

BREVET DE TECHNICIEN SUPÉRIEUR DIÉTÉTIQUE

E6A-U61 : ÉPREUVE PROFESSIONNELLE DE SYNTHÈSE ÉTUDE DE CAS

SESSION 2014

Durée : 3 heures 30

Coefficient : 2,5

Matériel autorisé :

- Toutes les calculatrices de poche y compris les calculatrices programmables, alphanumériques ou à écran graphique sous réserve que leur fonctionnement soit autonome et qu'il ne soit pas fait usage d'imprimante (Circulaire n°99-186, 16/11/1999)
- Tout autre matériel est interdit.

Document à rendre avec la copie : Annexe 2

Dès que le sujet vous est remis, assurez-vous qu'il est complet. Le sujet se compose de 11 pages, numérotées de 1/11 à 11/11.

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | Sujet 1 | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 1/11 |

Le centre héliomarin de Roscoff, en Bretagne, est spécialisé en soins de suite et de réadaptation (SSR). Il accueille des patients porteurs de séquelles d'accidents de la route à leur sortie d'hôpital.

Cette structure héberge des adultes de 20 à 65 ans et possède une capacité de 255 lits.

La prise en charge médicale est assurée par une équipe pluridisciplinaire : médecin, infirmier, diététicien, kinésithérapeute, ergothérapeute et psychologue.

La restauration est réalisée sur place en liaison chaude, les repas sont pris en salle à manger et le petit déjeuner se déroule sous forme de buffet.

Le diététicien et le responsable de la restauration établissent les menus sur la base d'un plan alimentaire prenant en compte les recommandations du GEMRCN (Groupe d'Études des Marchés en Restauration Collective et Nutrition) 2013.

Le menu de base peut être décliné en menus contrôlés en sodium, en lipides, en glucides et en énergie.

PARTIE 1 : NUTRITION (22 points)

1.1 Énoncer et justifier les apports nutritionnels conseillés pour la population d'adultes accueillis. (8 points)

1.2 Proposer une ration adaptée et sa répartition. (9 points)

1.3 A partir des 3 jours de menus d'octobre proposés en **Annexe 1**, vérifier les apports calciques journaliers et discuter le choix des produits laitiers. (5 points)

PARTIE 2 : ADAPTATION DES MENUS DU CENTRE HÉLIOMARIN (10 points)

2.1 Compléter l'**Annexe 2** en adaptant le menu du vendredi 12 octobre aux différents régimes du centre : (6 points)

- contrôlés en sodium.
- contrôlés en lipides
- contrôlés en glucides
- contrôlés en énergie (hypo-énergétique)

L'annexe 2 est à rendre avec la copie

2.2 Justifier les modifications apportées. (4 points)

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | Sujet 1 | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 2/11 |

PARTIE 3 : PRISE EN CHARGE DE M.B LORS DE SON SÉJOUR AU CENTRE HÉLIOMARIN (18 POINTS)

M.B, libraire, 32 ans, 1m82, 112 kg est adressé au centre héliomarin pour rééducation suite à de multiples fractures des membres inférieurs causées par un accident de moto.

Un planning hebdomadaire de soins lui est remis le premier jour. Il détaille les activités de rééducation : kinésithérapie, ergothérapie, piscine et sport.

Le médecin chargé du service de MPR (Médecine Physique et Réadaptation) prescrit aussi une prise en charge diététique basée sur une alimentation contrôlée en énergie (9 MJ).

Un recueil de données est réalisé à l'entrée par le diététicien (**Annexe 3**).

Conformément à la démarche de soin diététique :

3.1 analyser le recueil de données et établir le diagnostic diététique de M. B (5 points).

3.2 mettre en place le plan de soin diététique de M.B (13 points)

3.2.1 Définir les objectifs diététiques.

3.2.2 Parmi les actions à mettre en place :

- Indiquer et justifier les besoins nutritionnels spécifiques de M.B.
- Proposer une adaptation de la ration donnée en 1.2
- Préciser les points à aborder dans le cadre de l'éducation nutritionnelle.

ANNEXES

Annexe 1 : Menus du Centre Héliomarin de Roscoff

Annexe 2 : Adaptation des Menus du vendredi 12 octobre du Centre Héliomarin de Roscoff

Annexe 3 : Recueil de données

Annexe 4 : Table de composition des aliments

Annexe 5 : Composition de certains produits en complément à la table de composition des aliments

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | Sujet 1 | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 3/11 |

ANNEXE 1 : Menus du Centre Héliomarin de Roscoff

| | VENDREDI 12 octobre | SAMEDI 13 octobre | DIMANCHE 14 octobre |
|-----------------|---|--|---|
| Déjeuner | Betterave vinaigrette Poulet aux oignons Purée Pomme de terre/chou-fleur Crème de gruyère Crêpe au caramel au beurre salé | Salade de pâtes au pistou Filet de poisson au citron Courgettes braisées Cantal Orange | Saucisson brioché Rôti de veau Poêlée automnale Camembert Clafoutis aux fruits rouges |
| Dîner | Soupe au potiron Tarte au thon Salade verte Riz au lait au chocolat Pomme | Velouté de champignons Chou farci Gratin dauphinois Fromage blanc de campagne Banane | Bouillon de poule vermicelles Roulés d'endives au jambon béchamel Yaourt Prunes |

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | Sujet 1 | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 4/11 |

ANNEXE 2 : Adaptation des menus du vendredi 12 octobre du Centre Héliomarin de Roscoff

| | Contrôlé en sodium | Contrôlé en lipides | Contrôlé en glucides | Contrôlé en énergie |
|---|--------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
| Betterave vinaigrette Poulet aux oignons Purée Pomme de terre/chou-fleur Crème de gruyère Crêpe au caramel au beurre salé | | | | |
| Soupe de potiron Tarte au thon Salade verte Riz au lait au chocolat Pomme | | | | |

ANNEXE A RENDRE AVEC LA COPIE

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | sujet | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 5/11 |

ANNEXE 3 : RECUEIL DE DONNÉES

Données générales

Marié, 1 enfant de 1 an

Profession : libraire

Horaires de travail : 7h30 à 12h30 et 16h30 à 19h30 du mardi au samedi

Pas de problème socio-économique

Loisirs : Moto, pêche en mer l'été, lecture, jeux vidéo

Aucune activité physique depuis l'âge de 20 ans

Données cliniques, paracliniques et biologiques

32 ans, 1m82, 112 kg

Ne fume pas

Alcool : consommation raisonnable

Antécédents familiaux : aucun

Prise de poids depuis la fin de sa scolarité, arrêt du sport (tennis et tennis de table)

Le bilan biologique réalisé à l'entrée est le suivant :

| Paramètres | Résultats | Valeurs normales |
|-------------------|--------------------------|--------------------------------|
| Glycémie | 5.1 mmol.L ⁻¹ | 4.5 à 6.0 mmol.L ⁻¹ |
| Triglycérides | 2 mmol.L ⁻¹ | 0.6 à 1.7 mmol.L ⁻¹ |
| Cholestérol total | 5.8 mmol.L ⁻¹ | 4.6 à 6.0 mmol.L ⁻¹ |
| Cholestérol HDL | 0.8 mmol.L ⁻¹ | 0.8 à 2.0 mmol.L ⁻¹ |

Données alimentaires

Le relevé des consommations alimentaires réalisé par la diététicienne montre :

