

Comment imprimer mes plans alimentaires ?



Contexte : Vous avez rédigé votre plan alimentaire et vous souhaitez l'imprimer.

Accès : Dans « Mes plans alimentaires », sélectionner celui que vous désirez imprimer en cliquant sur la loupe située devant le nom de votre plan alimentaire.

Impression du plan alimentaire

Une fois que votre plan alimentaire s'affiche sur votre écran, cliquer sur « Imprimer » en haut à droite de la page.

> Mes Plans > **Plan alimentaire** > Plan de menus

Imprimer

Nom : test 1 Durée : 20 jours 5 Composantes

100%

	LUNDI 26 MARS	MARDI 27 MARS	MERCREDI 28 MARS	JEUDI 29 MARS	VENDREDI 30 MARS
ENTREES					
PLATS PROTID.					
ACCOMP.					
PRODUITS LAITIERS					
DESSERTS					



A noter : Vous avez la possibilité d'imprimer :

- soit la version plan alimentaire.
- soit la version « tableau des fréquences » de votre plan alimentaire.

Il vous suffit de sélectionner la version que vous souhaitez imprimer.

1) Impression du tableau des fréquences

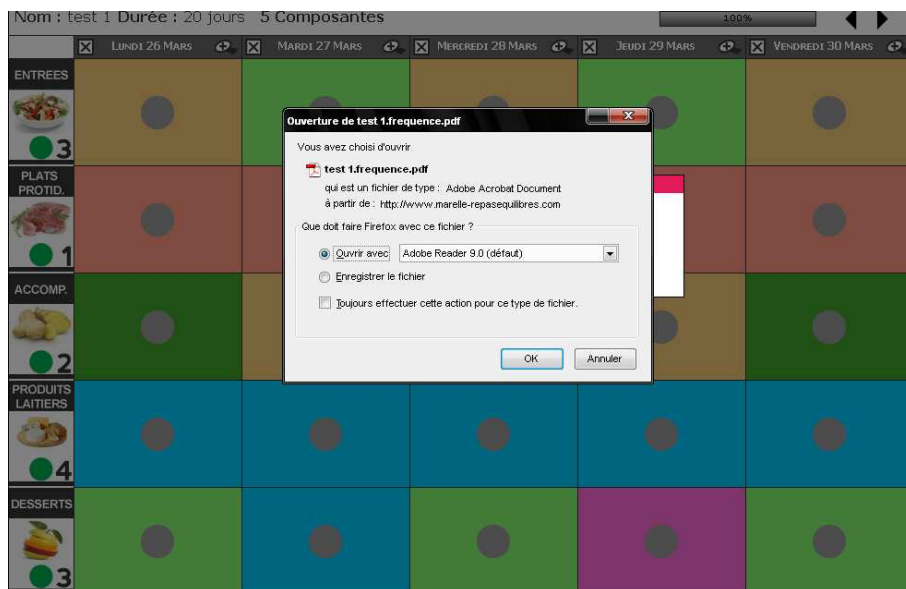
Vous avez sélectionné « Imprimer fréquence ».

Une nouvelle fenêtre s'affiche avec plusieurs options possibles:

- ouvrir.
- enregistrer.
- annuler.

Une fois que vous avez cliqué sur « Ouvrir », un document de format PDF s'ouvre avec votre tableau des fréquences prêt à être imprimé.

Il ne vous reste plus qu'à cliquer sur l'icône de l'imprimante dans Adobe Reader.



test 1		Du 20/04/2012 au 26/03/2012		20 jours	5 jours / semaine	5 composantes		
Nombre de choix par composantes	Fréquences recommandées de service des plats pour les repas des enfants de plus de 3 ans, des adolescents, des adultes et des personnes âgées en cas de portage à domicile	Entrées	Plats Protidiques	Accompagnements	Produits Laitiers	Desserts	Fréquence obtenue	Fréquence recommandée selon le nombre de choix possibles
Entrées	FREQUENCE#01: Entrées contenant plus de 15% de matières grasses.	4	0	0	0	0	4	4 / 20 maxi
	FREQUENCE#02: Crudités de légumes ou de fruits.	10	0	0	0	0	10	10 / 20 mini
Plats Protidiques	FREQUENCE#03: Plats protidiques contenant autant ou plus de matières grasses que de protéines (Ce critère ne s'applique pas aux plats composés à 100% d'œufs).	0	2	0	0	0	2	2 / 20 maxi
	FREQUENCE#04: Poissons ou préparations d'au moins 70 % de poisson et contenant au moins deux fois plus de protéines que de matières grasses.	0	8	0	0	0	8	4 / 20 mini
	FREQUENCE#05: Viandes non hachées de bœuf, veau, agneau, ou des abats de boucherie.	0	8	0	0	0	8	4 / 20 mini
	FREQUENCE#06: Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson ou d'œuf, contenant moins de 70% de ces produits.	0	3	0	0	0	3	4 / 20 maxi
Accompagnements	FREQUENCE#07: Produits à frire ou préfaits contenant plus de 15% de matières grasses.	0	1	0	0	0	1	4 / 20 maxi
	FREQUENCE#08: Légumes cuits, autres que les légumes secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes.	0	0	10	0	0	10	10 / 20
Produits Laitiers	FREQUENCE#09: Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes secs, féculents ou céréales.	0	0	10	0	0	10	10 / 20
	FREQUENCE#10: Fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion.	0	0	0	8	0	8	8 / 20 mini
	FREQUENCE#11: Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100mg et 150mg par portion.	0	0	0	7	0	7	4 / 20 mini
Desserts	FREQUENCE#12: Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium et moins de 5g de matières grasses par portion.	0	0	0	1	0	1	6 / 20 mini
	FREQUENCE#13: Desserts contenant plus de 15% de matières grasses.	0	0	0	0	1	1	3 / 20 maxi
	FREQUENCE#14: Desserts ou produits laitiers contenant plus de 20g de sucres simples totaux par portion et moins de 15% de matières grasses.	0	0	0	0	3	3	4 / 20 maxi
	FREQUENCE#15: Desserts 100% fruits crus.	0	0	0	0	10	10	8 / 20 mini

