

# GRAMMAGES MATERNELLES

Les grammages qui suivent sont adaptés à chaque classe d'âge.

Ils sont nécessaires mais aussi suffisants, et ne doivent donc pas être systématiquement abondés.

GEMRCN 2015



## ENTREES

Crudités

50g



Cuidités

50g



Potage

125 ml



Entrées Protidiques

30g



Féculents

60g



Préparations Pâtissières

70g



## PLATS COMPLETS

Préparations Pâtissières

100g



Ravioli

180g



# GRAMMAGES MATERNELLES

GEMRCN 2015

VIANDES  
POISSON  
OEUFS

Steak Haché

50g



Saucisse

1pièce



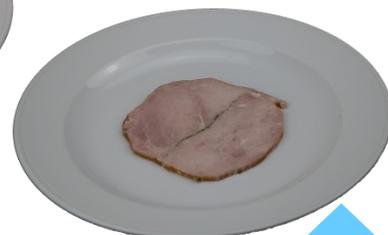
Sauté

50g



Rôti

40g



Nuggets

2pièces



Omelette

60g



Poisson

50g



Œufs durs

1pièce



ACCOMPA-  
GNEMENTS

Légumes

100g



Légumes secs

120g



Pâtes

120g



Riz

120g



Frites

120g



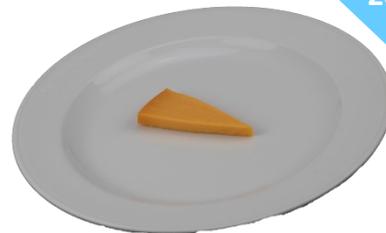
# GRAMMAGES MATERNELLES

GEMRCN 2015

## FROMAGES



16 à  
20g



20g

## LAITAGES

Yaourt ou fromage

100 à  
125g



Petit suisse

60 g



## DESSERTS

Desserts lactés

90 à  
125g



Mousses

10 à  
12cl



Fruit cuit

100g



20 à  
45g

Pâtisseries à base de pâte à chou



40 à  
60g

Pâtisseries à découper



Glace

50 à  
70ml



## PAIN

1 baguette pour 8 maternelles



30g