- Des ingesta estimés à 13.4 MJ.
- 2 repas / j (pas de petit-déjeuner).
- Repas pris au domicile.
- Tous les jours et à chaque repas : un plat principal et un dessert
 - Plat principal à base de viande en sauce et de féculents en quantité importante, accompagné de pain,
 - Dessert : un produit laitier type crème dessert ou fruit dans la semaine ; le week-end 1 à 2 parts de fromage et une pâtisserie.
 - Boissons sucrées (type soda) : une canette consommée à chaque repas
- Fastfood 1 à 2 fois par semaine : hamburger/frites ou Fajitas
- 1 apéritif le week-end avec sa femme, 2 à 3 canettes de bière par semaine, un peu plus l'été en période de vacances.
- Aime cuisiner, fait ses courses.
- Ne grignote jamais

M. B est motivé pour perdre du poids afin de favoriser sa rééducation mais a peu de connaissances en nutrition.

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | sujet | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 6/11 |

ANNEXE 4 : Table de composition des aliments

| Aliments (100 g) | kJ | eau | Protéides | Glucides disponibles | Glucides simples | Glucides complexes | Fibres Alimentaires | Lipides | Acides Gras saturés | AG monosaturés | AG poly insaturés | Cholestérol | en mg | | | | | | | | | | en µg | | | | | |
|--|------|------|-----------|----------------------|------------------|--------------------|---------------------|---------|---------------------|----------------|-------------------|-------------|-------|----|-----|-----|-----|-----|--------|--------|--------|---------|-------|---------|---------|-------------------|-----------|------------------|
| | | | | | | | | | | | | | Na | Mg | P | K | Ca | Fe | Vit. A | Vit. E | Vit. C | Vit. B1 | | Vit. B2 | Niacine | Acide panthénique | Pyridoxal | Cyano cobalamine |
| Viandes - Volailles | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| agneau, côtelette, cru | 866 | 68 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,5 | 8 | 6,3 | 0,77 | 78 | 75 | 16 | 170 | 320 | 9 | 2 | 0 | 0,15 | 0 | 0,19 | 0,18 | 4,3 | 1 | 0,2 | 1,5 | 3 |
| agneau, côtelette, grillée | 976 | 61 | 22,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 18 | 7,8 | 6,1 | 0,75 | 83 | 90 | 17 | 177 | 333 | 9 | 2,4 | 0 | 0,2 | 0 | 0,1 | 0,2 | 5 | 1 | 0,2 | 1,7 | 3 |
| boeuf, entrecôte, grillée | 850 | 62 | 24,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11,3 | 5 | 5,8 | 0,47 | 70 | 50 | 21 | 180 | 330 | 8 | 2,6 | 0 | 0,4 | 0 | 0,07 | 0,3 | 6 | 1 | 0,3 | 2 | 16 |
| boeuf, faux filet, grillé | 700 | 64 | 28,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 2,6 | 2,7 | 0,27 | 60 | 60 | 25 | 240 | 400 | 6 | 3 | 0 | 0,3 | 0 | 0,09 | 0,3 | 4,5 | 0 | 0,4 | 2 | 15 |
| boeuf, flanchet, cru | 814 | 66 | 19,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13 | 5,7 | 5,9 | 0,52 | 65 | 70 | 19 | 200 | 320 | 9 | 2,5 | 0 | 0,3 | 0 | 0,08 | 0,2 | 4,1 | 1 | 0,3 | 2 | 9 |
| boeuf, flanchet, cuit | 966 | 57 | 29,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,6 | 5,3 | 6 | 0,5 | 80 | 52 | 19 | 170 | 260 | 17 | 3,5 | 0 | 0,4 | 0 | 0,08 | 0,3 | 3 | 1 | 0,3 | 2 | 7 |
| boeuf, rosbif, rôti | 628 | 66 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4,1 | 1,7 | 1,9 | 0,16 | 55 | 65 | 25 | 230 | 400 | 5 | 3,5 | 0 | 0,5 | 0 | 0,08 | 0,24 | 5 | 1 | 0,4 | 2 | 14 |
| porc, côtelette, cru | 878 | 65 | 19 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 5,8 | 6,8 | 1,3 | 80 | 69 | 21 | 186 | 285 | 9 | 1,3 | 0 | 0 | 0,74 | 0,19 | 4,2 | 1 | 0,43 | 1,2 | 4 | |
| porc, côtelette, grillée | 1031 | 56 | 28 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 5,8 | 6,8 | 1,3 | 84 | 72 | 24 | 220 | 400 | 11 | 1,1 | 0 | 0 | 0,59 | 0,24 | 5,7 | 1 | 0,3 | 0,8 | 6 | |
| porc, filet, maigre, cru | 475 | 74 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,2 | 1,3 | 1,5 | 0,28 | 65 | 125 | 25 | 230 | 420 | 8 | 1,2 | 0 | 0,1 | 0 | 0,26 | 4,3 | 1 | 0,45 | 0,7 | 4 | |
| porc, filet, rôti, maigre | 667 | 65 | 28,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4,8 | 1,7 | 2,2 | 0,58 | 73 | 65 | 25 | 230 | 540 | 9 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0,9 | 0,4 | 4,7 | 1 | 0,4 | 0,6 | 6 |
| veau, filet, cru | 458 | 75 | 28,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5,2 | 1,8 | 2 | 0,59 | 90 | 92 | 25 | 210 | 320 | 16 | 0,8 | 0 | 0,13 | 0 | 0,08 | 0,26 | 8,6 | 1 | 0,54 | 1,2 | 14 |
| veau, filet, rôti | 675 | 65 | 28,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5,2 | 1,8 | 2 | 0,62 | 98 | 93 | 25 | 235 | 375 | 17 | 1,3 | 0 | 0,2 | 0 | 0,07 | 0,29 | 8,6 | 1 | 0,4 | 1,2 | 14 |
| steak haché 15%, cru | 850 | 65 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 14,7 | 6,2 | 7 | 0,59 | 63 | 62 | 19 | 186 | 300 | 9 | 2,3 | 0 | 0,7 | 0 | 0,03 | 0,2 | 3,9 | 0 | 0,38 | 2 | 10 |
| steak haché 20%, cru | 1044 | 61 | 17 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20,4 | 8,6 | 9,7 | 0,92 | 69 | 68 | 18 | 140 | 270 | 7 | 1,8 | 0 | 0,19 | 0 | 0,06 | 0,18 | 4 | 0 | 0,35 | 2 | 8 |
| steak haché 20%, cuit | 1282 | 53 | 21 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,05 | 0,2 | 3,9 | 0 | 0,3 | 1,9 | 8 | |
| canard, rôti, viande | 795 | 64 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 2,3 | 1,8 | 0,78 | 85 | 90 | 19 | 202 | 262 | 11 | 2,1 | 24 | 0 | 0 | 0,33 | 0,43 | 5,4 | 2 | 0,3 | 1,3 | 30 |
| dinde, rôti, viande | 807 | 66 | 29,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2,9 | 1 | 0,74 | 0,96 | 76 | 63 | 27 | 217 | 305 | 17 | 1,3 | 0 | 0 | 0,07 | 0,19 | 7 | 1 | 0,4 | 1,2 | 9 | |
| poule, avec peau, bouillie | 1267 | 51 | 25,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 22,4 | 6,5 | 9 | 4,5 | 76 | 76 | 19 | 200 | 182 | 13 | 1,5 | 160 | 0,4 | 0 | 0,08 | 0,2 | 6,6 | 1 | 0,3 | 0,2 | 5 |
| poulet, rôti | 678 | 66 | 26,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6,2 | 1,8 | 2,9 | 1,2 | 90 | 80 | 24 | 200 | 300 | 12 | 1,3 | 7 | 0,2 | 0 | 0,07 | 0,17 | 7,7 | 1 | 0,4 | 0,3 | 8 |
| Abats - Charcuteries | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| lardons fumés crus | 1236 | 53,2 | 16,2 | 0,56 | 0,5 | 0 | 0 | 25,7 | 9,62 | 11,9 | 2,94 | 57 | 1376 | 16 | 177 | 266 | 8,4 | 1 | 5,5 | 0,3 | 0,85 | 0,24 | 10,2 | 10,2 | 0,6 | 0,3 | 0,83 | 2 |
| foie, génisse, cru | 566 | 70 | 21,1 | 3,5 | 0 | 3,5 | 0 | 4 | 1,5 | 0,64 | 0,84 | 300 | 96 | 17 | 358 | 395 | 7 | 7,2 | 10200 | 0,5 | 25 | 0,26 | 2,6 | 14 | 8 | 0,8 | 8 | 266 |
| foie, génisse, cuit | 642 | 64 | 23,6 | 3,6 | 0 | 3,8 | 0 | 4,7 | 1,8 | 0,68 | 1 | 290 | 102 | 18 | 368 | 346 | 7 | 7,7 | 11033 | 0,5 | 20 | 0,2 | 3 | 12 | 7 | 0,7 | 67 | 254 |
| jambon cuit supérieur, dégraissé | 474 | 73 | 21 | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 3 | 1,1 | 1,4 | 0,36 | 90 | 786 | 21 | 212 | 280 | 7 | 1 | 0 | 0,18 | 11 | 0,9 | 0,2 | 6 | 0 | 0,3 | 0,3 | 30 |
| jambon de Bayonne, cru, dégraissé et dégraissé | 803 | 56 | 26,3 | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 9,5 | 3,4 | 4,5 | 1 | 66 | 2700 | 22 | 230 | 250 | 9 | 1,4 | 0 | 0,2 | 13 | 1,2 | 0,3 | 8,7 | 1 | 0,6 | 0,5 | 2 |
| boudin noir, cuit | 1695 | 43 | 14 | 3 | m | m | 0 | 38 | 13,4 | 17,3 | 4,6 | 130 | 860 | 13 | 71 | 180 | 30 | 22 | 0 | 0,2 | 0 | 0,04 | 0,1 | 1,2 | 1 | 0 | 0,4 | 5 |
| pâté de campagne | 1358 | 52 | 14,3 | 2,4 | 1,5 | 0,9 | 0 | 29 | 11 | 13 | 3,3 | 134 | 710 | 19 | 23 | 233 | 15 | 5,7 | 4200 | 0,3 | 8 | 0,31 | 0,78 | 8,7 | m | 0,3 | 6 | 160 |
| quenelle de veau | 822 | 66 | 6,8 | 15 | 1 | 14 | m | 12 | m | m | m | m | 515 | 10 | 74 | 85 | 37 | 0,8 | 20 | 0,37 | 0 | 0,03 | 0,09 | 1,1 | m | 0,1 | m | |
| saucisse de Strasbourg | 1257 | 56 | 12,6 | 1 | 0 | 1 | 0 | 27,7 | 10,2 | 12,7 | 3,3 | 64 | 1000 | 10 | 173 | 160 | 37 | 1 | 0 | 0,25 | 0 | 0,2 | 2,4 | 1 | 0,1 | 0,5 | 2 | |
| saucisson sec | 1753 | 33 | 26,3 | 1,6 | 0,1 | 1,5 | 0 | 34,7 | 12,9 | 15,5 | 4,2 | 70 | 2100 | 16 | 242 | 160 | 11 | 1,3 | 0 | 0,3 | 0 | 0,57 | 0,28 | 5,1 | 1 | 0,4 | 1,9 | 3 |

