



Groupement d'Etude des Marchés en Restauration Collective et de Nutrition

# OBJECTIFS

- **Augmenter** la consommation de fruits, de légumes et de féculents.
- **Diminuer** les apports lipidiques, et rééquilibrer la consommation d'acides gras, diminuer la consommation de glucides simples ajoutés.
- **Augmenter** les apports de fer, augmenter les apports calciques.



# COMMENT ?

Ces recommandations visent entre autre à adapter le grammage des portions servies à l'âge des convives **ce qui évite le gaspillage** et permet d'acquérir de bonnes habitudes alimentaires.

L'enfant se dirige spontanément vers ce qu'il aime manger.

Les recommandations visent aussi à **diversifier leur alimentation** et à leur proposer d'autres alternatives alimentaires.

**En choisissant les plats affichés en gras dans les menus et signalés par ce pictogramme, je respecte mon équilibre alimentaire !**

