



DELEGATION ILE-DE-FRANCE MEUDON

PRESTATIONS DE SERVICES DE RESTAURATION SOCIALE ET DE PRESTATIONS ANNEXES SUR LE SITE POUCHET DE LA DELEGATION.

ANNEXE III – CAHIER DE GRAMMAGES

CAHIER DES CLAUSES TECHNIQUES PARTICULIERES CCTP N°2026-01

Les grammages ou quantités stipulés ci-après sont des données contractuelles pour le self et sont entendues comme étant le grammage du produit dans l'assiette (hors garniture) et après cuisson s'il y a lieu.

Il s'agit d'une liste non-exhaustive.

HORS D'OEUVRE

Références générales :

Crudités : entre 100 et 120g

Poissons :

- fruits de mer avec coquilles : 250g
- fruits de mers sans coquille : 70g
- poissons de conserve : 60g
- poissons frais : 80g

Œufs : 1 par personne

Entrées chaudes : entre 80 et 120g

LEGUMES – ŒUFS

	Nature du plat	Calibrage
1	Artichaut vinaigrette	1 pièce
2	Assiette mixte de crudités	100 g
3	Avocat vinaigrette	½ pièce
4	Avocat aux crevettes / au crabe	½ pièce
5	Betteraves en salade	100 g
6	Carottes râpées	100 g
7	Céleri branche	100 g
8	Céleri rémoulade	100 g
9	Champignons crus	120 g
10	Chou rouge ou / et blanc	100 g
11	Chou-fleur cru ou cuit	120 g
12	Cocktail pamplemousse	120 g
13	Cœurs d'artichaut	100 g
14	Cœurs de fenouils	100 g
15	Cœurs de palmier vinaigrette	100 g
16	Concombre à la crème	100 g
17	Cornet en macédoine	50 g + 50 g
18	Crudités ou crudités variées	100 g
19	Fond d'artichaut à la russe	1 pièce + 50 g
20	Frisée aux lardons	50 g lardons

21	Melon	200 g
22	Navet blanc rémoulade	100 g
23	Oeuf dur	1 pièce
24	Oeuf en gelée ou poché	1 pièce
25	Pamplemousse calibre 48/52	½ pièce
26	Poireau vinaigrette	120 g
27	Terrine de légumes	80 g
28	Salade pommes de terre	100 g
29	Radis beurre	100 g
30	Tomates	120 g

SALADES COMPOSEES

	Nature du plat	Calibrage
1	Riz en salade	120 g
2	Salade américaine	120 g
3	Salade provençale	120 g
4	Salade Arlequin	120 g
5	Salade californienne	120 g
6	Salade chinoise	120 g
7	Salade composée au jambon	120 g
8	Salade concombres tomates	120 g
9	Salade d'automne	120 g
10	Salade d'endives	120 g
11	Salade de choucroute crue	120 g
12	Salade de lentilles	120 g
13	Salade de poivrons	120 g
14	Salade du Chef	120 g
15	Salade espagnole	120 g
16	Salade eurasienne	120 g
17	Salade mâche betterave	120 g
18	Salade mixte	120 g
19	Salade niçoise	120 g
20	Salade piémontaise	120 g
21	Salade russe	120 g
22	Sardine pommes de terre	2 pièces + 60 g
23	Sommité de chou-fleur	120 g
24	Taboulé	120 g

CHARCUTERIES - VIANDES – ABATS

	Nature du plat	Calibrage
1	Andouille de vire	50 g
2	Cervelas vinaigrette	50 g
3	Crème de canard	50 g
4	Jambon de pays	80 g
5	Langue de porc en gelée	80 g
6	Museau en salade	50 g
7	Pâté en croûte	70 g

8	Salade de gésiers confits	80 g de gésiers
9	Salade panachée museau	80 g de museau

POISSONS - CRUSTACES

	Nature du plat	Calibrage
1	Bouquets mayonnaise	6 pièces
2	Coquille St Jacques (Origine France)	120 g
3	Filet maquereau au vin blanc	50 g
4	Filet maquereau pommes à l'huile	50 g + 50 g
5	Macédoine thon crevettes	50 g + 50 g
6	Maquereau au poivre	50 g
7	Médailon de colin froid	80 g
8	Mousse / rillettes poisson	50 g
9	Sardines à l'huile	2 pièces
10	Rollmops/Bismarck	60 g
11	Salade de filets de hareng	70 g + 50 g
12	Salade de filets fumés marinés	70 g + 50 g
13	Salade de fruits de mer	70 g + 50 g
14	Salade de moules au vinaigre	70 g + 50 g
15	Salade du pêcheur	70 g + 50 g
16	Salade russe au thon	70 g + 50 g
17	Sardines et œuf	1 p + 1 p
18	Sprats fumés	80 g
19	Terrine de poissons	50 g
20	Thon pommes à l'huile	70 g + 50 g