ANNEXE 4 : Table de composition des aliments (suite)

| Aliments (100 g) | KJ | eau | Pro | Gluc | Q S | G.C. | Fib. | Lip. | AGS* | AGW | AGP | CS | Na | Mg | P | K | Ca | Fe | VLA | WLE | V.E.C | V.I.HI | V.I.SP | V.E.PP | W.B6 | W.B12(1) | V.HI | | |
|-----------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|------|------|-------|--------|--------|--------|------|----------|------|------|---|
| Poissons - Crustacés - Mollusques | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| cabillaud, (morue), au four | 413 | 76 | 22,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0,2 | 0,14 | 0,4 | 58 | 210 | 34 | 164 | 300 | 13 | C,4 | 0 | 0,6 | 0 | 0,08 | 0,07 | 2,1 | 0 | 0,3 | 1,5 | 1,2 | |
| cabillaud, (morue), cru | 333 | 80 | 18,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,7 | 0,12 | 0,1 | 0,3 | 43 | 76 | 25 | 180 | 340 | 15 | C,1 | 7 | 0,5 | 0 | 0,06 | 0,06 | 2,4 | 0 | 0,22 | 0,36 | 1,2 | |
| crevette rose, cuite | 437 | 73 | 21,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,8 | 0,3 | 0,37 | 0,6 | 185 | 1595 | 69 | 215 | 22 | 115 | C,3 | 0 | 1,5 | 0 | 0,02 | 0,02 | 1,5 | 0 | 0,1 | 1,8 | 5 | |
| maquereau filé au vin blanc | 864 | 66 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16 | 3,6 | 6 | 4,1 | 70 | 515 | 25 | 35 | 235 | 20 | C,2 | 37 | 0 | 0,03 | 0,24 | 5,7 | 1 | 0,18 | 7,5 | 5 | | |
| appu tisé | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| maigre, cuite | 497 | 73 | 20,2 | 3,1 | 0 | 0 | 0 | 2,8 | 0,48 | 0,52 | 0,76 | 50 | 388 | 88 | 235 | 206 | 101 | C,1 | 7,9 | 84 | 2,4 | 0 | 0,11 | 1 | 0 | 0,1 | 10,2 | 27 | |
| poisson pané, frit | 972 | 56 | 14,8 | 15,3 | 0 | 15,3 | 0,7 | 12,2 | 2,4 | 4,4 | 4,5 | 40 | 415 | 25 | 110 | 260 | 20 | C,7 | 0 | 0 | 0,09 | 0,11 | 1,6 | 0 | 0,2 | 1,4 | 18 | | |
| rousselle (saumonnette) crue | 565 | 71 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 63 | 100 | 35 | 220 | 230 | 23 | C,9 | 130 | 0 | 0,11 | 0,18 | 2,9 | 1 | 0 | 3 | 2 | | |
| rousselle, frite | 1016 | 57 | 17,7 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | 16,3 | 3,8 | 7 | 44 | 60 | 207 | 33 | 207 | 230 | 43 | 1,1 | 0 | 2,1 | 0 | 0,07 | 0,1 | 4,2 | 0 | 0 | 1,2 | |
| sardine à l'huile | 898 | 60 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,7 | 2,8 | 4,7 | 4,9 | 72 | 480 | 37 | 488 | 380 | 40 | 2,5 | 36 | 0,4 | 0 | 0,02 | 0,25 | 6,5 | 1 | 0,2 | 1,2 | 12 | |
| saumon cru, élevage | 794 | 64,7 | 19,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,5 | 2,99 | 4,32 | 3,72 | 60,3 | 423 | 23,7 | 197 | 303 | 8,7 | C,5 | 2,63 | 2,61 | <1 | 0,28 | 0,09 | 7,25 | 1,68 | 0,63 | 5,03 | 16,3 | |
| surimi en bâtonnets | 347 | 76 | 12,6 | 6,1 | 0 | 6,1 | 0 | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 35 | 700 | 14 | 60 | 64 | 13 | C,3 | 0 | 0 | 0,02 | 0,04 | 0,21 | 0 | 0,02 | 1 | 0 | 0 | 1 |
| thon, à l'huile, apport. | 780 | 62 | 27,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8,4 | 1,5 | 2,3 | 3,7 | 33 | 347 | 33 | 259 | 267 | 13 | 1,2 | 0 | 2 | 0 | 0,02 | 0,1 | 14 | 0 | 0,5 | 5 | 5 | |
| thon, naturel, apport. | 494 | 72 | 25,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,6 | 0,5 | 0,38 | 0,46 | 54 | 415 | 28 | 182 | 277 | 9 | 1,6 | 0 | 0,9 | 0 | 0,02 | 0,07 | 11,2 | 0 | 0,4 | 3 | 7 | |
| Oufs | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| blanc d'oeuf | 187 | 88 | 10,5 | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 160 | 10 | 15 | 142 | 6 | C,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,44 | 0,1 | 0 | 0 | 0,1 | 12 | |
| jaune d'oeuf | 1449 | 50 | 16,5 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 31,5 | 9,4 | 12,3 | 4,1 | 1100 | 50 | 15 | 520 | 97 | 127 | C,5 | 591 | 3,6 | 0 | 0,22 | 0,5 | 0 | 4 | 0,4 | 4,7 | 140 | |
| oeuf entier, cru | 606 | 76 | 12,5 | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 10,5 | 3,1 | 4,2 | 1,3 | 380 | 133 | 11 | 188 | 125 | 55 | 1,8 | 207 | 1,2 | 0 | 0,08 | 0,46 | 0,1 | 2 | 0,1 | 1,6 | 60 | |
