



école de cuisine de santé®

## PROGRAMME DE FORMATION 2021

DataDock 0033428 – Certif info 88821



en partenariat avec FERRANDI à Paris



### Cuisine & Pâtisserie de Santé®

5 jours / 2 450€ HT

- Les bases de la Cuisine & Pâtisserie de Santé®
- 40 recettes de saison, de niveaux de base et intermédiaire (4 jours de cuisine, 1 jour de pâtisserie)
- Ateliers diététiques

**Public** : professionnels de cuisine de tous niveaux

les cuisiniers & pâtissiers tous niveaux à Eugénie les Bains



### Cuisine de Santé®

5 jours / 2 320€ HT

- Les bases de la Cuisine de Santé®
- 40 recettes de saison, de niveaux de base et intermédiaire
- Ateliers diététiques

**Public** : professionnels de cuisine de tous niveaux

1 session

### Cuisine & Pâtisserie de Santé®

10 jours / 4 360€ HT

- Les bases de la Cuisine & Pâtisserie de Santé®
- 80 recettes de saison de base, intermédiaires et avancées (8 jours de cuisine, 2 jours de pâtisserie)
- Ateliers diététiques

**Public** : professionnels de cuisine de tous niveaux

1 session

la pâtisserie à Eugénie les Bains



### Pâtisserie de Santé®

2 jours / 950€ HT

- Les bases de la Pâtisserie de Santé® (Chantilly, crème anglaise, glaces et sorbets, gelées, etc.)
- 20 recettes de saison et grands classiques, de niveaux de base et intermédiaire

**Public** : cuisiniers et pâtissiers de tous niveaux

1 session

## les cuisiniers en restauration traditionnelle à Eugénie les Bains



### Cuisine de Santé® niveau avancé

5 jours / 2 450€ HT

- Les bases avancées de la Cuisine et Pâtisserie de Santé®
- 45 recettes de saison, de niveaux intermédiaire et avancé
- Ateliers diététiques

**Public** : cuisiniers d'expérience en restauration traditionnelle

**1 session**

### Cuisine de Santé® niveau avancé

3 jours / 1 500€ HT

- Les bases avancées de la Cuisine de Santé®
- 20 recettes de saison, de niveaux intermédiaire et avancé

**Public** : cuisiniers d'expérience en restauration traditionnelle

**1 session**

## les cuisiniers en restauration collective à Eugénie les Bains



### Cuisine & Pâtisserie de Santé® pour les cuisiniers de collectivités

5 jours / 2 400€ HT

- Les bases de la Cuisine & Pâtisserie de Santé®
- 40 recettes de saison spécial collectivités (grand volume, textures modifiées)
- Ateliers diététiques

**Public** : professionnels de cuisine travaillant en collectivités (hôpitaux, EHPAD)

**1 session**

## les professionnels de santé à Eugénie les Bains



### Cuisine & Pâtisserie de Santé® pour les professionnels de santé

5 jours / 2 400€ HT

- Les bases de la Cuisine & Pâtisserie de Santé®
- 40 recettes de saison, de niveaux de base et intermédiaire (4 jours de cuisine, 1 jour de pâtisserie)
- Ateliers « connaissance des aliments »
- Conférence médicale

**Public** : professionnels de santé intéressés par l'alimentation

**1 session**

Ces tarifs comprennent l'ensemble des frais de formation, ainsi que les déjeuners de dégustation, et excluent les frais d'hébergement et de transport. **Les sessions de formation sont soumises à la TVA, selon le taux en vigueur de 20%.**

# Institut Michel Guérard® Calendrier 2021

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
1 V	1 L	1 L	1 J	1 S	1 M
2 S	2 M	2 M	2 V	2 D	2 M
3 D	3 M	3 M	3 S	3 L	3 J
4 L	4 J	4 J	4 D	4 M	4 V
5 M	5 V	5 V	5 L	5 M	5 S
6 M	6 S	6 S	6 M	6 J	6 D
7 J	7 D	7 D	7 M	7 V	7 L
8 V	8 L	8 L	8 J	8 S	8 M
9 S	9 M	9 M	9 V	9 D	9 M
10 D	10 M	10 M	10 S	10 L	10 J
11 L	11 J	11 J	11 D	11 M	11 V
12 M	12 V	12 V	12 L	12 M	12 S
13 M	13 S	13 S	13 M	13 J	13 D
14 J	14 D	14 D	14 M	14 V	14 L
15 V	15 L	15 L	15 J	15 S	15 M
16 S	16 M	16 M	16 V	16 D	16 M
17 D	17 M	17 M	17 S	17 L	17 J
18 L	18 J	18 J	18 D	18 M	18 V
19 M	19 V	19 V	19 L	19 M	19 S
20 M	20 S	20 S	20 M	20 J	20 D
21 J	21 D	21 D	21 M	21 V	21 L
22 V	22 L	22 L	22 J	22 S	22 M
23 S	23 M	23 M	23 V	23 D	23 M
24 D	24 M	24 M	24 S	24 L	24 J
25 L	25 J	25 J	25 D	25 M	25 V
26 M	26 V	26 V	26 L	26 M	26 S
27 M	27 S	27 S	27 M	27 J	27 D
28 J	28 D	28 D	28 M	28 V	28 L
29 V		29 L	29 J	29 S	29 M
30 S		30 M	30 V	30 D	30 M
31 D		31 M		31 L	

Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
1 J	1 D	1 M	1 V	1 L	1 M
2 V	2 L	2 J	2 S	2 M	2 J
3 S	3 M	3 V	3 D	3 M	3 V
4 D	4 M	4 S	4 L	4 J	4 S
5 L	5 J	5 D	5 M	5 V	5 D
6 M	6 V	6 L	6 M	6 S	6 L
7 M	7 S	7 M	7 J	7 D	7 M
8 J	8 D	8 M	8 V	8 L	8 M
9 V	9 L	9 J	9 S	9 M	9 J
10 S	10 M	10 V	10 D	10 M	10 V
11 D	11 M	11 S	11 L	11 J	11 S
12 L	12 J	12 D	12 M	12 V	12 D
13 M	13 V	13 L	13 M	13 S	13 L
14 M	14 S	14 M	14 J	14 D	14 M
15 J	15 D	15 M	15 V	15 L	15 M
16 V	16 L	16 J	16 S	16 M	16 J
17 S	17 M	17 V	17 D	17 M	17 V
18 D	18 M	18 S	18 L	18 J	18 S
19 L	19 J	19 D	19 M	19 V	19 D
20 M	20 V	20 L	20 M	20 S	20 L
21 M	21 S	21 M	21 J	21 D	21 M
22 J	22 D	22 M	22 V	22 L	22 M
23 V	23 L	23 J	23 S	23 M	23 J
24 S	24 M	24 V	24 D	24 M	24 V
25 D	25 M	25 S	25 L	25 J	25 S
26 L	26 J	26 D	26 M	26 V	26 D
27 M	27 V	27 L	27 M	27 S	27 L
28 M	28 S	28 M	28 J	28 D	28 M
29 J	29 D	29 M	29 V	29 L	29 M
30 V	30 L	30 J	30 S	30 M	30 J
31 S	31 M		31 D		31 V

# TEMOIGNAGES



## Ce sont eux qui en parlent le mieux ...

Je ne savais pas que l'on pouvait manger aussi bien, tout en préservant sa santé. Les principes et bases de cette cuisine sont « révolutionnaires » par rapport à la cuisine traditionnelle. J'ai appris à faire des **recettes classiques en version santé**, à créer de nouveaux assaisonnements et à diversifier la palette aromatique de ma cuisine en utilisant des épices, des herbes... qui permettent **d'alléger mes recettes**. J'ai donc revu mon offre en créant des menus destinés à la clientèle d'affaires, aux enfants, etc. J'ai **pris conscience du rôle que je joue sur la santé de mes clients** et ils m'en sont reconnaissants.

**Jacques, chef dans un restaurant gastronomique**

La formation de l'Institut a été une découverte. J'ai appris des techniques innovantes qui permettent **d'associer une alimentation de qualité et équilibrée et le plaisir de manger, d'autant plus important pour les malades et personnes âgées**. Les recettes sont réalisées avec le souci d'une **organisation efficace pour la restauration collective** (mise en place, assemblage, remise en température) et se fondent sur des **produits que nous utilisons tous les jours**. J'ai déjà réussi à mettre en pratique  $\frac{3}{4}$  des enseignements de la formation. A suivre absolument pour les cuisiniers de collectivités !

**Nicolas, cuisinier en EHPAD**

Professionnelle de santé en nutrition et maladies métaboliques, je rencontre des patients souffrant d'obésité abdominale, hyperinsulinisme, hypercholestérolémie, hypertension artérielle, etc. Dans le cadre de la formation donnée à l'Institut Michel Guérard, j'ai pu réaliser une cuisine légère et savoureuse, grâce à de nouvelles techniques d'assaisonnement et de substitution.

J'ai **approfondi les bases de la nutrition** (équilibre alimentaire, rôle des nutriments, évaluation nutritionnelle de rations et de recettes pour le bien-portant et pour ceux souffrant de pathologies associées), et je me suis également **perfectionnée dans le choix des aliments à privilégier et les méthodes de cuisson**. Je suis, à présent, mieux à même d'aider mes patients.

**Elsa, diététicienne à l'hôpital**



**école de cuisine de santé®**

Place de l'Impératrice, 40 320 Eugénie les Bains, France  
+33 (0)5 58 05 06 44 – [contact@institutmichelguerard.com](mailto:contact@institutmichelguerard.com)  
[www.institutmichelguerard.com](http://www.institutmichelguerard.com)