les fromages en portions, il convient de vérifier la teneur en calcium annoncée pour chaque grammage.

Produit laitier >100mg Calcium <5g/portion : tous les produits laitiers apportant un minimum de 100mg de calcium par portion usuelle et moins de 5 g de lipides par portion (ex : yaourt de 125g équivaut à un minimum de 100mg de calcium et 1.3gr de lipides)

Fromage ou Produit laitier tout type : tous les fromages et produits laitiers

Concernant les Desserts :

Desserts lactés : tous mets sucrés, servis en fin de repas ou au goûter, et préparés avec du lait.

Dessert lacté < 20gr de Glucides Simples Totaux(GST) : crème dessert (selon fiche technique), flan maison... apportant moins de 20gr de sucre par portion

Pâtisseries : toutes les pâtisseries qu'elles soient fraîches (à date limite de consommation (DLC) et riches en eau) sèche (à date limite d'utilisation optimale (DLUO) et pauvres en eau) ou surgelées .

Fruit cru ou crudité de fruits : est considéré ici comme un dessert de fruit cru, tout dessert contenant 100% des ingrédients sous forme de fruits crus : fruit frais (pomme, poire, orange, banane, pêches, fraises...) servi cru

Fruit cuit : fruits cuits, en conserve, en compote

Fruit cuit < 20gr de Glucides Simples totaux : fruits cuits, en conserve allégée en sucre, en compote allégée en sucre, apportant moins de 20gr de sucre par portion

CATEGORIES ET EXEMPLES DE PLATS UTILISES POUR LE PLAN ALIMENTAIRE

CATEGORIE	SOUS CATEGORIES	EXEMPLES De fiches techniques
ENTREES	Tout type	Toutes les FT « entrées » existantes vont apparaître
	Crudités	Salade verte, carottes râpées, melon...
	Entrée féculents	Salade de lentilles, de pâtes, pizza si < 15% lip, crêpes fromage....
	Entrée >15% lip	Charcuterie, friands....la FT le calcule
	Entrée Calc>100mg	Entrée dont l'apport en calcium est supérieur à 100mg par portion : salade verte avec 10gr minimum d'emmental/convive, salade mimolette/edam....la FT le calcule
PLAT PROTIDIQUE	Viande hors viande rouge = viande blanche	Cuisse de poulet, rôti de porc, escalope de volaille, ...
	Bœuf, veau, agneau, abats= viande rouge	Sautés de bœuf, de veau ou d'agneau, steak haché, paupiette de veau, foie de veau persillé...
	Poisson	Tous les FT de poisson dont le P/L < 2 : paupiette de poisson, brandade....la FT le calcule
	Œufs	Omelette aux oignons et lardons, œufs durs béchamel...
	Poisson P/L > 2	Cabillaud sauce citron, calamar sauce tomate
	P/L < 1	Beignet de poisson ou de volaille, chipolatas... la FT le calcule
GARNITURES	Légumes cuits autres que secs	Salsifis, potiron, blettes...
	Féculents, légumes secs, céréales	Flageolets, maïs, pomme de terre, semoule de couscous...
FROMAGE	Fromage >150mg Calcium (portion 40gr)	Edam, beaufort.... la FT le calcule
	Fromage >100mg et < 150mg Calcium	Brie, bleu.... la FT le calcule
	Fromage < 100mg (portion 40gr)	Chèvre frais, fromage frais demi sel... la FT le calcule
	PLA >100mg Calcium <5g/Lip portion	Yaourt, fromage blanc... la FT le calcule
PRODUITS LAITIERS		Autres « laitages » tels que suisses
DESSERT LACTE		Crème dessert vanille, flan caramel...
DESSERTS	TOUT TYPE	Toutes les FT classée dans « dessert » vont apparaitre
	Lip < 15 et sucre > 20	Éclair au chocolat, tarte aux fruits, pêche au sirop si la FT le calcule.....
	Produits sucré	Mousse au chocolat, beignet framboise....
	Fruit	Pomme au four, poires aux épices, cocktail de fruits...
	Fruit cru	Melon, fraises, clémentine, kiwi, salade de fruit cru sans sucre ajouté.
Autres	Panerie	Pain baguettes, pain complet, biscottes.... Dont on a saisi les fiches techniques
	Alcool	Tous : bière, vin, cidres...
	Boissons	Toutes celles sans alcool et les eaux
	Graisses	Huile d'olive, de colza, beurre, crème fraîche...
	Plats préparés	Plat déjà dans la base CIQUAL : sandwiches, bouchée à la reine....
	Sel	Sel de table (ajouté)
	Charcuterie	Saucissons, rillettes....
	Aide à la cuisine	Bouillon de bœuf, coriandre....

SYNTHESE DES POINTS IMPORTANTS

Pour utiliser cet outil il faut suivre la logique suivante :

La base des données nutritionnelles des aliments est reliée aux fiches techniques (recettes).

