

# Outil d'optimisation des régimes alimentaires locaux

Manuel d'instruction

Partie du *Guide Optimiser les régimes alimentaires en utilisant des aliments locaux pour améliorer la nutrition des femmes et des enfants*



## À propos de l'USAID en action pour la nutrition

L'USAID en action pour la nutrition est le projet phare multisectoriel de nutrition de l'Agence, dirigé par JSI Research & Training Institute, Inc. (JSI) et un groupe diversifié de partenaires expérimentés. Lancé en septembre 2018, l'USAID en action pour la nutrition met en œuvre des interventions nutritionnelles dans tous les secteurs et disciplines pour l'USAID et ses partenaires. L'approche multisectorielle du projet s'appuie sur l'expérience mondiale en matière de nutrition pour concevoir, mettre en œuvre et évaluer des programmes qui s'attaquent aux causes profondes de la malnutrition. Engagée dans une approche systémique, l'USAID en action pour la nutrition s'efforce de maintenir des résultats positifs en développant les capacités locales, en soutenant les changements de comportement et en renforçant l'environnement favorable afin de sauver des vies, d'améliorer la santé, de renforcer la résilience, d'accroître la productivité économique et de faire progresser le développement.

### Avertissement

Ce rapport a été rendu possible grâce à la générosité du peuple américain à travers l'Agence des États-Unis pour le développement international (USAID). Le contenu relève de la responsabilité de JSI Research & Training Institute, Inc. (JSI) et ne reflète pas nécessairement les vues de l'USAID ou du gouvernement des États-Unis.

### Citation recommandée

USAID en action pour la nutrition. 2023. *Outil d'optimisation des régimes alimentaires locaux : Manuel d'instruction. Fait partie du guide Optimiser les régimes alimentaires en utilisant des aliments locaux pour améliorer la nutrition des femmes et des enfants.* Arlington, VA : USAID en action pour la nutrition.

Photo : Hamdia Traore/DevWorks International

## USAID en action pour la nutrition

JSI Research & Training Institute, Inc.

2733 Crystal Drive

4<sup>e</sup> étage

Arlington, VA 22202, États-Unis

Téléphone : +1 (521) 703-528-7474

E-mail : [info@advancingnutrition.org](mailto:info@advancingnutrition.org)

Site Web : [advancingnutrition.org](http://advancingnutrition.org)

# Contenu

Remerciements .....	iv
Glossaire .....	v
Introduction .....	1
Étapes à suivre pour utiliser le Calculateur .....	3
Phase 0 : Définir la population spécifique et le(s) nutriment(s) préoccupant(s) .....	4
Phase 1 : Identifier les aliments enrichis ou les suppléments existants dans votre contexte.....	5
Étape 2 : Créer une liste d'identification des aliments clés (jusqu'à 31 aliments) .....	1
Exemple de capture d'écran.....	6
OPTION 1 : Menu des aliments clés (Phase 3A).....	7
Examiner le menu des aliments clés.....	7
OPTION 2 : Outil de calcul de la nutrition pour les enfants de moins de 2 ans et les enfants de 2 à 5 ans (Phases 3B et Phase 4) .....	9
Phases 3B : Identification et saisie des données sur la composition nutritionnelle des aliments présélectionnés .....	9
Remarques finales .....	15

# Remerciements

USAID en action pour la nutrition souhaite remercier Chris Vogliano, Susan Van Keulen Cantella, Miles Murray, Karin Christiansen, Jen Burns, Heather Davis, Jimmy Bishara, Sergio Lins, Veronica Varela, Shaneka Thurman, Lisa Sherburne et Kavita Sethuraman qui ont collaboré à l'élaboration et à la conception de ce guide. Nous remercions nos collègues du Bureau de l'assistance humanitaire de l'USAID, Andrea Warren, Mike Manske et Ruffo Perez, pour leurs réactions et commentaires perspicaces. Nous remercions également les partenaires de mise en œuvre des activités de résilience et de sécurité alimentaire de l'USAID :

- Amalima Loko mis en œuvre par CNFA
- Fiovana mis en œuvre par ADRA
- Girma mis en œuvre par Catholic Relief Services
- Takunda mis en œuvre par CARE