ENTREES CHAUDES

	Nature du plat	Calibrage
1	Allumette au fromage	80 g
2	Crêpe au fromage	100 g
3	Crêpe au jambon	100 g
4	Crêpe aux champignons	100 g
5	Croissant au jambon	100 g
6	Croustade de champignons	120 g
7	Friand à la viande	120 g
8	Friand au fromage	120 g
9	Gnocchi parisien	120 g
10	Pizza fruits de mer	90 g
11	Pizza Reine (Jambon et champignons)	90 g
12	Pizza Fromages	90 g
13	Quiche Lorraine	90 g
14	Quiche au thon	90 g
15	Quiche tomate	90 g
16	Roulé au fromage	90 g
17	Tarte à l'oignon	90 g
18	Tarte aux poireaux	90 g

19	Terrine de poissons	80 g
20	Thon pommes à l'huile	80 g + 60 g

PLATS PRINCIPAUX

Références générales :

Grillades et rôtis : entre 140 et 180g (viande crue)

Plats en sauce : entre 180 et 230g (viande crue)

Sauté (sans os) : entre 160 et 230g (viande crue)

Sauté (avec os): entre 180g et 240g

Côtes : entre 150 et 180g (viande crue)

Saucisserie : 140g (viande crue)

BŒUF (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
1	Bavette d'aloyau	140 g
2	Bœuf mode, sauté, estouffade	240 g
3	Bœuf stroganoff	240g
4	Brochette de bœuf	140 g
5	Chili con carne	140 g viande
6	Entrecôte	140 g
7	Faux filet	140 g
8	Filet de bœuf	140 g
9	Goulasch hongrois	240 g
10	Hamburger	140 g
11	Merguez	2 pièces
1	Mixed-grill	140 g
2	Onglet	140 g
3	Pavé de bœuf	140 g
4	Pièce de bœuf rôtie - Rumsteck	140 g
5	Pot au feu sans os	240 g
6	Steak grillé	140 g
7	Steak haché	140 g
8	Tournedos béarnaise	140 g

VEAU (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
1	Blanquette de veau (avec os)	240 g
2	Côte de veau	180 g
3	Escalope de veau	160 g
4	Noix ou émincé de veau	160 g
5	Osso Bucco	200 g
6	Paupiette de veau	160 g

7	Poitrine de veau farcie	160 g
8	Rôti de veau	180 g
9	Sauté de veau	180 g
10	Tendron de veau	200 g

MOUTON (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
1	Brochettes de filet d'agneau	150 g
2	Carré d'agneau	150 g
3	Côte de mouton ou agneau	150 g
4	Epaule de mouton (sans os)	150 g
5	Gigot d'agneau	150 g
6	Sauté ou tajine de mouton	200 g
7	Sauté d'agneau	200 g
8	Selle d'agneau	200 g

PORC (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
1	Andouillette	160 g
2	Boudin aux pommes blanc ou noir	160 g
3	Boudin grille	160 g
4	Brochettes	150 g
5	Carré de porc	180 g
6	Chipolatas poêlées / grilles	2 pièces
7	Côte de porc	180 g
8	Crépinette	180 g
9	Escalope de porc	150 g
10	Filet mignon de porc	150 g
11	Emincé de porc	150 g
12	Jambon cuit sans os	200 g
13	Petit salé aux lentilles	200 g
14	Plâte de côte demi-sel	250 g
15	Rôti de porc	150 g
16	Saucisse de Toulouse	140 g

ABATS (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
5	Foie de veau	150 g
6	Foie de volaille	150 g
7	Langue de bœuf	150 g
10	Rognons de porc	150 g
11	Rognons de veau	150 g
13	Tripes à la mode de Caen	200 g

VOLAILLES (poids crus)

	Nature du plat	Calibrage
1	Brochette de volaille	160 g
2	Caille rôtie	200 g
3	Canard à l'orange	250 g
4	Confit de canard	250 g
5	Confit de poule	250 g
6	Coquelet grillé	200 g
7	Cuisse de poulet	250-300 g
8	Dindonneau grillé	150 g
9	Emincé de volaille	180 g
10	Escalope de volaille	180 g
11	Filet ou aiguillettes de canard	150 g
12	Fricassée de lapin	160 g
13	Fricassée de volaille	160 g
14	Lapin en cocotte	160 g
15	Paupiette de volaille	160 g
16	Pintade rôtie 4/4	$\frac{1}{4}$ = 250 g
17	Pintadeau 4/4	$\frac{1}{4}$ = 250 g
18	Poulet rôti	250 < 300 g
19	Rôti de dinde	150 g
20	Sauté de dinde	220 g
21	Magret de canard	150 g