Les recettes ainsi « calculées » sont « catégorisées » selon les critères de l'arrêté du 30 septembre 2011 (ex : entrée >15% de MG, fromage >150mg de calcium par portion).

Le menu, composé des fiches techniques préalablement saisies, est rentré sur un « plan alimentaire » de 20 jours assurant la variété et les critères impératifs de la réglementation (ex : 10 « crudités » sont déjà positionnées sur le plan alimentaire, l'opérateur choisira la recette voulue).

La saisie des 20 jours de menus effectuée, le bilan réglementaire s'affiche en mettant en évidence ce qui est respecté (vert) et ce qui ne l'est pas (rouge).

La base des données nutritionnelles

Celle utilisée dans cet outil est celle du CIQUAL 2013.

Cette base analyse des produits le plus souvent « prêts » à consommer (sandwich, glace...)

Les matières premières utilisées par la restauration collective ne sont pas toutes présentes (ex : jaune d'œuf liquide UHT, agneau pour sauté, fromages emballés...).

Définition du coefficient « acheté/consommé » :

En restauration on utilise des aliments que l'on prépare : cuisson, épluchage...

Il est donc nécessaire d'utiliser un coefficient qui permette de quantifier cette modification : le coefficient "acheté/consommé".

Ce coefficient intervient quand il y a une modification du poids, entre le poids de l'ingrédient tel qu'acheté et le poids consommé par les convives. (exemple : pâtes qui gonflent à la cuisson).

C'est donc un "coefficient de préparation et/ou de cuisson" qui intervient dans les calculs pour modifier automatiquement les valeurs.

Un coefficient inférieur à 1 s'applique quand il y a des pertes.

Un coefficient supérieur à 1 s'applique dans le cas d'un gain comme par exemple dans le cas des pâtes qui gonflent lors de la cuisson.

Pas de perte, coefficient égal à 1.

Vous avez la possibilité de visualiser les valeurs de ce coefficient en utilisant le bouton « acheté/consommé » en cases J30 J31 et en suite vous pouvez changer les valeurs en colonne P.

Le tableau des fréquences

Le tableau des fréquences est celui de l'arrêté du 30 septembre 2011 et non celui des recommandations du GEMRCN (différence essentielle sur les plats protidiques contenant moins de 70% : 3 maxi et non 4)

La saisie des fiches techniques (recettes)

L'outil étant sous excel, il n'est pas possible de saisir un nombre important de fiches techniques dans le même fichier (max 30 à 40 fiches techniques par fichier).

Il est préférable de faire plusieurs fichiers avec la structure suivante :

- Un fichier pour les entrées
- Un fichier pour les plats protidiques
- Un fichier pour les accompagnements
- Un fichier pour les produits laitiers
- Un fichier pour les desserts

S'il faut faire des fiches techniques pour plusieurs publics (adultes-ados, primaire, maternelle) et que le nombre de fiches techniques par fichier est supérieur à 30, il y a aussi la possibilité de faire un fichier par public ; par exemple, un fichier pour les entrées « primaire » et un autre fichier pour les entrées « maternelle ».

Il n'est pas possible de supprimer une fiche technique.

1- Explication des termes employés :

Certains des termes sont aussi expliqués dans le glossaire

➤ **Composante du plan alimentaire en case C 13**

Il s'agit de l'une des 5 composantes du menu à laquelle appartient la fiche technique :

Entrée : tous les types : crudités, légumes cuits, féculents, protidiques (rillettes par exemple)

Plat protidique : tous les types Viande Poisson Œuf (VPO) mais aussi fromage, végétariens (tofu par exemple) et plat complet ; attention pour ces derniers il faudra saisir 2 fiches (exemples : lasagne viande et lasagne pâtes)

Garniture ou accompagnement : légumes, féculents (céréales, pommes de terre...) et la garniture des plats composés (exemple : lasagne pâtes)

Produit laitier : Laitage (yaourt, fromage blanc, suisses) ou fromages (camembert, fromage emballés)

Desserts : tous types : fruits crus et cuits, pâtisserie, desserts lactés, sucrés.

➤ **Catégorie principale en case C 14**

Il s'agit de l'ingrédient principal de la recette

Légumes (en entrée ou en accompagnement du plat protidique)

Fruits (entrée ou dessert)

Autres viandes : toutes sauf celles dans l'autre catégorie (donc porc, poulet, dinde...) et jambons

Viandes boucherie et abats : veau, bœuf, mouton, agneau, abats de porc, de bœuf, de veau sauf gésiers et foies de volaille

Poissons : tous

Œufs : durs, en omelette....

Féculents : céréales, légumes secs, pomme de terre, maïs, polenta, flageolets....

Panerie : pains, biscottes....

