



bel Foodservice

# Le fromage, Plaisir et Nutrition dans les repas des Seniors

Bel Foodservice a collaboré  
avec des experts du secteur médical  
et de la restauration pour développer  
une gamme de produits destinés à  
améliorer l'alimentation des seniors  
en maison de retraite.





**Le repas, un peu de Soleil dans la vie de vos convives !**

*Pour vous, professionnels de la restauration, le repas est un double challenge quotidien :*

- Redonner le plaisir de manger
- Couvrir les besoins nutritionnels

### Redonner du plaisir le temps du repas

Parce qu'en vieillissant, on perd l'appétit, il faut redoubler d'efforts pour transformer le repas en un moment de plaisir.

Redonner envie de manger à vos convives, c'est leur permettre de garder goût à la vie... Pour être sûr que ce qu'on leur sert soit mangé, il faut privilégier la qualité de l'alimentation, respecter le goût des produits, adapter les textures et soigner la présentation dans l'assiette. Bien sûr, il n'existe pas de solution miracle pour lutter contre la dénutrition, mais autant d'astuces qui contribuent à améliorer le quotidien des aînés. Alors, à vous de jouer pour mettre du soleil dans leur repas !

### Couvrir leurs besoins nutritionnels

La dénutrition touche **30 à 40%** des personnes en institution. C'est aujourd'hui la pathologie la plus fréquente en EHPAD. C'est la raison pour laquelle le PNNS 2 a fixé les objectifs prioritaires suivants :

**objectifs**

- Prévenir, dépister et limiter la dénutrition des personnes âgées.
- Améliorer leur statut en calcium et en vitamine D.



**à privilégier**

**calories**  
Pour couvrir les besoins énergétiques (identiques à ceux d'un adulte actif)

**protéines**  
Pour éviter la fonte musculaire

**calcium + vitamine D**

Pour lutter contre l'ostéoporose et fixer le calcium

**à vous de jouer**

La dénutrition n'est pas qu'un problème médical; vous pouvez jouer un rôle en cuisine pour adapter les menus aux besoins spécifiques des personnes âgées.



### Question à Bruno LESOURD

Professeur des universités en Nutrition et directeur du département de Gériatrie au CHU de Clermont-Ferrand

#### Qu'est-ce que la dénutrition et quelles sont ses conséquences ?

La dénutrition est due à un déséquilibre chronique entre les apports de l'alimentation et les dépenses énergétiques.

Elle résulte de deux grandes causes : apports alimentaires insuffisants (le plus souvent), et augmentation des dépenses en cas de maladie, les deux étant souvent associés.

Ses conséquences sont dramatiques : augmentation importante de toutes les pathologies et raccourcissement de l'espérance de vie.

#### Spirale de la dénutrition

CARENCE D'APPORTS / PATHOLOGIES / STRESS / TRAUMATISMES

ANOREXIE + FATIGUE

Amalgrissement

Troubles Psychiques

Infections Respiratoires

Deficit Immunitaire

Escarres

Chutes

Infections Urinaires

ETAT GRABATAIRE

La gamme  
Grand Senior  
Bel Foodservice,  
une offre adaptée  
aux seniors !



Une meule pré-découpée en portions individuelles de 40 g conformes aux recommandations du GEMRCN\* pour les personnes âgées en institution.

Fin de Repas



1 portion de 40g de Port Salut®

140 kcal / 8,8 g de protéines

260 mg de calcium 31% des AJR\*

\* Groupe d'Études des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition

\* AJR : Apports journaliers recommandés

### Un fromage évocateur pour des convives âgés

- Port Salut® un fromage au goût doux et à la texture moelleuse depuis 1816.
- Une forme de meule traditionnelle, idéale pour une présentation sur assiette ou en plateau.



### Une offre adaptée à la consommation des grands seniors

- Facile à servir : des intercalaires entre chaque part de fromage
- Facile à manipuler : fromage prédécoupé sans emballage individuel
- Facile à manger : une texture moelleuse mais pas collante



### Question à Aurélie MOREIRA

Diéticienne,  
spécialiste des problèmes de nutrition  
et des formations en EHPAD

#### Pourquoi le fromage est-il particulièrement adapté aux personnes âgées ?

Le fromage fait partie de la tradition gastronomique française, il est synonyme de plaisir et de convivialité. D'autre part, il est source de protéines et de calcium, nutriments indispensables permettant de lutter contre la dénutrition et l'ostéoporose.

