

Quelles sont les règles générales de construction d'un plan de menus ?



Contexte : Vous avez entièrement rédigé votre plan alimentaire.

Accès : A partir de votre plan alimentaire complété à 100%, cliquer sur « **Plan de menus** » dans le fil d'Ariane ou bien à partir de « Mon espace », cliquer sur l'onglet « Mes plans de menus » et sélectionner le plan de menus à compléter.

1) Rédaction du plan de menus

Pour rédiger le plan de menu, il vous suffit de remplacer les catégories de plats que vous avez prévues dans les cases de chaque composante de chaque jour par le nom des recettes de votre menu.

On procède de la même façon que pour la construction du plan alimentaire :

- 1ère étape : Les plats protidiques.
- 2ème étape : Les accompagnements.
- 3ème étape : Les entrées et les desserts.
- 4ème étape : Les produits laitiers.



A noter : Pour vous aider à choisir des recettes qui remplissent les caractéristiques des catégories de plats enregistrées, le système vous propose une liste de recettes correspondantes. Vous trouverez également des suggestions de recettes pour lesquelles seul l'intitulé de la recette apparaît lorsque vous consultez la fiche recette associée.



ATTENTION : Pour les suggestions de recettes proposées par le système, il convient de valider leur conformité en matière de critères nutritionnels, et le cas échéant de les associer à la catégorie de plats qui lui correspond. Vous pouvez aisément pratiquer ces vérifications à partir des fiches techniques des produits qui vous sont régulièrement approvisionnés par vos fournisseurs attitrés.

Afin de remplir votre plan de menu vous pouvez :

- soit créer votre propre fiche recette.
- soit sélectionner une fiche recette proposée par le système.

2) Créer une fiche recette

MERCREDI 04 AVRIL

Accomp. de féculents

Créer une nouvelle recette

OU

Choix fiche recette

Enregistrer et suivant

Enregistrer et précédent

Enregistrer

Annuler

Sélectionner la case que vous souhaitez remplir : le cercle en son centre est vide et de la même couleur que la case.

Une fois la case sélectionnée, vous pouvez créer une recette :

- Cliquer sur « Créer une nouvelle recette ».
- Entrer un nom de recette.
- Sélectionner la recette générique à laquelle vous souhaitez rattacher votre recette.
- Cliquer sur « OK ».



ENTRE NOUS... Les recettes génériques proposées vous donnent une indication sur la pertinence de l'association entre votre recette et la catégorie de plats à laquelle vous souhaitez la relier.

Pour valider votre recette, cliquer sur « Enregistrer ».



A noter : Créer une recette ne signifie pas que vous rédigez une fiche recette complète mais juste le titre de la recette pour vos menus.



TRUCS et ASTUCES : Si vous avez créé des nouveaux titres de recettes, il est conseillé de compléter les fiches recettes une fois que vous avez entièrement complété votre plan de menus cf. « Comment effectuer une recherche de fiches recettes ? ».

> Mes Plans > Plan alimentaire > Plan de menus > Recette

Nom : test 1 Durée : 20 jours 5 Composantes

ENTREES

PLATS PROTID.

ACCOMP.

PRODUITS LAITIERS

DESSERTS

Nouvelle recette

Catégorie Plat:

Accomp. de féculents

Nom de la nouvelle recette

Rattachez la recette à une recette générique de :

Légumes secs

Pâtes

Pommes de terre

Quinoa

Riz

Semoule de blé

Semoule de maïs

OK Annuler

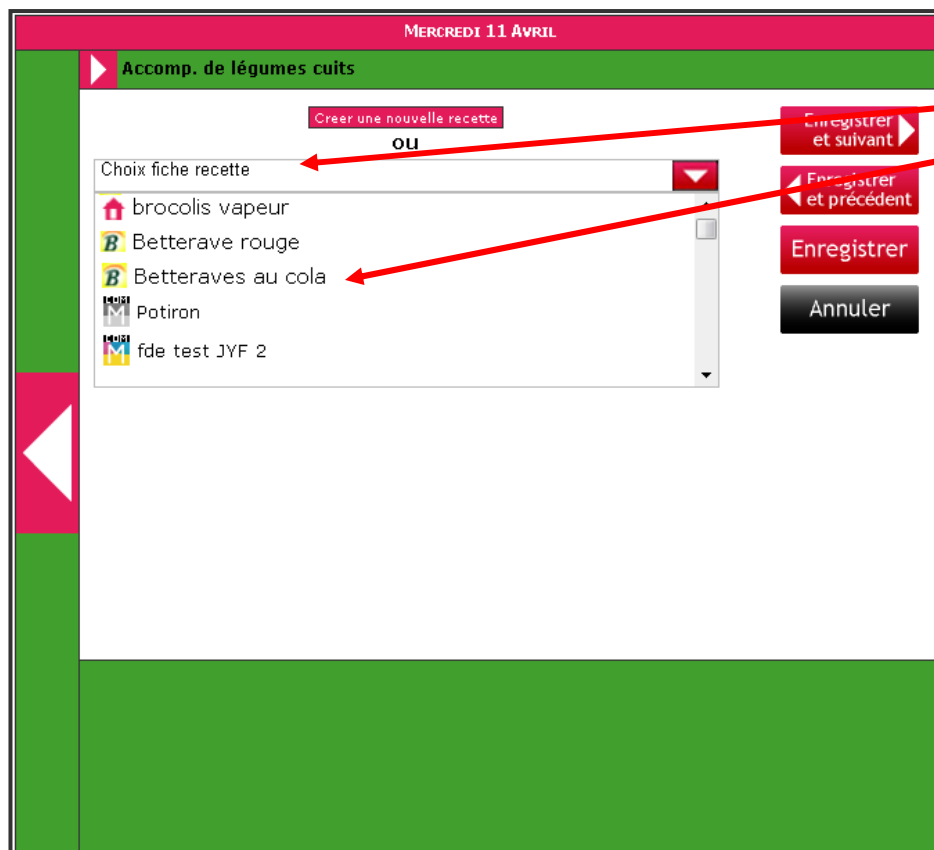
Enregistrer et suivant

Enregistrer et précédent

Enregistrer

Annuler

3) Sélectionner une fiche recette



Sélectionner la case que vous souhaitez remplir: le cercle en son centre est vide et de la même couleur que la case.

Une fois la case sélectionnée, sélectionner une des fiches recettes existantes :

- Cliquer sur « Choix fiche recette ».
- Sélectionner une recette dans le menu déroulant.
- Pour valider votre recette, cliquer sur « Enregistrer ».



ENTRE NOUS... Vous avez accès à une sélection de recettes à base de légumes proposées par Bonduelle ainsi que des recettes mises à disposition par la Communauté MARELLE.



A noter: Présence de pictogrammes indiquant la source des fiches recettes:



fiches recettes personnelles.



fiches recettes Bonduelle.



fiches recettes issues de la Communauté MARELLE.



suggestion de recette proposée à titre indicatif et nécessitant d'être confrontée et validée avec les fiches techniques des produits qui vous sont régulièrement approvisionnés par vos fournisseurs attitrés.

Notes personnelles :

