

ANNEXE 2 – Grammages

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
REPAS PRINCIPAUX							
PAIN	10	20	40	50	de 50 à 100	50	50
CRUDITÉS sans assaisonnement							
Avocat (à l'unité)	1/4(1)	1/4	1/4	1/2	1/2	1/2	1/2
Carottes, céleri et autres racines râpées	40(1)	40	50	70	90 à 120	70	70
Choux rouge et choux blanc émincé	30(1)	30	40	60	80 à 100	80	80
Concombre	40(1)	40	60	80	90 à 100	90	90
Endive	20(1)	20	20	30	80 à 100	80	80
Melon, Pastèque	80(1)	80	120	150	150 à 200	150	150
Pamplemousse (à l'unité)	1/4(1)	1/4	1/2	1/2	1/2	1/2	1/2
Radis	20(1)	20	30	50	80 à 100	60	60
Salade verte	0	0	25	30	40 à 60	30	30
Tomate	40(1)	40	60	80	100 à 120	80	80
Salade composée à base de crudités	40(1)	40	40	60	80 à 100	80	80
Champignons crus	30(1)	30	40	60	80 à 100	80	80
Fenouil	30(1)	30	40	60	80 à 100	80	80
CUIDITES sans assaisonnement							
Potage à base de légumes (en litres)	1/8(1)	1/8	1/8	1/6	1/4	1/4	1/4
Artichaut entier (à l'unité)	1/2(1)	1/2	1/2	1/2	1	1	1
Fond d'artichaut	30(1)	30	50	70	80 à 100	80	80
Asperges	30(1)	30	50	70	80 à 100	80	80
Betteraves	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80
Céleri	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
Champignons	30(1)	30	50	70	100 à 120	80	80
Choux fleurs	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80
Cœurs de palmier	30(1)	30	40	60	80 à 100	70	70
Fenouil	30(1)	30	40	60	80 à 100	70	70
Haricots verts	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80
Poireaux (blancs de poireaux)	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80
Salade composée à base de légumes cuits	30(1)	30	50	70	90 à 120	80	80
Soja (germes de haricots mungo)	30(1)	30	50	70	90 à 120	70	70
Terrine de légumes	0	0	30	30	30 à 50	30	30
ENTRÉES DE FÉCULENT (Salades composées à base de P. de T., blé, riz, semoule ou pâtes)	30(1)	30	60	80	100 à 150	100	100
ENTREES PROTIDIQUES DIVERSES							
Œuf dur (à l'unité)	0	1/4	1/2	1	de 1 à 1,5	1	1
Hareng/garniture	0	0	0	40	de 40 à 60	60	60
Maquereau	0	15	30	30	40 à 50	50	50
Sardines (à l'unité) sauf exception mentionnée	0	1/2	1	1	2	2	2
Thon au naturel	0	15	30	30	40 à 50	50	50
Jambon cru de pays	0	0	20	30	40 à 50	50	50
Jambon blanc	0	15	30	40	50	50	50
Pâté, terrine, mousse	0	0	30	30	30 à 50	50	50
Pâté en croûte	0	0	45	45	65	65	65
Rillettes	0	0	30	30	30 à 50	50	50
Salami – Saucisson – Mortadelle	0	0	30	30	40 à 50	50	50
PREPARATIONS PATISSIERES SALEES							
Nems	0	0	50	50	100	50	50
Crêpes	0	0	50	50	100	50	50