| Produits laitiers - Fromages | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bleu | 1416 | 45 | 20,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 29 | 18,8 | 8 | 0,8 | 90 | 1150 | 27 | 350 | 178 | 722 | C,6 | 140 | 0,7 | 0 | 0,03 | 0,5 | 0,9 | 2 | 0,2 | 1,2 | 94 | |
| Camembert 45% | 1176 | 54 | 21,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 22 | 13,8 | 6,4 | 0,6 | 60 | 802 | 18 | 309 | 110 | 400 | C,2 | 383 | 0,5 | 0 | 0,05 | 0,6 | 1,1 | 1 | 0,3 | 2,8 | 96 | |
| Carill | 1520 | 42 | 23 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30,5 | 19,3 | 8,3 | 0,7 | 90 | 940 | 30 | 570 | 136 | 970 | C,4 | 221 | 0,5 | 0 | 0,04 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 1,5 | 21 | |
| Emmental | 1572 | 38 | 23,4 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 28,8 | 17,3 | 8,3 | 1 | 110 | 226 | 45 | 746 | 98 | 1135 | C,8 | 266 | 0,4 | 0 | 0,05 | 0,34 | 0,1 | 0 | 0,1 | 2,2 | 9 | |
| fromage chèvre, sec | 1927 | 31 | 27,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 38,4 | 25,4 | 10,6 | 1,4 | 100 | 790 | 26 | 796 | 114 | 130 | 1,1 | 0 | 0 | 0,14 | 1,2 | 2,4 | 0 | 0 | 1,2 | 0 | 53 | |
| crèmes de gouda | 1429 | 52 | 11 | 6 | 6 | 0 | 0 | 19 | 12 | 6 | 0,9 | 100 | 850 | 10 | 215 | 100 | 102 | 0 | 0 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,3 | 0 | |
| fromageblanc 20% | 337 | 64 | 8,3 | 3,6 | 3,6 | 0 | 0 | 3,4 | 2,2 | 1 | 0,1 | 10 | 33 | 11 | 60 | 120 | 117 | C,4 | 52 | 0,1 | 1 | 0,04 | 0,27 | 0,1 | 1 | 0,1 | 0,8 | 16 | |
| fromage blanc 40% | 479 | 81 | 7 | 3,4 | 3,4 | 0 | 0 | 8 | 5,1 | 2,3 | 0,3 | 30 | 29 | 10 | 93 | 90 | 109 | C,3 | 93 | 0,3 | 1 | 0,03 | 0,24 | 0,1 | 1 | 0,1 | 0,7 | 26 | |
| Gouda | 1437 | 42 | 24,9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 27,4 | 17,7 | 7,3 | 0,66 | 10 | 820 | 28 | 490 | 114 | 854 | C,4 | 359 | 0,53 | 0 | 0,03 | 0,28 | 0,07 | 0 | 0,07 | 1,7 | 21 | |
| lait évaporé en poudre | 1494 | 4 | 35,5 | 49,5 | 49,5 | 0 | 0 | 0,8 | 0,52 | 0,21 | 0 | 3 | 682 | 112 | 1106 | 1537 | 1301 | C,5 | 0 | 0 | 6 | 0,36 | 1,8 | 1 | 4 | 0,25 | 3 | 43 | |
| lait entier concentré | 546 | 75 | 6,4 | 9,2 | 9 | 0 | 0 | 7,5 | 4,7 | 2,3 | 0,18 | 30 | 138 | 24 | 201 | 234 | 255 | C,2 | 91 | 0,27 | 1 | 0,08 | 0,33 | 0,19 | 1 | 0,05 | 0,19 | 8 | |
| lait entier concentré sucré | 1372 | 25 | 8,4 | 53,1 | 53,1 | 0 | 0 | 9,1 | 5,8 | 2,3 | 0,22 | 30 | 128 | 27 | 230 | 370 | 260 | C,2 | 113 | 0,17 | 3 | 0,09 | 0,42 | 0,22 | 1 | 0,05 | 0,5 | 11 | |
| lait UHT, demi écrémé | 195 | 90 | 3,2 | 4,6 | 4,6 | 0 | 0 | 1,6 | 1 | 0,5 | 0 | 7 | 46 | 10 | 85 | 166 | 114 | C,1 | 29 | 0,1 | 1 | 0,05 | 0,17 | 0,1 | 0 | 0 | 0,2 | 3 | |
| lait UHT, écrémé | 145 | 91 | 3,3 | 4,6 | 4,6 | 0 | 0 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 2 | 45 | 11 | 88 | 174 | 112 | C,1 | 0 | 0 | 1 | 0,05 | 0,16 | 0,1 | 0 | 0 | 0,2 | 3 | |
| lait UHT, entier | 263 | 88 | 3,2 | 4,6 | 4,6 | 0 | 0 | 3,5 | 2,2 | 1,1 | 0,1 | 14 | 45 | 10 | 86 | 148 | 119 | C,1 | 48 | 0,1 | 1 | 0,05 | 0,17 | 0,2 | 0 | 0 | 0,2 | 3 | |
| Parmesan | 1587 | 29 | 36,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 26,5 | 16,7 | 7,7 | 0,6 | 90 | 913 | 46 | 782 | 113 | 1275 | C,7 | 419 | 0,9 | 0 | 0,02 | 0,39 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,5 | 20 | |
| Petit Suisse 40% | 530 | 76 | 9,4 | 3,3 | 3,3 | 0 | 0 | 10,1 | 6,4 | 2,3 | 0,3 | 20 | 31 | 10 | 90 | 110 | 111 | C,2 | 120 | 0 | 1 | 0,03 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,7 | 29 | |
| Petit Evèque | 1247 | 48 | 21,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 24 | 15,2 | 6,3 | 0,5 | 70 | 670 | 22 | 414 | 136 | 470 | C,4 | 249 | 0,6 | 0 | 0 | 0,3 | 0,1 | 0 | 0,1 | 1,5 | 12 | |
| yaourt aux fruits, lait entier | 477 | 74 | 3,5 | 18 | 18 | 0 | 0 | 2,7 | 1,7 | 0,8 | 0,1 | 10 | 55 | 13 | 100 | 206 | 130 | C,2 | 40 | 0,1 | 2 | 0,05 | 0,23 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0 | 3 | |
| yaourt nature | 211 | 88 | 4,3 | 4,8 | 4,8 | 0 | 0 | 1,1 | 0,7 | 0,3 | 0 | 4 | 58 | 13 | 111 | 203 | 173 | C,1 | 13 | 0 | 0 | 0,04 | 0,18 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 2 | |