#### Quelle fréquence de mise aux menus faut-il respecter ?

Les fromages peuvent être facilement proposés une à deux fois par jour en respectant au minimum 12 repas sur 20 (recommandations du GEMRCN\* pour les fromages).

#### Quel type de présentation conseillez-vous ?

Leur laisser le choix fait partie du plaisir alimentaire; la présentation sur plateau reste donc le meilleur mode de service.



**La vache qui rit®  
Formule Plus, au  
cœur du repas !**

**La vache qui rit® Formule Plus,  
une spécialité fromagère qui permet d'enrichir les recettes classiques  
et de répondre aux besoins nutritionnels des personnes âgées, avec  
un apport significatif en calories, protéines, calcium et vitamine D.**

**Cœur de  
Repas**



**Textures  
entières**

**Textures  
hâchées**

**Textures  
mixées**

**100 g de La vache qui rit® Formule Plus**

**186 kcal / 12 g de protéines**

**260 mg de calcium 112% des AJR\***

**1,5 µg de vitamine D 30% des AJR\***

\* Groupe d'Études des Marchés de Restauration  
Collective et de Nutrition

\* AJR : Apports journaliers recommandés

**Un produit qui répond aux besoins spécifiques des personnes âgées**

- Riche en protéines
- Riche en calcium et en vitamine D

**De vraies fonctionnalités culinaires**

- Un produit fluide, facile à incorporer à froid comme à chaud
- Un ingrédient qui s'intègre dans tous types de préparations et tous types de textures
- Il réhydrate et apporte une texture onctueuse et fondante aux mixés

**Un produit qui suscite le plaisir des convives**

- Un apport de gourmandise et d'onctuosité
- Un goût neutre qui respecte le goût des autres ingrédients
- La vache qui rit®, une marque conviviale qui rassemble toutes les générations



**Recommandation d'utilisation de Frédéric DUSART**

*Cuisinier de formation,  
enseignant en lycée professionnel  
et formateur pour des cuisiniers adultes*

Vous pouvez rajouter 40 g par personne de La vache qui rit® Formule Plus dans une soupe en fin de cuisson.

J'ai également développé des recettes déclinées en textures entières, hachées et mixées avec La vache qui rit® Formule Plus.

Vous les retrouverez sur le site [www.belfoodservice.fr](http://www.belfoodservice.fr)

**40g de La vache qui rit® Formule Plus**

**74 kcal / 4,8 g de protéines**

**360 mg de calcium 45% des AJR\***

**0,30 µg de vitamine D 6% des AJR\***



\* AJR : Apports journaliers recommandés



bel Foodservice

## Gamme Grands Seniors Infos nutritionnelles et logistiques

### Cœur de Repas

La vache qui rit® Formule Plus

Poids	UF	EAN 13
1 kg	1 terrine	3073780999120
	UL	ITF 14
	6 terrines	03073780999137

	Pour 100 g
Valeur énergétique	779 kJ ou 186 kcal
Protéines	12 g
Glucides	3 g
Lipides	14 g
Calcium	900 mg (112% AJR*, 75% ANC**)
Vitamine D	1,5 µg (30% AJR*, 15% ANC**)
Sodium	677 mg

\* AJR : Apport Journalier Recommandé

\*\* ANC : Apports Nutritionnels Conseillés pour > 65/75 ans

### Fin de Repas

Port Salut® pré-découpé



Grammage par portion	UF	EAN 13
40 g	Pain de 41 parts	3073780999168
	UL	ITF 14
	4 pains de 41 parts soit 164 parts	03073780999175

	Pour 100 g	Par part de 40g
Valeur énergétique	1360 kJ ou 327 kcal	544 kJ ou 131 kcal
Protéines	20 g	8 g
Glucides	1 g	0,4 g
Lipides	27 g	10,8 g
Calcium	620 mg (78% AJR*)	248 mg (31% AJR*)
Phosphore	400 mg (50% AJR*)	160 mg (20% AJR*)
Vitamine A	215 µg (27% AJR*)	86 µg (11% AJR*)
Vitamine B2	0,24 mg (15% AJR*)	0,10 mg (6% AJR*)
Vitamine B12	0,70 µg (70% AJR*)	0,28 µg (28% AJR*)
Sodium	770 mg	308 mg

\* AJR : Apport Journalier Recommandé

Pour recevoir le guide de recettes spécial Grands Seniors,  
inscrivez-vous sur [www.belfoodservice.fr](http://www.belfoodservice.fr)

Pour faire valider vos plans menus, appelez Bel Info Nutrition

N°Azur 0 810 00 00 00

PRIX D'APPEL LOCAL