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
Friand, feuilleté	0	0	60 à 70	60 à 70	90 à 120	70	70
Pizza	0	0	70	70	90	70	70
Tarte salée	0	0	70	70	90	70	70
ASSAISONNEMENT HORS D'OEUVRE (poids de la matière grasse)	3(1)	5	5	7	8	8	8
VIANDES SANS SAUCE							
BŒUF							
Bœuf braisé, bœuf sauté, bouilli de bœuf	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Rôti de bœuf, steak	10 à 20	20	40	60	80 à 100	80	60
Steak haché	10 à 20	20	50	70	100	100	70
Hamburger	0	0	50	70	100	100	70
Boulettes de bœuf de 30g pièce crues (à l'unité)	0	0	2	3	4 à 5	4	3
Bolognaise viande	10 à 20	20	50	70	80 à 100	100	70
VEAU							
Sauté de veau ou blanquette (sans os)	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Escalope de veau, rôti de veau	10 à 20	20	40	60	80 à 100	100	70
Steak haché de veau	10 à 20	20	50	70	80 à 100	100	70
Hamburger veau, Rissollette veau	0	0	50	70	80 à 100	80	60
Paupiette de veau	0	0	50	70	100 à 120	100	70
AGNEAU-MOUTON							
Gigot	10 à 20	20	40	60	80 à 100	80	60
Sauté (sans os)	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Côte d'agneau avec os	0	0	0	80	100 à 120	100	70
Boulettes d'agneau-mouton de 30g pièce crues (à l'unité)	0	0	2	3	4 à 5	3	2
Merguez de 50 g pièce crues (à l'unité)	0	0	1	2	2 à 3	2	1,5
PORC							

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
Rôti de porc, grillade (sans os)	10 à 20	20	40	60	80 à 100	100	70
Sauté (sans os)	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Côte de porc	0	0	0	80	100 à 120	100	70
Jambon DD, palette de porc	10 à 20	20	40	60	80 à 100	80	70
Andouillettes	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Saucisse chipolatas de 50 g pièce crue (à l'unité)	0	0	1	2	2 à 3	2	1,5
Saucisse de Francfort Strasbourg de 50 g pièce crue (à l'unité)	0	0	1	2	2 à 3	2	1,5
Saucisse Toulouse, Montbéliard, Morteau	0	0	50	70	100 à 120	100	70
VOLAILLE-LAPIN							
Rôti de volaille, escalope de volaille, blanc de poulet	10 à 20	20	40	60	80 à 100	80	60
Sauté	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Jambon de volaille	10 à 20	20	40	60	80 à 100	80	60
Cordon bleu	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Cuisse de poulet, de pintade, de canard	20	30	100	140	140 à 180	140	100
Brochette	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Paupiette de volaille	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Fingers, beignets, nuggets de 20 g pièce crus	0	0	2	3	5	5	3,5
Escalope panée	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Cuisse de lapin	20	30	100	140	140 à 180	140	100
Lapin sauté	0	0	0	0	140 à 180	140	100
Paupiette de lapin	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Saucisse de volaille de 50g pièce crue (à l'unité)	0	0	1	2	2 à 3	2	1,5
ABATS							
Foie, langue, rognons, boudin	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Tripes avec sauce	0	0	50	70	100 à 200	100 à 200	140

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
OEUFS (plat principal)							
Cœufs durs (à l'unité)	1/4(1)	1/2	1	2	2 à 3	2	1,5
Omelette	10(1)	20	60	90	90 à 130	90	60
POISSONS (Sans sauce)							
Poissons non enrobés sans arêtes (filets, rôtis, steaks, brochettes, cubes)	10 à 20	20	50	70	100 à 120	100	70
Brochettes de poisson	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Darne	0	0	0	0	120 à 140	120	80
Beignets, poissons panés ou enrobés (croquettes, paupiettes,...)	0	0	50	70	100 à 120	100	70
Poissons entiers	0	0	0	0	150 à 170	150	110
PLATS COMPOSES (denrée protidique et garniture)							
Plat composé, choucroute, paëlla, etc. (poids minimum d'aliment protidique)	0	20(3)	50	70	100 à 120	100	70
Hachis Parmentier, Brandade, Légumes farcis (poids minimum d'aliment protidique)	10	20(3)	50	70	100 à 120	100	70
Raviolis, Cannellonis, Lasagnes ... (poids ration avec sauce)	0	180(3)	180	250	250 à 300	250	175
Préparations pâtisseries (crêpes, pizzas, croque-monsieur, friands, quiches)	0	60(3) + garniture obligatoire de légumes	100	150	200	150	150
Quenelle	0	40(3) + garniture légumes obligatoire	60	80	120 à 160	120	80
LEGUMES CUITS	120(1)	120	100	100	150	150	150
FÉCULENTS CUITS							