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | sujet | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 8/11 |

ANNEXE 4 : Table de composition des aliments (suite)

| Aliments (100 g) | KJ | EAU | Prot. | GLUC. | Q. S. | G. C. | Fib. | Lip. | AGS#4 | AGMI1 | AGPI | CS | Na | Mg | P | K | Ca | Fe | VA | VE. C. | VE. B1 | VE. B2 | VA. B6 | VA. B12 | VA. D3 |
|--|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------|-------|-------|-----|------|------|------|-----|------|------|------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| Corps gras | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| beurre | 3091 | 16 | 0,7 | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 83 | 52,6 | 23,5 | 2 | 250 | 12 | 2 | 24 | 13 | 15 | 0,2 | 792 | 2 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 |
| crème fraîche pasteurisée | 1302 | 59 | 2,3 | 1,6 | 1,6 | 0 | 0 | 33,4 | 20,9 | 9,7 | 0,9 | 110 | 35 | 5 | 58 | 100 | 63 | 0,2 | 430 | 0,8 | 0 | 0,01 | 0,1 | 0 | 0 |
| huile d'arachide | 3896 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 99,9 | 19,8 | 45,2 | 30,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| huile d'olive | 3896 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 99,9 | 14,5 | 71 | 10 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| huile de colza | 3896 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 99,9 | 6,2 | 64,3 | 25,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| huile de tournesol | 3896 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 99,9 | 11,6 | 22,5 | 61,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 56 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| margarine allégée | 1555 | 57 | 0,7 | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 41,5 | 13,3 | 8,8 | 17,9 | 1 | 100 | 0 | 8 | 7 | 12 | 0 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| margarine au tournesol | 3071 | 16 | 0,8 | 0,3 | m | m | 0 | 82,5 | 14,1 | 31,2 | 33,2 | m | 118 | 2 | 20 | 38 | 27 | 0 | 95 | 43 | 0 | 0,01 | 0,03 | m | 0,1 |
| pâte à tartiner allégée | 1638 | 49 | 7,7 | 1 | 1 | 0 | 0 | 40,3 | 17,8 | 10,3 | 10,2 | 74 | 190 | 8 | 280 | 80 | 23 | m | 0 | m | m | m | m | 0 | m |
| Produits amyliacés – Biscuits et viennoiseries | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| biscotte | 1648 | 6 | 10 | 73,6 | 3 | 70,6 | 4 | 5 | 1,4 | 1,8 | 1,1 | 0 | 350 | 18 | 130 | 160 | 42 | 1,3 | 0 | 1,2 | 0 | 0,05 | 0,06 | 1,3 | 0 |
| biscuit à la cuillère | 1337 | 26 | 9 | 60 | 41,4 | 18,6 | m | 4,4 | 1,3 | 1,5 | 0,84 | 180 | 160 | 13 | 145 | 124 | 31 | 2,1 | 100 | 0,49 | 0 | 0,09 | 0,17 | 0,73 | m |
| biscuit type petit beurre | 1847 | 3 | 8,2 | 75 | 20,5 | 54,5 | 2,2 | 10,9 | 6 | 3,5 | 0,8 | 33 | 312 | 18 | 97 | 142 | 32 | 1,1 | 55 | 0,4 | 0,1 | 0,11 | 0,09 | 1,5 | m |
| cake (aux fruits) | 1561 | 22 | 5,1 | 57 | 37,8 | 19,2 | 1 | 13,9 | 8 | 3,8 | 0,64 | 113 | 215 | 16 | 102 | 227 | 32 | 1,5 | 135 | 0,43 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0,86 | 0 |
| céréale sucrée pour petit déjeuner | 1852 | 2,5 | 5,5 | 86,8 | 30,1 | 47,6 | 1,7 | 1,7 | 0,31 | 0,59 | 0,69 | 0 | 845 | 22 | 93 | 83 | 11 | 6,3 | 0 | m | 53 | 1,3 | 1,5 | 17,6 | 0,4 |
| céréales chocolatées enrichies | 1630 | 3 | 8,7 | 79,8 | 32,1 | 47,7 | 3,9 | 4,3 | 2,17 | 1,25 | 0,45 | 0 | 442 | 30 | 85 | 210 | 331 | 7,3 | 0 | 1 | 25 | 1,13 | 1,27 | 14,3 | 5 |
| croissant | 1726 | 15 | 7,5 | 55 | 7,5 | 47,5 | 2,2 | 17,2 | 9,9 | 5,5 | 0,8 | 50 | 492 | 16 | 124 | 136 | 42 | 1,2 | 33 | 0,1 | 0 | 0,3 | 0,2 | 2,3 | 1 |
| farine blanche | 1476 | 13 | 10 | 71,5 | 1,5 | 70 | 3,5 | 1,3 | 0,2 | 0,1 | 0,6 | 0 | 3 | 20 | 120 | 135 | 16 | 1,2 | 0 | 0,3 | 0 | 0,1 | 0,05 | 0,6 | 0 |
| fécule de maïs | 1554 | 11 | 0,3 | 88 | 0 | 88 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 2 | 22 | 5 | 1 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| lentille, cuite | 379 | 70 | 8,2 | 12,6 | 0,3 | 12,3 | 7,8 | 0,5 | 0,07 | 0,08 | 0,24 | 0 | 3 | 32 | 100 | 276 | 19 | 3,3 | 1 | 0 | 0 | 0,13 | 0,07 | 0,6 | 1 |
| lentille, sèche | 1399 | 10 | 24 | 50,4 | 1 | 49,4 | 11,2 | 1,2 | 0,2 | 0,2 | 0,45 | 0 | 24 | 100 | 300 | 700 | 50 | 8 | 13 | m | m | 0,5 | 0,25 | 2,2 | 2 |
| maïs doux, appert. | 410 | 73 | 3 | 18,2 | 6,9 | 11,3 | 2,3 | 1,2 | 0,2 | 0,3 | 0,6 | 0 | 304 | 22 | 69 | 200 | 4 | 0,6 | 18 | 0,45 | 1 | 0,04 | 0,09 | 1,4 | 0,5 |
| Muesli (moyen) | 1781 | 4,6 | 8,5 | 63 | 25,9 | 35,1 | 6,7 | 15,3 | 8,5 | 4,74 | 2,03 | 5,8 | 226 | 57,5 | 190 | 310 | 60,6 | 6,22 | 0,1 | 3,04 | 20,9 | 0,97 | 1,03 | 10,9 | 4,42 |
| pain | 1555 | 29 | 8 | 56 | 1,9 | 54 | 3,5 | 1 | 0,2 | 0,1 | 0,4 | 0 | 650 | 26 | 90 | 140 | 23 | 1,4 | 0 | 0,2 | 0 | 0,09 | 0,05 | 1 | 0 |
| pain au chocolat | 1708 | 22 | 7,4 | 46,4 | 3 | 2 | 20,7 | m | m | m | 50 | 580 | 25 | m | 140 | 28 | m | 0 | m | 0 | m | 0 | m | m | 0 |
| pain de campagne | 1113 | 30 | 9,1 | 54,4 | 1,9 | 52,5 | 3,5 | 0,9 | 0,15 | 0,07 | 0,43 | 0 | 786 | 22 | m | 126 | 22 | m | 0 | 0,18 | 0 | 0,09 | 0,05 | 1 | 0 |
| pain de mie | 1567 | 33 | 8 | 50,3 | 2 | 48,3 | 3,1 | 4 | 1 | 0,6 | 1,4 | 0 | 600 | 21 | 91 | 129 | 91 | 1,2 | 0 | 0,8 | 0 | 0,18 | 0,03 | 1,3 | 0 |
| petate douce, crue | 428 | 72 | 1,2 | 23 | 10,7 | 12,3 | 2,9 | 0,3 | 0,06 | m | 0,13 | 0 | 19 | 13 | 44 | 300 | 22 | 0,7 | 867 | 4 | 25 | 0,1 | 0,06 | 0,6 | 1 |
| pâtes alimentaires, crues | 1509 | 10 | 12,5 | 70,9 | 2,6 | 68,3 | 5 | 1,4 | 0,2 | 0,2 | 0,6 | 0 | 5 | 55 | 167 | 236 | 24 | 1,8 | 0 | 0 | 0 | 0,15 | 0,04 | 2,5 | 0 |
| potale de maïs au sucre, entri | 1577 | 3 | 5 | 86 | 37 | 49 | 2,4 | 0,8 | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0 | 525 | 10 | 30 | 60 | 453 | 7,5 | 0 | 0,07 | 0 | 1,2 | 1,3 | 15 | 5 |
| pois cassé, cuit | 438 | 68 | 8,3 | 17,8 | 0,8 | 17 | 4,4 | 0,4 | m | 0,08 | 0,16 | 0 | 2 | 33 | 110 | 316 | 12 | 1,5 | 4 | 0,27 | m | 0,15 | 0,06 | 0,95 | 1 |
| pois chiche, cuit | 572 | 60 | 8,9 | 18,7 | 1,1 | 17,6 | 8,6 | 2,5 | 0,3 | 0,6 | 1,2 | 0 | 6 | 53 | 132 | 335 | 56 | 2,8 | 4 | 1,2 | 0 | 0,13 | 0,06 | 0,6 | 0 |
| pois de terre épluchée, crue | 308 | 79 | 2,1 | 15,2 | 0,9 | 14,3 | 1,6 | 0,2 | m | m | 0,1 | 0 | 7 | 21 | 46 | 525 | 7 | 0,7 | 0 | 0,06 | 10 | 0,1 | 0,03 | 1 | 0,38 |
| riz blanc, cru | 1512 | 13 | 6,6 | 78,3 | 0 | 78,3 | 1,4 | 0,6 | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0 | 5 | 35 | 102 | 98 | 10 | 0,6 | 0 | 0,1 | 0 | 0,07 | 0,04 | 1,6 | 1 |
| riz blanc, cuit | 519 | 70 | 2,3 | 26,3 | 0 | 26,3 | 0,5 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 8 | 37 | 34 | 4 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0,02 | 0,01 | 0,4 | 0 |
| tapoca, cru | 1525 | 13 | 0,5 | 85,7 | 0 | 85,7 | 0,4 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 3 | 20 | 20 | 11 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0,01 | 0,01 | 0 | 0 |
| Légumine | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| aubergine cuite | 79 | 91,8 | 0,83 | 3,4 | 3,2 | 0,2 | 2,5 | 0,2 | 0,03 | 0,015 | 0,113 | 0 | 5,14 | 15 | 15 | 123 | 20,1 | 0,25 | 3,67 | 0,03 | 1,3 | 0,08 | 0,02 | 0,6 | 0,08 |
| haricots cuite | 177 | 88 | 2 | 8,1 | 7,6 | 0,5 | 2 | 0,14 | 0,02 | 0,03 | 0,05 | 0 | 26,2 | 16,2 | 20,1 | 232 | 17 | 0,59 | 9,66 | 0,15 | 4,3 | 0,02 | 0,03 | 0,22 | 0,12 |

