**Service Évaluation et Information Médicales**
***Unité d'Evaluation Médicale***
ÉVALIN

# Outil Croq'Score

Public : Enfants de 8 à 11 ans

- l'**Outil Croq'Score** fait partie des outils du programme Croq'Santé. Ce programme d'éducation alimentaire et nutritionnelle est destiné aux enfants en milieu scolaire âgé de 8 à 11 ans et est composé d'une dizaine de séances en classe se clôturant par une journée festive.

- l'**Outil Croq'Score** est utilisé dans **l'étape Inventer**, où les enfants travaillent l'équilibre alimentaire. Il est conçu pour que les enfants évaluent leur recette et l'améliorent après qu'ils aient travaillé et eu des séances sur les différents groupes d'aliments, ce qu'ils apportent et sur l'équilibre alimentaire. Les enfants peuvent ainsi connaitre les éléments à privilégier pour l'équilibre alimentaire (items apportant des points positifs) et ceux à limiter (items apportant des points négatifs) et avoir des idées concrètes pour améliorer leur recette. Plus le score est élevé, plus la recette est équilibrée.

# Croq'Score

Etape INVENTER

Outil n°9 : Croq'Score

| CARACTÉRISTIQUE | |
|---|---|
| *Présence d'au moins :*<br>1 ingrédient du groupe « légumes »<br>+ 1 ingrédient du groupe « féculents »<br>+ 1 ingrédient du groupe « produits laitiers »<br>et/ou 1 ingrédient groupe « viande/poisson/œufs » | +3 points |
| Au moins 1/3 de l'assiette/du plat correspond au groupe légumes | +3 points |
| Présence d'au moins 1 ingrédient complet (pâte ou riz complet, farine complète, ...) | +2 points |
| Présence d'huile d'olive et/ou noix et/ou colza | +1 point |
| Présence d'épices et/ou d'herbes aromatiques (pour diminuer l'apport de sel) | +1 point |
| Présence de charcuteries | -1 point |
| Présence de 2 ingrédients de matière grasse d'origine animale (beurre, crème fraiche, saindoux, graisse de canard) | -2 points |

*Illustrations © lapetitesboite-communication.fr 2021 - Conception © Fondation JDB 2025*

FondAtion JDB Prévention cancer

En partenariat avec