

Comment réaliser un plan alimentaire pour un menu à choix multiple (non dirigé) ?



Contexte : Le menu à choix multiple (non dirigé) signifie que les convives ont plusieurs propositions de plats correspondants à des catégories différentes par composante du repas.

Accès : Onglet « Mes plans alimentaires »

1) Paramétrage du plan alimentaire

The screenshot shows the 'Nouveau plan' form with the following fields and controls:


- Type de plan: Radio buttons for Simple, Multiple (selected), and Choix dirigé.
- Nom du plan alimentaire: Text input field.
- Nom du plan de Menu: Text input field.
- Date de début: Text input field with a calendar icon.
- Date de fin: Text input field with a calendar icon.
- Jour de service: Checkboxes for Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi, Vendredi, Samedi, and Dimanche.
- Nombre de composantes: Radio buttons for 5 (selected) and 4.
- Etablissement: Dropdown menu with 'Exemple d'établissement' selected.
- Number of entries: Five dropdown menus, each set to '1'.
- Buttons: 'Enregistrer' at the bottom.

Red arrows point from the text instructions to the following fields: 'Type de plan' (Multiple), 'Nom du plan alimentaire', 'Date de début', 'Date de fin', 'Etablissement', and 'Enregistrer'.

Dans l'onglet « Mes plans alimentaires », cliquer sur « nouveau ».

- Comme « Type de plan », sélectionner « Multiple ».
- Inscrire un nom de plan alimentaire. Le nom du plan de menus associé s'inscrit automatiquement mais vous pouvez toujours le renommer différemment.
- Inscrire les dates de début et de fin du plan alimentaire. Le plan alimentaire se construit sur une base de 20 jours minimum sans autre limitation.



Vous pouvez accéder à un calendrier en cliquant sur l'icône  puis sélectionner une date dans le calendrier.



- Sélectionner les jours de la semaine que vous souhaitez activer et qui vous donneront la trame de votre plan (4 jours par semaine au minimum).
- Sélectionner le nombre de composantes par repas : 4 ou 5.

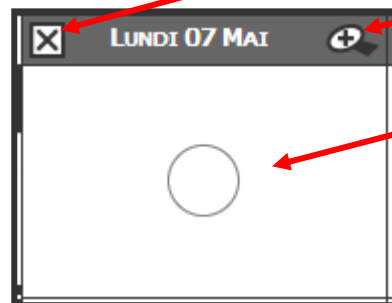


Pour les repas à 4 composantes, cf. rubrique « Quelles sont les règles générales de confection d'un plan alimentaire ? », le paragraphe 4)

- Si vous sélectionnez un établissement, son nom apparaîtra sur l'impression de vos plans de menus cf. « Comment créer un établissement ? ».
- Sélectionner le nombre de plats que vous souhaitez proposer pour chaque composante du repas (de 1 à 8 choix par composante).
- Pour valider vos options de plan alimentaire, cliquer sur « Enregistrer ».

2) Présentation du plan alimentaire

	LUNDI 07 MAI	MARDI 08 MAI	MERCREDI 09 MAI	JEUDI 10 MAI	VENDREDI 11 MAI
ENTREES  3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
PLATS PROTID.  1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ACCOMP.  2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
PRODUITS LAI TIERS  4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DESSERTS  3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



A l'ouverture, le plan alimentaire à choix multiples se présente sous une forme équivalente à celle du plan alimentaire simple (menu unique). En effet, vous allez procéder dans un premier temps à la construction d'un plan alimentaire simple qui vous servira à établir votre menu conseillé, lequel doit nécessairement être conforme sur la base de sa seule proposition (menu unique). Dans un deuxième temps, vous pourrez compléter les catégories de plats correspondants à vos propositions alternatives.

Le plan alimentaire se présente sous la forme d'un tableau de type planning avec les colonnes qui représentent les jours de la semaine, et cinq lignes qui représentent les composantes du repas.