ANNEXE 4 : Table de composition des aliments (suite)

| Aliments (100g) | kJ | eau | Prot. | Gluc. | Q. S | G. C. | Fib. | Lip. | AGMI | AGSM | CS | Na | Mg | P | K | Ca | Fe | VitA | VitE | VitC | VitB1 | VitB2 | VitB6 | VitB12 | VitD | |
|------------------------------|------|------|-------|-------|------|-------|------|------|------|------|------|-----|-----|------|-----|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|
| carotte, crue | 132 | 89 | 0,8 | 6,6 | 6,4 | 0,2 | 2,6 | 0,3 | 0,05 | 0,02 | 0,12 | 0 | 35 | 10 | 16 | 286 | 27 | 0,3 | 1667 | 0,5 | 7 | 0,1 | 0,05 | 0,6 | 0 | 0,2 |
| carotte, cuite | 106 | 91 | 0,8 | 5 | 4,7 | 0,3 | 2,7 | 0,3 | 0,05 | 0,02 | 0,12 | 0 | 37 | 9 | 31 | 169 | 29 | 0,5 | 1467 | 0,5 | 2 | 0,06 | 0,02 | 0,2 | 0 | 0,1 |
| champignon de Paris, apprêt. | 66 | 92 | 2,3 | 0,5 | m | m | 2,5 | 0,5 | m | m | 0 | 344 | 12 | 68 | 116 | 23 | 0,8 | 0 | m | 2 | 0,02 | 0,19 | 2 | 2 | 0,06 | 0 |
| chou-fleur, cru | 89 | 92 | 2,4 | 2,3 | 2 | 0,3 | 2,4 | 0,3 | 0,05 | 0,02 | 0,15 | 0 | 14 | 15 | 48 | 319 | 20 | 0,5 | 7 | 0,17 | 50 | 0,1 | 0,07 | 0,6 | 1 | 0,22 |
| concombre cru | 41 | 96,9 | 0,58 | 1,5 | 1,38 | 0,08 | 0,7 | 0,16 | 0,01 | 0,00 | 0 | 0 | 2 | 12 | 21 | 145 | 14 | 0,2 | 5,16 | 0,1 | 3,2 | 0,03 | 0,03 | 0,04 | 0,24 | 0,05 |
| courgette, crue | 70 | 94 | 1,8 | 2 | 1,9 | 0,1 | 1 | 0,2 | 0,04 | 0,02 | 0,09 | 0 | 3 | 18 | 31 | 230 | 19 | 0,4 | 53 | 0 | 20 | 0,05 | 0,04 | 0,6 | 0 | 0,1 |
| épinard, cru | 74 | 92 | 2,7 | 0,8 | 0,7 | 0,1 | 2,6 | 0,4 | 0,08 | m | 0,2 | 0 | 65 | 58 | 52 | 529 | 104 | 2,7 | 674 | 1,8 | 40 | 0,1 | 0,22 | 0,7 | 0 | 0,2 |
| haricot vert, cru | 102 | 90 | 2,1 | 3,6 | 2,2 | 1,4 | 3,1 | 0,2 | 0,06 | m | 0,1 | 0 | 4 | 28 | 38 | 243 | 56 | 1 | 57 | 0,24 | 16 | 0,08 | 0,1 | 0,7 | 1 | 0,14 |
| laitue, crue | 52 | 95 | 1,2 | 1,3 | 1,3 | 0 | 1,5 | 0,3 | 0,04 | 0,01 | 0,16 | 0 | 15 | 11 | 24 | 234 | 37 | 0,9 | 60 | 0,5 | 8 | 0,08 | 0,07 | 0,4 | 0 | 0,1 |
| navet pilé, cru | 74 | 93 | 0,9 | 3,2 | 3 | 0,2 | 2 | 0,2 | m | m | 0,1 | 0 | 57 | 8 | 31 | 238 | 39 | 0,3 | 3 | m | 20 | 0,05 | 0,05 | 0,5 | 0 | 0,09 |
| oignon cru | 130 | 89,2 | 1,35 | 5,7 | 5,65 | 0 | 1,8 | 0,21 | 0,04 | 0,02 | 0,08 | 0 | 225 | 9,06 | 36 | 171 | 33 | 0,41 | 3 | 0,2 | 7,4 | 0,04 | 0,03 | 0,18 | 0,13 | 0,14 |
| petit pois, appetisé | 311 | 76 | 4,4 | 12,4 | m | m | 5 | 0,6 | 0,1 | 0,06 | 0,3 | 0 | 255 | 19 | 64 | 137 | 23 | 1,5 | 67 | 0,2 | 9 | 0,12 | 0,08 | 1 | 0 | 0,06 |
| poireau, cru | 99 | 91 | 1,6 | 3,7 | 3,5 | 0,2 | 2,8 | 0,3 | m | m | 0,2 | 0 | 12 | 11 | 35 | 256 | 31 | 0,9 | 83 | 0,73 | 18 | 0,07 | 0,04 | 0,4 | 0 | 0,3 |
| potiron, pulpe, cru | 88 | 93 | 0,6 | 4,5 | 3,9 | 0,6 | 1 | 0,1 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 1 | 7 | 20 | 274 | 18 | 0,4 | 200 | 0,1 | 5 | 0 | 0,07 | 0,5 | 0 | 0,07 |
| tomate, crue | 82 | 94 | 0,8 | 3,5 | 3,5 | 0 | 1,2 | 0,3 | 0 | 0 | 0,14 | 0 | 5 | 11 | 24 | 226 | 9 | 0,4 | 100 | 1 | 18 | 0,06 | 0,05 | 0,6 | 0 | 0,1 |
| Fruits | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| abricot, frais | 177 | 87 | 0,8 | 10 | 10 | 0 | 2,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 11 | 20 | 315 | 18 | 0,4 | 250 | 0,7 | 7 | 0,04 | 0,05 | 0,6 | 0 | 0,1 |