POISSONS (poids crus)**Références générales :**

Darne : 180g

Filet de steak : 150g

Plats composés : 140g minimum de poisson sans arête

	Nature du plat	Calibrage
1	Brandade de morue	150-200 g
2	Bricks de poisson	150 g
3	Escalope de saumon	150 g
4	Calamar à l'américaine	150 g
5	Filet de Rouget Barbet	150 g
6	Curry de poisson	150 g
7	Darne de colin	180 g
8	Darne de saumon grillée	180 g
9	Escalope de thon	180 g

10	Feuilleté d'églefin	180 g
11	Feuilleté de filets fumés	180 g
12	Bouchées de fruits de mer	180 g
13	Feuilleté de saumon	180 g
14	Filet de colin	150 g
15	Filet de daurade	150 g
16	Filet de flétan	150 g
17	Filet de julienne	150 g
18	Filet de lieu	150 g
19	Filet de lotte	150 g
20	Filet de loup	150 g
21	Filet de perche commune (française)	150 g
22	Friture d'éperlans	150 g
23	Koulibiac de saumon	180 g
24	Limande meunière	240 g = 1 p
25	Morue	150 g
26	Mousseline de poisson	180 g
27	Moules avec coquillage	500 g
28	Paupiette de filet	150 g
29	Poisson à la provençale	150 g
30	Quenelles de poisson	150 g
31	Ailes raie	220 g
32	Roussette, saumonette	180 g
33	Sardines grillées	200 g
34	Sole Meunière	220 g = 1 p
35	Poisson pané	150 g
36	Truite aux amandes	200 g = 1 p

DIVERS

Références générales :

Omelette : 3 œufs par personne et 30g de garniture

Garniture des plats à base de croûte : 180g

Farce cuite ou composant le plat principal : 110g

Plats régionaux et étrangers composés de plusieurs viandes : le poids de celles-ci n'est pas inférieur à 180g sans os.

	Nature du plat	Calibrage
1	Bouchée à la Reine	180 g
2	Bouchée aux fruits de mer	180 g
3	Cassoulet	150 g de viande
4	Chatchouka à l'œuf	2 œufs + 1 Merguez
5	Choucroute	150 g viande
6	Chou farci	150 g viande
7	Courgette farcie	150 g viande
8	Couscous	200 g
9	Croque Madame	100 g jambon, 1 œuf, 20 g fromage

10	Croque-Monsieur	120 g, 30 g
11	Hachis Parmentier	150 g viande
12	Lasagne	150 g viande
13	Œuf à la crème, omelette, brouillés	3 pièces
14	Paella	180 g viande
15	Poivron farci	150 g viande
16	Pomme de terre farcie	150 g viande
17	Potée auvergnate	180 g viande
18	Ravioli frais à l'italienne	300 g
19	Saucisson brioché	180 g viande
20	Tomates farcies	150 g viande
21	Pizza	250 g

LEGUMES

Références générales :

Les légumes sont servis en quantité suffisante comprise entre 180 et 250g Les convives peuvent se resservir à discrétion

LEGUMES VERTS

1	<i>Printanière de légumes</i>
2	<i>Carottes</i>
3	<i>Choux verts</i>
4	<i>Choux rouges</i>
5	<i>Choux de Bruxelles</i>
6	<i>Blettes</i>
7	<i>Céleri</i>
8	<i>Choucroute</i>
9	<i>Choux fleurs</i>
10	<i>Courgettes</i>
11	<i>Courge (Butternut, potiron ...)</i>
12	<i>Epinard</i>
13	<i>Flageolets</i>
14	<i>Haricots beurre , verts, plats ..)</i>
15	<i>Panais</i>
16	<i>Navets</i>
17	<i>Petits pois</i>
18	<i>Purée d'épinards, carottes, céleri</i>
19	<i>Poêlée forestière (champignons)</i>
20	<i>Ratatouille</i>
21	<i>Salsifis</i>

FECULENTS/CEREALES

1	Blé
2	Boulgour
3	Frites
4	Pâtes (à sec)
5	Pommes de terre rissolées

6	Pommes gratin
7	Pommes paillasson
8	Pommes purée
9	Pommes vapeur
10	Patate Douce
11	Quinoa
12	Riz
13	Semoule

LEGUMES SECS

1	Fèves
2	Flageolets
3	Haricots blancs
4	Haricots rouges
5	Lentilles
6	Pois chiches
7	Pois jaunes, verts

FROMAGES/PRODUITS LACTES

Références générales :