Chaque case est représentée de la même manière :

- La date en haut dans la partie grisée.
- Une croix dans un carré en haut à gauche de la case : si vous souhaitez retirer ce jour du plan alimentaire (ex: cas des jours fériés), il vous suffit de décocher cette case.
- Une petite loupe en haut à droite de la case : quand vous cliquez sur cette loupe, vous obtenez une vue détaillée du jour sélectionné, ainsi que le jour précédent et le jour suivant.
- A la première ouverture du plan, toutes les cases sont blanches avec un rond blanc au centre : les cases changent de couleur en fonction de la catégorie de plat sélectionnée; de même, une fois qu'une catégorie a été enregistrée, le rond central prend la couleur grise.

Du plan conseillé au plan multiple

	LUNDI 04 JUIN	MARDI 05 JUIN	MERCREDI 06 JUIN	JEUDI 07 JUIN	VENDREDI 08 JUIN
ENTREES	●	●	●	●	●
PLATS PROTID.	●	●	●	●	●
ACCOMP.	●	●	●	●	●
PRODUITS LAITIERS	●	●	●	●	●
DESSERTS	●	●	●	●	●

	LUNDI 04 JUIN	MARDI 05 JUIN	MERCREDI 06 JUIN	JEUDI 07 JUIN	VENDREDI 08 JUIN
ENTREES	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
PLATS PROTID.	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
ACCOMP.	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
PRODUITS LAITIERS	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
DESSERTS	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○

Le plan alimentaire à choix multiples se construit en deux étapes :

- **Première étape :**

Il vous faut bâtir un plan alimentaire simple qui servira de base pour établir votre menu conseillé, c'est le « **Plan conseillé** ».

cf. rubrique « Comment réaliser un plan alimentaire pour un menu unique ? ».

Dès que votre plan conseillé est achevé à 100% et que vous en avez vérifié la conformité, vous pouvez passer à la deuxième étape.

- **Deuxième étape :**

Cliquer sur « **Plan multiple** » situé à la suite de « **Mes Plans > Plan conseillé** » sur le fil d'Ariane en haut de l'écran. Vous serez automatiquement redirigé vers l'écran de travail du plan multiple.

A l'ouverture de l'écran « **Plan multiple** » :

- La première ligne de chaque composante correspond à votre menu conseillé. Bien entendu, cette ligne est déjà complétée et un cadenas bloque toute modification depuis cet écran. Cependant, vous pouvez à tout moment retourner sur l'écran « **Plan conseillé** » et réaliser toutes les modifications que vous souhaitez.

- Les lignes supplémentaires en blanc vont vous permettre de compléter les propositions alternatives que vous avez paramétré lors de la création de votre plan alimentaire. Pour ce faire, vous pouvez choisir parmi les différentes catégories de plats disponibles dans les listes déroulantes associées à chacune des composantes.

Votre choix est toujours guidé par les compteurs et par les objectifs de minimums à atteindre et de maximums à ne pas dépasser, lesquels ont été automatiquement recalculés en fonction du nombre d'alternatives par composante.

3) Construction du plan alimentaire

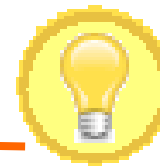
The screenshots show the MARELE software interface for constructing a meal plan. The top screenshot shows the 'Dessert 100% fruits crus' category selected, with a list of options and a grid of days. The bottom screenshot shows the 'Desserts sucrés' category selected, with a list of options and a grid of days. Red arrows point from the text on the right to the selected categories in the screenshots.

Le plan alimentaire se construit en sélectionnant pour chaque jour et chaque composante du repas, la catégorie de plat de votre choix dans la liste proposée par le système.

- Choisir parmi les catégories de plats proposées.
- Votre choix s'inscrit entre la date du jour et les compteurs, La (ou les) fréquence(s) associée(s) à la catégorie sélectionnée est (sont) comptabilisée(s) en temps réel.
- Cliquer sur « Enregistrer » pour confirmer votre choix.
- La catégorie sélectionnée va automatiquement s'insérer dans la case concernée.






La case complétée par une catégorie de plats va alors prendre la couleur du groupe d'aliments sélectionné :






- Vert clair pour les « Crudités de légumes et de fruits ».
- Vert foncé pour les « Cuidités de légumes et de fruits ».
- Rouge pour les « Sources protidiques ».
- Marron pour les « Féculents ».
- Bleu pour les « Produits laitiers ».
- Rose pour les « Produits sucrés ».
- Blanc avec un rond central grisé pour les catégories « Sans Entrée », « Sans plat protidique » ...
- Tout blanc pour une case non complétée.



