Nutrition Diététique - Découverte de la cuisine végétalienne, cuisine végétarienne, valeur nutritionelle

CUISINE

DUREE	TARIF	FORMAT	SESSION
14 heures (2 jours)	518 € net de taxes	Présentiel	Inter

Intégrez les nouvelles attentes alimentaires à votre carte avec simplicité et créativité

PUBLIC VISE

Salariés des entreprises de la branche Hôtels-Cafés-Restaurants ainsi que toute personne souhaitant développer ses compétences dans ce domaine

PREREQUIS

Connaître les bases des techniques culinaires
Positionnement en amont de la formation

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Découvrir les différentes formes de cuisine santé et les enjeux nutritionnels
- Identifier les principes nutritionnels de base et les besoins selon les publics
- Réaliser des plats équilibrés, savoureux et esthétiques dans le respect de la santé et du goût

PROGRAMME

Module 1 : Les enjeux de la cuisine contemporaine et valeurs nutitionnelles (7h)

- Bases de la nutrition, valeurs nutritionnelles des principaux groupes alimentaires
- Panorama des régimes
- Identification des ingrédients santé et techniques de cuisson adaptées

Module 2 : Les différentes formes de cuisine, substituts et réalisations (7h)

- Protéines végétales et substituts animaux
- Equilibre nutritionnel des menus végétariens, végétaliens, végans
- Construction de menus équilibrés

RESULTATS ATTENDUS

A l'issue de la formation, les participants savent construire des plats et menus équilibrés intégrant les principes de la cuisine santé

VALEUR AJOUTEE

Formation concrète avec mise en pratique immédiate en atelier
Acquisition de techniques directement applicables en milieu professionnel
Encadrement par un professionnel du métier
Echanges entre pairs favorisant le partage de savoir-faire

MODALITES D'ACCES

Deux modalités d'accès ont possibles :

- dans le cadre d'un financement AKTO :

formation accessible aux entreprises de la branche HCR adhérentes à AKTO, sous réserve de validation du dossier de prise en charge. L'inscription sur la plateforme Espace Formation devient définitive après accord d'AKTO

- au titre individuel ou via un autre financement :

inscription sur demande auprès de notre organisme avec complétude d'un dossier d'inscription
confirmation de l'inscription et envoi d'une convocation
Délais d'accès variables selon les sessions et les modalités de financement (en moyenne 2 à 6 semaines)

LIEU DE FORMATION

Centre de formation Baudimont, Arras (ou en intra-entreprise selon les modalités convenues et exigées avec l'entreprise)

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Méthode :
- Pédagogie active alternant théorie, démonstrations et pratique en atelier
- Réalisation concrète des techniques professionnelles
- Échanges entre pairs et avec le formateur
- Analyse des productions (dégustation et retours)

Moyens :
- Plateau technique : Cuisine pédagogique,
- Salle de formation équipée d'un vidéoprojecteur

Outils et supports utilisés :
- Documents projetés, fiches techniques, vidéos, mises en situation professionnelle, supports illustrés (recettes, supports de cours), grille de préparation et d'auto-évaluation

Documentation remise aux stagiaires :
- Livret d'accueil,
- fiches techniques et support de formation

Le participant devra prévoir une tenue professionnelle adaptée aux travaux pratiques :
Veste de cuisine, pantalon professionnel, tablier, chaussures de sécurité antidérapantes

MODALITES D' EVALUATION

- Observation en situation pratique : gestes techniques, organisation, qualité des productions
- Dégustation et analyse sensorielle.
- Test d'évaluation des acquis en fin de formation

Délivrance d'une attestation de formation
Formation non certifiante
Questionnaire de satisfaction en fin de formation

ACCESSIBILITE HANDICAP

- Accueil et l'accès des publics en situation de handicap.
- Locaux : règlementation ERP - locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Adaptation pédagogique possible selon la situation du stagiaire.
- Référent handicap : Handicap.CFP@baudimont.com
- Point Ecoute Accompagnement : peacfp@baudimont.com

TARIFS - FINANCEMENTS

En inter : 518€ TTC soit 37€ de l'heure par participant

En intra : 2200€ TTC par session

Financements possibles:
- financement OPCO **AKTO selon critères de prise en charge à consulter sur akto.fr**
- financement individuel
- autre financement

NOMBRE DE PARTICIPANTS

En INTER : Minimum 4 - Maximum 12
En INTRA : Minimum 2 - Maximum 12

PROCHAINES SESSIONS

du 30 novembre 2026 au 1er décembre 2026

RÉSULTATS DE LA FORMATION*

TAUX DE SATISFACTION	TAUX DE VALIDATION DES ACQUIS
Première session à venir*	

**Moyenne des indicateurs des sessions réalisées en 2026.*
***Cette formation n'ayant pas encore été dispensée, les indicateurs de satisfaction et de validation des acquis seront publiés à l'issue de la première session réalisée.*

MEMBRE DU RÉSEAU AREP HAUTS-DE-FRANCE

ORGANISME DE FORMATION
sélectionné par
AKTO
L'humain au cœur des services

S'inscrire - Nous contacter

CFP Baudimont -Centre de formation Professionnelle
17 rue Saint Maurice- CS 40573- 62008 Arras Cedex
03 21 16 18 00 I formation-continue@baudimont.com
www.ensemble-baudimont.com

MAJ 16/07/2026