

<https://ressources-cemea-pdll.org/spip.php?article1078>



# Tableaux de grammage pour l'économat

- Economat/alimentation -

Date de mise en ligne : vendredi 31 juillet 2015

**Une fois nos menus réalisés, nous voilà rendus à faire les courses ou passer les commandes. Mais avant cela, il faut passer par l'étape de calcul des quantités...**

Voici un outil pour vous permettre de calculer les quantités d'aliments nécessaires par personne et par plat. On l'utilise en multipliant la ration par personne par le nombre de convive. Si on a plusieurs aliments du même type, on divise ensuite le nombre obtenu par ce nombre d'aliments (par exemple pour une ratatouille avec 5 légumes on va multiplier le poids de tomates nécessaires par le nombre de personnes puis le diviser par 5).

Parfois cet outil ne fonctionne pas très bien, par exemple pour les pizzas maisons ou les gâteaux dans ce cas il vaut mieux suivre une recette ou déterminer les quantités à l'oeil ...

Une fois qu'on a ces quantités, on peut :

- faire 2 feuilles : une feuille avec les quantités par repas et par plat et une avec les quantités par aliments pour les courses ou les commandes
- si on va faire les courses, on peut diviser la liste en 4 (par exemple) et se la répartir entre les personnes qui font les courses : frais, fruits et légumes, épicerie, etc...