TRUCS et ASTUCES : A partir de la fenêtre de sélection des catégories de plats, vous pouvez cliquer sur les différentes lignes correspondants aux différents choix possibles et sélectionner « à la volée » les différentes catégories se rapportant à la même composante d'une journée. Pour les journées où vous souhaitez limiter le nombre de choix, vous pouvez utiliser les catégories « Sans Entrée », « Sans Plat Protidique »...

Les différentes vues du plan alimentaire

	LUNDI 26 MARS	MARDI 27 MARS	MERCREDI 28 MARS	JEUDI 29 MARS	VENDREDI 30 MARS
ENTREES	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
3	○	○	○	○	○
PLATS PROTID.	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
1	○	○	○	○	○
ACCOMP.	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
2	○	○	○	○	○
PRODUITS LAITIERS	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
4	○	○	○	○	○
DESSERTS	🔒	🔒	🔒	🔒	🔒
	○	○	○	○	○
3	○	○	○	○	○

	MARDI 27 MARS	MERCREDI 28 MARS	JEUDI 29 MARS
ENTREES	Entrée de crudités <15%MG	Entrée de féculents <15%MG	Entrée de crudités <15%MG
	○	○	○
3	○	○	○
PLATS PROTID.	Poisson ou prép. à base de	Viande, Poisson, Œuf	Viandes en muscle
	○	○	○
1	○	○	○
ACCOMP.	Accomp. de féculents	Accomp. de légumes cuits	Acc. de féculents frits
	○	○	○
2	○	○	○
PRODUITS LAITIERS	Fromages	Fromages	Laitage <100mg Ca
	○	○	○
4	○	○	○
DESSERTS	Laitages	Dessert 100% fruits crus	Desserts sucrés
	○	○	○
3	○	○	○



ENTRE NOUS... Pour vous aider au mieux dans la construction de votre plan alimentaire, le système vous propose différentes vues permettant d'accéder progressivement vers le niveau d'information le plus détaillé.

- La vue en mode « Semaine » vous permet de visualiser la répartition harmonieuse des différents groupes d'aliments entre différentes composantes ou bien sur une même composante.

Exemple : - Alternance des crudités entre les « Entrées » et les « Desserts ».

- Alternance des légumes et des féculents au niveau des « Accompagnements ».

- La vue en mode « 3 jours », accessible en cliquant sur la loupe à la droite de la date du jour, vous permet de visualiser précisément les différentes catégories par composante et par jour.

Depuis cette même vue, vous pouvez :

- Contrôler la cohérence globale entre les différentes catégories.

- Modifier une catégorie, si vous le souhaitez, en cliquant directement dans la partie basse de la case concernée qui s'active en violet au passage du pointeur.

Les différents niveaux de définition des catégories de plats

	MARDI 27 MARS	MERCREDI 28 MARS	JEUDI 29 MARS
ENTREES	Entrée de crudités <15%MG	Entrée de féculents <15%MG	Entrée de crudités <15%MG
PLATS PROTID.	Poisson ou prép. à base de	Viande, Poisson, Œuf	Viandes en muscle
ACCOMP.	Accomp. de féculents	Accompagnement contenant plus de 50% de légumes cuits, accompagnement sec	Accomp. de féculents frits
PRODUITS LAITIERS	Fromages	Fromages	Laitage <100mg Ca
DESSERTS	Laitages	Dessert 100% fruits crus	Desserts sucrés

	MARDI 27 MARS	MERCREDI 28 MARS	JEUDI 29 MARS
ENTREES	Entrée de crudités <15%MG	Entrée de féculents <15%MG	Entrée de crudités <15%MG
PLATS PROTID.	Poisson ou prép. à base de	Viande, Poisson, Œuf	Viandes en muscle
ACCOMP.	Accomp. de féculents	Accompagnement contenant au moins 50% de légumes cuits, type courgettes cuisinées à la provençale*	Accomp. de féculents frits
PRODUITS LAITIERS	Fromages	Fromages	Laitage <100mg Ca
DESSERTS	Laitages	Dessert 100% fruits crus	Desserts sucrés