Fromages : tous

Laitages : yaourt, fromage blanc, suisse

Desserts lactés : tous mets sucrés, servis en fin de repas ou au goûter, et préparés avec du lait

Desserts sucrés : fruits au sirop, pâtisseries...

Alcool : bières, vins....

Boissons : eaux, sodas...

Graisses : beurre, huiles, crème fraîche.....

Produits sucrés : bonbons, chocolats....

Sel : sel d'assaisonnement

Charcuterie : saucisson, rillettes... sauf jambon

Aide culinaire : tous les ingrédients utilisés pour réaliser les recettes : épices, assaisonnement

➤ **Cru ou cuit en case C 15 :**

C'est « l'état » de la recette servie ; exemples « salade haricots verts » = cuit mais « salade verte » (en accompagnement d'une omelette) = cru

Dans le cas, d'une salade composée, avec des FL crus et cuits : on doit statuer en amont si l'ingrédient principal servi sera cuit ou cru.

Cette case DOIT être remplie quelque soit la recette (plat protidique, dessert...) autrement la FT ne peut être validée (case de couleur jaune).

➤ **Frit, non frit, préfrit en case C 16 :**

Cette case DOIT être remplie quelque soit la recette (plat protidique, dessert...) autrement la FT ne peut être validée (case de couleur jaune).

Préfrit : certaines préparations agroalimentaire (poisson pané, pommes « noisette »...)

Frit : selon le type de cuisson utilisée en cuisine : frites, beignet de poisson.... « Passés » en friture avant de servir.

➤ **Haché/ non haché en case C 17 :**

Cette case DOIT être remplie quelque soit la recette (plat protidique, dessert...) autrement la FT ne peut être validée (case de couleur jaune), mais servira uniquement pour « classer » et comptabiliser dans le bilan réglementaire les viandes de boucherie et abats.

Exemple : « boulette de bœuf » classée dans les viandes de boucherie **et** « hachée » ; ensuite selon la part de viande donnée par le fournisseur / protéines végétale, la FT la classera < 70% de MPA et/ou P/L < 1.

➤ **Cases C20 à C24**

La case C23 permet d'indiquer la quantité à servir par personne à l'aide du menu déroulant (vous avez la possibilité de modifier cette quantité en saisissant une nouvelle valeur. Cliquer ensuite sur recalculer).

La case C20 indique la valeur du grammage recommandé en aliment protéique (VOP) pour le public concerné.

LogiNutS

La case C21 indique la valeur de 70% de la valeur du grammage recommandé en aliment protéique (valeur de la case C20 multipliée par 0,7).

La case C24 indique la valeur du grammage en aliment protéique apporté par la valeur de la portion indiquée en case C23.

Il est donc possible de comparer la valeur du grammage en aliment protéique servi (en case C24) avec la valeur du minimum règlementaire (en case C21).

2- Particularités à prendre en compte lors de la saisie

- ✓ Seuls les ingrédients saisis dans la colonne K sont comptabilisés ; on peut apporter des précisions à la fiches techniques dans la colonne B. Par exemple : la base CIQUAL donne « escalope de dinde sautée » dans colonne K et « sauté de dinde » dans la colonne B.

- ✓ Garniture accompagnant le plat protidique :

Pour les féculents : à partir de la ligne 37 en colonne B, saisir le nom de l'ingrédient que vous utilisez et en colonne E le POIDS DE L'INGREDIENT TEL QUE ACHETE et que vous allez mettre dans la recette.

En colonne K, ce sera L'ALIMENT TEL QU'IL SERA CONSOMME.

Exemple : pour les pâtes, vous allez indiquer en colonne E : 6000 g de PATES CRUES pour 100 convives et en colonne K, vous allez choisir PATES ALIMENTAIRES CUITES (de la table CIQUAL).

- ✓ La quantité de pain prévue par convive peut être ajoutée systématiquement par l'utilisateur à l'une des catégories de fiches technique (par exemple le fromage) permettant ainsi de cumuler les apports nutritionnels.

Le plan alimentaire et les menus

Le plan alimentaire est conçu sur 20 jours et reprend seulement les contraintes minimales; afin de laisser le plus de possibilité dans les menus ; ainsi dans les entrées seules 10 « crudités » ont été positionnées le reste des entrées est « tout type », 8 fruits crus dans les dessert, le reste « dessert tout type » etc...

Pour aider l'utilisateur un plan alimentaire « conseil » a été ajouté en dessous lui permettant de varier et d'être guidé pour respecter au mieux les contraintes.

Quand pour une catégorie donnée aucune fiche technique n'apparaît c'est qu'il n'en existe pas dans l'ensemble des FT déjà saisie, ou qu'il y a erreur de saisie par l'utilisateur.

Les catégories et autres termes utilisés pour le plan alimentaire sont dans le « glossaire ».