| ananas, pulpe, frais | 200 | 87 | 0,4 | 11,3 | 11,3 | 0 | 1,4 | 0,2 | 0 | 0 | 0,08 | 0 | 2 | 15 | 11 | 148 | 15 | 0,3 | 5 | 0,1 | 18 | 0,08 | 0,03 | 0,3 | 0 | 0,1 |
| avocat | 572 | 76 | 1,8 | 0,8 | 0,8 | 0 | 3 | 14,2 | 2,9 | 8,9 | 1,8 | 0 | 7 | 33 | 44 | 522 | 16 | 1 | 31 | 1,9 | 11 | 0,07 | 0,16 | 2 | 1 | 0,3 |
| banane | 379 | 74 | 1,1 | 21 | 17,2 | 3,8 | 2 | 0,3 | 0,12 | 0 | 0,06 | 0 | 1 | 30 | 22 | 385 | 8 | 0,4 | 11 | 0,3 | 12 | 0,04 | 0,07 | 0,6 | 0 | 0,5 |
| fraise | 142 | 90 | 0,7 | 7 | 7 | 0 | 2,2 | 0,5 | 0 | 0,07 | 0,26 | 0 | 2 | 12 | 23 | 152 | 20 | 0,4 | 7 | 0,2 | 60 | 0,02 | 0,03 | 0,5 | 0 | 0,1 |
| kiwi | 201 | 83 | 1,1 | 9,9 | 9,8 | 0,1 | 2,5 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 17 | 37 | 287 | 27 | 0,4 | 8 | m | 80 | 0,01 | 0,04 | 0,4 | m | 0,1 |
| mandarine, pulpe, fraîche | 240 | 83 | 0,6 | 13,4 | 13,1 | 0,3 | 2,3 | 0,2 | 0,05 | 0,07 | 0,03 | 0 | 2 | 9 | 22 | 150 | 20 | 1,2 | 522 | 1,8 | 44 | 0,03 | 0,05 | 0,4 | 0 | 0,08 |
| orange | 178 | 87 | 1 | 8,6 | 8,6 | 0 | 1,8 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 10 | 16 | 179 | 40 | 0,1 | 20 | 0,2 | 53 | 0,09 | 0,04 | 0,3 | 0 | 0,1 |
| pastèque | 177 | 87 | 0,5 | 10 | 10 | 0 | 2 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 8 | 18 | 160 | 10 | 0,4 | 63 | 0,5 | 7 | 0,02 | 0,05 | 1 | 0 | 0 |
| poire | 213 | 85 | 0,4 | 12,2 | 12,2 | 0 | 2,3 | 0,3 | 0,04 | 0,05 | 0,11 | 0 | 2 | 7 | 13 | 125 | 10 | 0,2 | 10 | 0,5 | 5 | 0,03 | 0,03 | 0,2 | 0 | 0 |
| pomme d'été - pamplemousse | 126 | 90 | 0,7 | 5,9 | 5,9 | 0 | 1,3 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 9 | 12 | 141 | 19 | 0,2 | 3 | 0,3 | 37 | 0,04 | 0,02 | 0,3 | 0 | 0 |
| pomme | 210 | 85 | 0,3 | 11,7 | 11,6 | 0,1 | 2,1 | 0,3 | 0,06 | 0,02 | 0,1 | 0 | 3 | 4 | 9 | 120 | 5 | 0,2 | 12 | 0,5 | 5 | 0,03 | 0,02 | 0,1 | 0 | 0,1 |
| pomme compote, conserve | 324 | 78 | 0,2 | 19,1 | 19,1 | 0 | 1,6 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 10 | 9 | 61 | 4 | 0,3 | 6 | m | 2 | 0,02 | 0,03 | 0,1 | 0 | 0,1 |
| prune, Raisin Claude | 223 | 82 | 0,8 | 12 | 12 | 0 | 2,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 8 | 25 | 243 | 13 | 0,4 | 30 | 0,5 | 5 | 0,05 | 0,03 | 0,5 | 0 | 0,1 |
| raisin, sec | 1139 | 16 | 2,6 | 65,8 | 65,8 | 0 | 6,7 | 0,5 | 0,16 | 0,14 | 0,14 | 0 | 23 | 31 | 85 | 783 | 40 | 2,4 | 2 | 0 | 4 | 0,11 | 0,14 | 0,9 | 0 | 0,2 |
| Produits sucrés | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| cacao, poudre, sans sucre | 1357 | 3 | 19,3 | 11,6 | 0 | 11,6 | 12,1 | 23,1 | 13,6 | 7,7 | 0,7 | 0 | 60 | 520 | 660 | 1920 | 130 | 12,5 | 0 | 0,4 | 0 | 0,13 | 0,25 | 2,7 | 1 | 0,1 |
| chocolat à croquer | 2161 | 1 | 4,5 | 57,8 | 53,3 | 4,5 | 5,9 | 30 | 17,8 | 9,6 | 0,9 | 1 | 15 | 112 | 173 | 365 | 50 | 2,9 | 6 | 0,5 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0,5 | 0 | 0,1 |
| confiture tout type | 1127 | 30 | 0,5 | 68 | 68 | 0 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16 | 6 | 14 | 105 | 12 | 0,5 | 8 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| poudre cacao à sucrée | 1602 | 3 | 4,45 | 84,8 | 81,6 | 3,2 | 6 | 2,3 | 1,25 | 0,7 | 0,07 | 0 | 220 | 91 | 140 | 1215 | 34,5 | 3,6 | 0 | 0,1 | 21 | 0,44 | 0,38 | 1,75 | 1,44 | 0,6 |
| sucre blanc | 1680 | 0 | 0 | 100 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

