

CALIBRAGE MOYEN DES PORTIONS UNITAIRES EN GRAMMES
(liste non exhaustive)

Les calibrages s'entendent pour des denrées prêtes à être consommées

DENRÉES ALIMENTAIRES	CALIBRAGE MOYEN POUR L'ENSEMBLE DES CONVIVES
<i>(poids dans l'assiette)</i>	
ENTRÉE ①	
Légumes	
▪ salade de betteraves	100
▪ carottes râpées	100
▪ céleri rémoulade	90
▪ salade de concombres	100
▪ haricots verts	100
▪ macédoine	100
▪ salade de pommes de terre	100
▪ tomates	100
Charcuterie ②	
▪ jambon	50
▪ andouille	50
▪ boudin noir	-
▪ cervelas	50
▪ fromage de tête	50
▪ galantine	50
▪ museau vinaigrette	50
▪ pâté de campagne	50
▪ pâté de foie	50
▪ rillettes	50
▪ saucisson à l'ail	50
▪ saucisson sec	35
Oeufs ③	
▪ entrée	1,5 œuf
▪ garniture	20
Poissons ③	
▪ sardines à l'huile	50
▪ filets sans arête	50
▪ filets de hareng	50
▪ maquereau au vin blanc	50
▪ thon	50

① Sauf exception (cf. salade verte), les entrées sont toujours présentées soit panachées (ex. : betteraves-endives par moitié), soit garnies, la garniture étant fonction de la denrée principale. Les poids ci-dessus sont ceux de la denrée principale ; en cas de garniture, ils seront ramenés à la fraction correspondante.

② Lorsque les entrées comportent des oeufs, du poisson ou de la charcuterie, le grammage de la portion du plat principal de viande, poisson ou oeufs peut être diminué en tenant compte des règles de diététique.

③ Avec fréquemment garniture de légumes.

DENRÉES ALIMENTAIRES	CALIBRAGE MOYEN POUR L'ENSEMBLE DES CONVIVES
PLAT PRINCIPAL DE VIANDE, DE POISSON OU D'OEUFS	
Viandes	
- Viandes de boucherie crue, prête à cuire	
viande de bœuf sans os :	
▪ à rôti ou à griller	120
▪ viandes hachées	110
▪ à braiser	160
▪ à bouillir	160
viande de veau :	
▪ rôti	130
▪ escalope	130
▪ côte (avec os)	150
▪ sauté (sans os)	140
viande d'ovin :	
▪ gigot, épaule (sans os)	120
▪ côtelettes (avec os)	130
▪ navarin (avec os)	170
viande de porc :	
▪ rôti	130
▪ côte (avec os)	160
viande de volaille :	
▪ avec os, prête à cuire	250
découpe de lapin	
▪ épaule ou cuisse, prêts à cuire	200
- Abats	
<i>(crus, prêts à cuire)</i>	
▪ foie	120
▪ langues congelées	140
▪ cervelles congelées	120
- Charcuterie	
<i>(avant cuisson pour les produits à cuire)</i>	
▪ petit salé, potée	160
▪ jambon blanc	100
▪ andouillette	120
▪ boudin noir	120
▪ cervelas	120
▪ chipolatas	140
▪ crépinettes	120
▪ saucisse : Toulouse	120
Montbéliard	120
Francfort	120
Strasbourg	120

DENRÉES ALIMENTAIRES	CALIBRAGE MOYEN POUR L'ENSEMBLE DES CONVIVES
- Produits élaborés divers (raviolis, quenelles, hachis parmentier, etc.)	Le Titulaire indique la composition et notamment la nature et le pourcentage en poids des produits animaux (produits carnés, poissons, oeufs) qui entrent dans la préparation. Le menu est complété de façon à respecter l'équilibre normal des différents composants alimentaires.
Oufs (avant cuisson)	3 œufs en 55/60
Poissons (avant cuisson)	-
▪ non vidé, non étêté ④	
▪ vidé, étêté ④	150
▪ darnes	130
▪ filets sans arête	110
▪ steaks non panés	-
PLAT DE LÉGUMES	
poids dans l'assiette	200
FROMAGES	
- fromages à pâte dure	
▪ Saint-Paulin, hollande, cantal, gruyère, comté, Saint Albray etc.	30
- fromages à pâte molle	
▪ brie, camembert, carré, coulommiers, pont-l'évêque, etc.	25
▪ yaourt (minimum 12 cl) ⑤	1
▪ lait gélifié ⑤	1
▪ petit-suisse	2
DESSERT	
▪ Fruits frais (en moyenne, avant épluchage)	120
▪ compote de fruits	100
▪ fruits au sirop	100
▪ confiture	-
▪ fromage blanc	110
▪ gâteaux secs	30
DIVERS	
▪ gruyère pour gratin	20
▪ pâtes à potage	10
▪ beurre ⑥ cru ou fondu sur les légumes	15
▪ margarine, saindoux	
▪ huile pour salade	

④ selon l'espèce.

⑤ nombre de pots ou de pièces

⑥ doit être employé obligatoirement dans les repas