ENTRE NOUS... Pour vous permettre de vous familiariser au mieux avec les différentes catégories de plats proposés par le système, vous bénéficiez de différents niveaux de définition :

- La définition « Courte » fait fréquemment appel à des sigles, symboles et autres abréviations. C'est le format le plus utilisé dans le plan alimentaire. Vous le retrouvez dans la liste de choix des différentes catégories par composante ainsi qu'au niveau du mode « 3 jours » et de l'édition imprimable de votre plan alimentaire.

- La définition « Info-bulle » vous donne, par une phrase courte, les termes essentiels. Elle est accessible en gardant le pointeur pendant quelques secondes sur la définition « Courte ».

- La définition « Lexicale » vous apporte une définition exhaustive de la catégorie de plats, avec un exemple de plat qui lui est associé ainsi que la fréquence réglementaire sur la base de 20 repas consécutifs. Elle est accessible en cliquant sur la définition « Courte ».

Cas des accompagnements et des entrées:

MARDI 08 MAI

Max 4
0
>15% de Mat.Grasses

Min 10
0
Crudités

Entrées. : 0
Accompagne. : 0

Lors de la construction de votre plan alimentaire, il vous est conseillé de remplir les cases des accompagnements avant celles des entrées.

Ainsi, une fois que vous avez rempli la totalité des cases concernant les accompagnements et que de façon légitime, vous vous attendez à avoir tous vos compteurs « au vert », vous allez au contraire voir apparaître une alerte de non-conformité (gommette rouge en début de ligne de la composante « accompagnements »).

Cette alerte se réfère aux compteurs concernant les crudités :

- Un compteur sur les entrées.
- Un compteur sur les accompagnements.



IMPORTANT : C'est donc seulement lorsque vous aurez entièrement rempli toutes les cases concernant les entrées, que vous aurez alors la possibilité de vérifier la conformité de vos choix, **à la fois sur les accompagnements et sur les entrées.**

MARDI 08 MAI

Min 10
0
Crudités

Max 4
0
>15% de Mat.Grasses

Min 10
0
Légumes cuits

Min 10
0
Féculents

Entrées. : 0
Plats Prot. : 0
Accompagne. : 0

4) Enregistrement des données



Lorsque vous avez sélectionné une catégorie de plats, vous avez plusieurs choix possibles :

- Enregistrer et suivant : cette action vous permet d'enregistrer votre dernière sélection et de passer à la case suivante (le jour suivant) sur la même ligne.
- Enregistrer et précédent : cette action vous permet d'enregistrer votre dernière sélection et de passer à la case précédente sur la même ligne.
- Enregistrer : cette action vous permet d'enregistrer votre dernière sélection et de retourner à la trame du plan alimentaire (vue mode « Semaine »).
- Annuler : cette action vous permet de ne pas enregistrer votre dernière sélection et de retourner à la trame du plan alimentaire.



TRUCS et ASTUCES : L'utilisation de la touche « Enregistrer et suivant » vous permet de glisser de jour en jour sur une même ligne en complétant « à la volée » toutes les catégories de plats se rapportant à une même composante.

5) Traduction en plan de menus



- Une fois votre plan alimentaire « Conseillé » rempli à 100%, vous pouvez passer au plan « Multiple ».
- Une fois votre plan multiple complété à 100%, tous les ronds au centre des cases doivent être grisés.
- La barre d'avancement du plan multiple affiche 100%.
- Vous pouvez vérifier la conformité de votre plan alimentaire en contrôlant que toutes les gommettes en début de ligne de chaque composante soient « au vert ».
- Après avoir effectué ces dernières vérifications, vous pouvez passer à l'étape suivante qui consiste à transformer votre plan alimentaire en plan de menus.
- Pour cela il vous suffit de cliquer sur « **Plan de Menus** » situé à la suite de « **Mes Plans > Plan Conseillé > Plan Multiple** » sur le fil d'Ariane en haut de l'écran. Vous serez automatiquement redirigé vers l'écran de travail du plan de menus.

Notes personnelles :