2) Impression du plan alimentaire

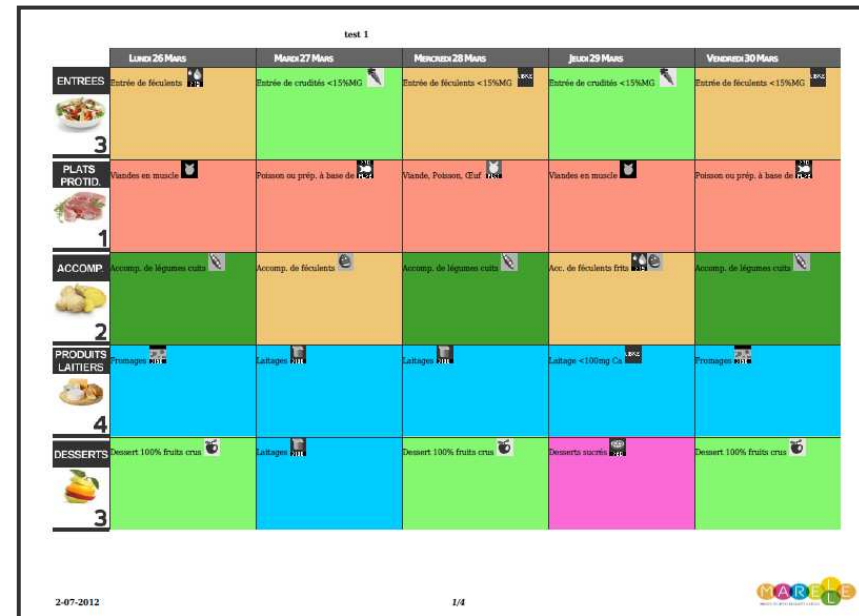
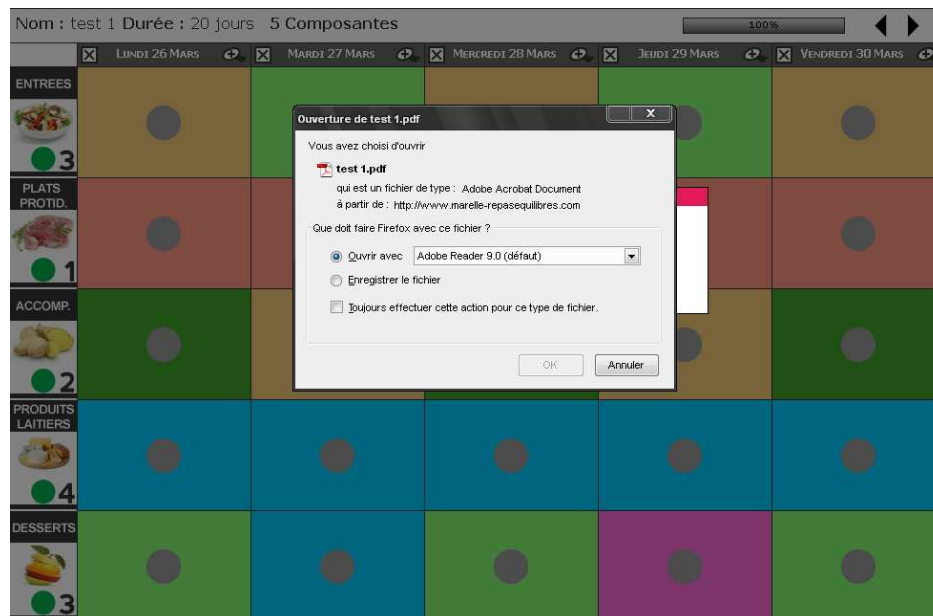
Vous avez sélectionné « Imprimer plan alimentaire ».

Une nouvelle fenêtre s'affiche avec plusieurs options possibles:

- ouvrir.
- enregistrer.
- annuler.

Une fois que vous avez cliqué sur « Ouvrir », un document de format PDF s'ouvre avec votre plan alimentaire prêt à être imprimé.

Il ne vous reste plus qu'à cliquer sur l'icône de l'imprimante dans Adobe Reader.



Notes personnelles :