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
Riz – Pâtes – Pommes de terre	120(1)	120	120	170	200 à 250	200	200
Purée de pomme de terre, fraîche ou reconstituée	0	150	150	180	250	230	230
Frites	0	100	120	170	200 à 250	200	200
Légumes secs	0	120	120	170	200 à 250	200	200
Purée de légumes (légumes et pomme de terre) pour les enfants mangeant mixé	200	/	/	/	/	/	/
SAUCES POUR PLATS (jus de viande, sauce tomate, béchamel, beurre blanc, sauce crème, sauce forestière, mayonnaise, ketchup, etc.) Poids de la matière grasse	3 (1)	5	5	7	8	8	8
FROMAGES	20(1)	20	20	30	30 à 40	40	40
PRODUITS LAITIERS FRAIS							
Fromage blanc, fromages frais	0	100	100 à 120	100 à 120	100 à 120	100	100
Yaourt	0	100-125	100-125	100-125	100-125	100-125	100-125
Petit suisse	0	60	60	60	120	120	120
Lait demi-écrémé en ml des menus 4 composantes	0	0	125	125	125(2)	/	/
Lait infantile ou équivalent (en ml)	200 à 250	200 à 250	/	/	/	/	/
DESSERTS							
Desserts lactés	0	100	100	100	100	100	100
Mousse (en cl)	0	12	12	12	12	12	12
Fruits crus	80(1)	80 à 100	100	100	100 à 150	100 à 150	100 à 150
Fruits cuits	80 à 100	80 à 100	100	100	100 à 150	100 à 150	100 à 150
Pâtisseries fraîches ou surgelées en portions	20	20	40	40	60	60	60
Pâtisseries fraîches ou surgelées à portionner	30	30	60	60	80	80	80
Pâtisserie sèche emballée	15	15	30	30	50	50	50
Biscuits d'accompagnement	10	10	15	15	20	20	20

PRODUITS, prêts à consommer, en grammes sauf exceptions signalées.	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution Déjeuner	Personnes âgées en institution Dîner
JUS DE FRUITS (en ml) (1)	/	/	/	/	/	200	/
GOUTER, COLLATION (enfants, adolescents et personnes âgées en institution)	Enfants de moins de 18 mois	Enfants de plus de 18 mois	Enfants en maternelle	Enfants en classe élémentaire	Adolescents, adultes, Personnes âgées si portage à domicile	Personnes âgées en institution	
Pain	10 à 20	30 à 40	40	50	80	40	
Biscuits secs	15(1)	20 à 30	/	/	/	/	
Céréales (enfants et adolescents uniquement)	10 à 20	30	30 à 40	50/60	80	/	
Pâtisseries sèches emballées	15(1)	20 à 30	30	30	50	50	
Confiture, chocolat, miel	10(1) (sans urgence)	15	20	20	30	30	
Fruit cru	80 à 100	80 à 100	100	100	100 à 150	100 à 150	
Fruit cuit	80 à 100	80 à 100	100	100	100 à 150	100 à 150	
Lait 1/2 écrémé (en ml)	0	150	125	125	250	150	
Jus de fruits (en ml) (1)	0	80	/	/	/	200	
Yaourt	0	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125	100 à 125	
Fromage blanc	0	100	100 à 120	100 à 120	100 à 120	100	
Fromage	20(1)	20	20	30	30 à 40	40	
Petit suisse	0	60	60	60	120	120	
Lait infantile ou équivalent (en ml)	200 à 250	200 à 250	/	/	/	/	

(1) Cf. § 3.3.5 ci-dessus, et l'annexe « glossaire » ci-après, pour la définition réglementaire des jus de fruits