Valeurs issues du Répertoire Général des Aliments 2ème édition (éditeurs INRA éditions), CNVA-CICUAL (Lavoisier TEC/DOCI), Table CICUAL 2008 site AFSSA.

La Valeur énergétique métabolisable est l'énergie standard (STD) calculée selon la méthode de Graefield et Southgate, incluant acides organiques, polyols...

La colonne Gluc désigne les Glucides disponibles dont la valeur énergétique moyenne est de 17 kJ/g

La quantité de vitamine A résulte du calcul selon la formule = rétinol (µg) + 1/6 équivalent β-carotène (µg) sauf pour les produits laitiers (1/2 au lieu de 1/6)

m : sont des valeurs manquantes ou bien à l'état de traces.

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | sujet | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 10/11 |

ANNEXE 5 :
**COMPOSITION DE CERTAINS PRODUITS EN COMPLÉMENT
À LA TABLE DE COMPOSITION DES ALIMENTS**

| PRODUITS | PROTIDES | LIPIDES | GLUCIDES | Na | K | Ca | OBSERVATIONS |
|--|---------------------------|---------|----------|------------------|------------------|-----------------|--|
| | en g pour 100 g ou 100 mL | | | en mg pour 100 g | | | COMPLÉMENTAIRES |
| | | | | | | | |
| Lait sec écrémé non sucré (Régilait) | 35.5 | 0.8 | 51.7 | 1 200 | 2 000 | 1 500 | Sans saccharose |
| Lait croissance nature (Candia) | 2.7 | 2.7 | 6.8 | 39 | 138 | 115 | Fer = 1,4 mg |
| Lait Matin léger 1/2 écrémé (Lactel) | 3.2 | 1.5 | 4.8 | 40 | | 120 | Lactose < 0,5 g |
| Lait sec AL 110 (Nestlé) | 14 | 25 | 55.5 | 170 | 600 | 450 | Sans lactose enrichi en fer 4,4 mg/100 g |
| Lait sec O-LAC (Mead-Johnson) | 11 | 28 | 56 | 160 | 570 | 430 | Sans lactose |
| Protifar plus (Nutricia) | 89 | 2 | <1.5 | NC | NC | NC | Goût neutre |
| Liprocil (Nestlé) | - | 100 | - | - | - | - | 80 % T.C.M. + A.G.E. |
| Caloreen (Nestlé) | 0 | 0 | 95 | 40 | NC | NC | Dextrine-Maltose |
| Céréral Instant (Fresenius) | 8.8 | 1.2 | 81.3 | 0 | 150 | 500 | Epaississant |
| Clinutren poudre (Nestlé) | 0 | 0 | 100 | < 200 | NC | NC | Epaississant instantané à froid et à chaud |
| Fleur de Maïs (Maïzena) | 0.4 | 0.6 | 87 | 4 | 4 | NC | |
| Préparation de type farine pour pain et pâtisserie (Rite Diet) | 0.3 | 0.3 | 90 | 8 | 26 | NC | Hypoprotidique sans gluten |
| Préparation de type Biscotte (Aproten) | < 1 | 6 | 86 | < 40 | 60 | 0 | Hypoprotidique sans gluten |
| Pâtes à potage - spaghetti (Rite Diet) | 0.5 | 1.5 | 85.5 | < 100 | < 20 | 40 | Hypoprotidique sans gluten |
| Préparation de type pain de mie tranché (Valpiform) | 4.5 | 3.9 | 48.1 | NC | NC | NC | Sans gluten salé |
| Coquillettes (Schär) | 9 | 2.5 | 73.6 | 100 | - | - | |
| Légumes homogénéisés | | | | | | | |
| Haricots verts (Guigoz) | 1.8 | 0.8 | 9.3 | 56 | 123 | 50 | Sans sel ajouté |
| Jardinière de légumes (Guigoz) | 1 | 0.5 | 9.8 | 130 | 113 | 19 | |
| Carottes (Guigoz) | 0.6 | 0.2 | 6 | 35 | 214 | 27 | |
| Fruits homogénéisés | | | | | | | Vitamine C (en mg) |
| Compote homogénéisée pomme-coing (Blédina) | 0.3 | 0.2 | 12.2 | 10 | NC | NC | 10 |
| Compote homogénéisée pommes-Bananes (Blédina) | 0.3 | 0.3 | 14.3 | 10 | NC | NC | 10 |
| Compléments oraux | | | | | | | |
| Fortimel Extra (Nutricia) Contenance : 200 mL | 10 | 5.3 | 15.6 | 50 | 200 | 280 | Parfum : vanille, chocolat, moka, fraise, abricots, fruits de la forêt, neutre |
| Fortimel sans lactose (Nutricia) Contenance : 200 mL | 10 | 3.5 | 14.7 | 45 | 170 | 270 | Parfum : vanille, chocolat, moka,caramel |
| Clinutren 1.5 (Nestlé) Contenance : 200 mL | 5.5 | 5 | 21 | 80 | 170 | 80 | Parfum : vanille, chocolat, fraise, café, banane, abricot |
| Ressource 2.0 fibres (Fresenius) Contenance : 200 mL | 9 | 8.7 | 21.4 | 90 | 180 | NC | Parfum : vanille, chocolat, café, fruits des bois |
| Clinutren Fruit (Nestlé) Contenance : 200 mL | 4 | 0 | 27 | 15 | 45 à 60 | 55 | Parfum : Orange, pamplemousse, poire-cerise, framboise-cassis |
| Fortimel crème (Nutricia) Contenance: 125 ou 200 g | 10 | 5 | 19 | 75 | 215 | 200 | Vanille, chocolat, moka, banane, fruits de la forêt |
| Forti Yog (Nutricia) Contenance : 200 mL | 6 | 5.8 | 18.7 | 105 | 201 | 108 | Texture yaourt vanille-citron, framboise, pêche-orange |
| Delical Potage HP (LNS) Contenance : 200 mL | 7 | 4 | 9 | 250 | 110 | 10 | Sans lactose |
| Delical Mixé HP/HC (LNS) Contenance : 300 g | 9 | 8.8 | 13.5 | 180 (moyenne) | 190 (moyenne) | 50 (moyenne) | |

* NC = non connu

Référence 2012

| | | |
|--|------------------|--------------|
| BTS Diététique | sujet | Session 2014 |
| E6A-U61 : Épreuve professionnelle de synthèse – Étude de cas | Code : 14DIE6EC1 | Page 11/11 |