La part de fromage doit être égale à 30g au minimum

Les produits ultra-frais à 12cl

Yaourt : 1 unité = 125g

Liégeois : 1 unité = 115g

Crème dessert : 1 unité = 125g

	Nature du plat	Calibrage
1	Bleu d'Auvergne	30 g
2	Bleu de Bresse	30 g
3	Brie laitier	30 g
4	Bûche ½ chèvre	30 g
5	Camembert pasteurisé	30 g
6	Cantal	30 g
7	Carré	30 g
8	Comté	30 g
9	Coulommiers	30 g
10	Crottin de chèvre	30 g
11	Edam	30 g
12	Emmenthal	30 g
13	Faisselle	1 unité = 125 g
14	Fourme d'Ambert	30 g
15	Fromage blanc	100 g
16	Mimolette	30 g
17	Petits suisses	2 unités
18	Pont-l'Évêque	30 g
19	Pyrénées	30 g
20	Reblochon	30 g
21	Roquefort	30 g
22	Saint-Nectaire	30 g

23	Saint-Paulin	30 g
24	Saint-Marcellin	30 g
25	Tartare	2 unités
26	Tomme	30 g

DESSERTS

Les grammages indiqués au-dessus des tableaux sont les grammages à appliquer dans le cadre du cahier des charges.

Références générales :

Les fruits frais : 1 pièce

La salade de fruits et les compotes : 130g

Les entremets et crèmes : 130g

Les tartes et choux : de 80 à 130g

	Nature du plat	Calibrage
1	Amandine	110 g
2	Ananas frais	220 g
3	Banane	1 pièce
4	Banane Chantilly chocolat	1 pièce
5	Bavarois et son coulis	110 g
6	Beignet à l'ananas	110 g
7	Beignet aux pommes	110 g
8	Biscuit roulé	100 g
9	Cake , Quatre-quarts	120 g
10	Chou, Salammbô, gland, Chantilly	100 g
11	Chouquettes	80 g
12	Citron givré	1 pièce
13	Clafoutis aux cerises	130 g
14	Cocktail de fruits	130 g
15	Compote de fruits	110 g
16	Crumble aux fruits	100 g
17	Crème caramel	130 g
18	Crème pâtissière aux fruits	130 g
19	Crêpe (sucrée, confiture, chocolat...)	80 g
20	Cookie	100 g
21	Eclair	110 g
22	Entremet (flan)	130 g
22	Flan pâtissier	130 g
23	Flan aux fruits	130 g
24	Forêt noire	130 g
26	Fraises Chantilly	140 g
27	Fromage blanc/confiture	130 g
28	Fromage blanc/crème de marron	130 g
29	Fruits au sirop	130 g
30	Gâteau au yaourt	120 g
31	Gâteau de semoule	130 g
32	Gaufre (sucrée, chocolat, crème anglaise ...)	100 g

33	Génoise (chocolat, crème anglaise ...)	120 g
34	Glace cône	1 pièce
35	Glace en pot	1 pièce
36	Grillé aux Pommes	130 g
37	Meringue au chocolat	80-100 g
38	Mille-feuilles	130 g
39	Moka café/chocolat	130 g
40	Mousse au café-chocolat-citron	110 g
41	Œuf à la neige avec crème	120 g
42	Orange	1 pièce
43	Orange givrée	1 pièce
44	Pamplemousse	1 pièce
45	Paris Brest	130 g
46	Poire (70/75)	1 pièce
47	Poire au vin	1 pièce
48	Poire chocolat	1 pièce
49	Pomme (70/75)	1 pièce
50	Pomme meringuée	1 pièce
51	Pomme au four	1 pièce
52	Religieuse	130 g
53	Riz au lait	130 g
54	Roulé en Buche	130 g
55	Roulé au chocolat	110 g
56	Sablé confiture	100 g
57	Savarin Chantilly	1 pièce
58	Semoule au chocolat	130 g
59	Tarte aux citrons meringuée	110 g
60	Tarte aux fruits	130 g
61	Tiramisu	130 g
62	Brownies crème anglaise	130 g
63	Fondant chocolat	130 g
64	Gratin fruits	130 g
65	Far breton	130 g
66	Miroir	130 g
67	Othello	130 g
68	Kouglof	130 g
69	Baba (rhum, fruits)	90 g
70	Gâteau au fromage (cheesecake) et coulis	120 g
71	Croissant-pain chocolat amandes	120 g
72	Mousseline fruits	120 g
73	Pithiviers	120 g
74	Pruneaux vin	130 g