# Glossaire

<b>Mélange à base de farine enrichie (MFE)</b>	Dans le cadre de ce guide, un MFE est principalement composé de céréales disponibles localement qui sont mélangées et auxquelles d'autres ingrédients/aliments sont ajoutés. Cela augmente la valeur nutritionnelle du mélange et répond aux préférences alimentaires et gustatives locales ainsi qu'à la disponibilité des différents ingrédients qui composent le mélange. Il n'inclut pas l'utilisation de pré-mélanges fortifiants.
<b>Recommandation basée sur l'alimentation (RBA)</b>	Recommandation alimentaire visant à promouvoir la consommation d'un aliment ou d'un groupe d'aliments particulier pour les membres d'un groupe spécifique. Peut inclure la fréquence recommandée de consommation des aliments ou groupes d'aliments sur une période d'un jour ou d'une semaine (Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture/Organisation mondiale de la Santé 2001).
<b>Table de composition des aliments (TCA)</b>	Liste d'aliments ayant fait l'objet d'une analyse chimique et pour lesquels on dispose d'une connaissance vérifiable de leur contenu nutritionnel. Tous les pays ne disposent pas d'un TCA récent. Il peut y avoir des options régionales qui peuvent être utiles pour identifier des ingrédients similaires.
<b>Sécurité des aliments</b>	Conditions et pratiques qui préservent la qualité des aliments afin de prévenir la contamination et les maladies d'origine alimentaire.
<b>Liste d'identification des aliments clés</b>	Dans le cadre de ce guide, il s'agit des aliments en surface (jusqu'à 31) qui peuvent être utilisés dans le menu des aliments clés ou dans le calculateur nutritionnel.
<b>Composition des nutriments</b>	La densité calorique, les macronutriments (lipides, protéines, glucides) et les micronutriments (vitamines et minéraux) d'un aliment.
<b>Nutriments préoccupants</b>	Les principaux micronutriments manquants dans une population spécifique, sur la base de données primaires ou secondaires.
<b>Facteur de rétention</b>	Ajuste le niveau de chaque vitamine ou minéral dans un ingrédient en fonction du processus de préparation et de cuisson entrepris. Chaque méthode de cuisson et la durée de cuisson des aliments peuvent avoir des effets différents sur les nutriments individuels.

# Introduction

L'outil Excel d'optimisation des régimes alimentaires locaux (ORA), vous aide à identifier les aliments disponibles localement et riches en nutriments. Cet outil tient également compte des facteurs susceptibles d'influencer l'efficacité ou l'assimilation des aliments identifiés, notamment l'acceptabilité culturelle, la disponibilité d'aliments enrichis/de poudres et de suppléments de micronutriments multiples, la sécurité alimentaire et les considérations relatives à la durabilité.

Cet outil fait partie du *guide Optimiser les régimes alimentaires en utilisant des aliments locaux pour améliorer la nutrition des femmes et des enfants*, qui consiste en un ensemble de ressources et soutient les partenaires de mise en œuvre du Bureau de l'assistance humanitaire pour l'activité de résilience et de sécurité alimentaire (RFSA) dans l'élaboration d'approches basées sur les aliments locaux. Il décrit deux parcours à envisager pour optimiser l'utilisation des aliments locaux. En fonction du

contexte de votre programme, vous pouvez opter pour une approche basée sur l'alimentation des ménages pour les aliments complémentaires, ou pour une approche axée sur le marché pour la production d'aliments complémentaires mélangés enrichis. Une approche fondée sur l'alimentation est définie comme incluant la production alimentaire, la diversification alimentaire et l'enrichissement des aliments, qui sont considérés comme des stratégies durables pour améliorer la nutrition (FAO/CABI 2014). L'approche basée sur l'alimentation des ménages se concentre sur l'identification des aliments locaux riches en nutriments qui peuvent être promus et qui sont produits ou achetés par les ménages. Dans ce contexte, une approche axée sur le marché est également une approche fondée sur l'alimentation locale, car elle s'appuie sur les aliments locaux produits dans la zone du programme pour développer des aliments complémentaires enrichis. L'outil ORA s'applique à la fois au parcours des ménages et au parcours du marché. Ces instructions vous aideront à utiliser l'outil ORA.

L'outil ORA vous permet de développer deux choses :

**Option 1 :** Un menu des aliments clés classés par ordre de priorité (Feuille 3A) en fonction des besoins nutritionnels spécifiques de votre contexte. Cette liste peut être utilisée pour promouvoir des aliments et des groupes d'aliments clés, sur la base des besoins nutritionnels de toute population au niveau des ménages. Le [dossier d'évaluation de l'environnement alimentaire](#) peut également être utile à cet égard.

**Option 2 :** Formulations de recommandations basées sur l'alimentation (RBA) riche en nutriments ou de mélanges à base de farine enrichie (MFE) pour les enfants de moins de deux ans (Feuilles 3B–4B) à l'usage des partenaires de mise en œuvre de RFSA qui travaillent avec :



- Les **ménages** pour soutenir l'alimentation complémentaire ainsi que la préparation et la consommation de repas plus nutritifs. Dans ce cas, les RBA peuvent être considérés comme une recette pour la préparation des aliments ou comme des options clés d'aliments locaux riches en nutriments convenant aux enfants de moins de deux ans.



- Les **petites et moyennes entreprises** pour développer un mélange à base de farine enrichie qui peut être commercialisé pour des consommateurs spécifiques (par exemple, vendu en portion individuelle ou en sachet d'un kilogramme, selon les préférences des consommateurs).

**Le Guide d'optimisation des régimes alimentaires comprend 7 parties :**

1. **Vue d'ensemble**
2. **Outil d'optimisation des régimes alimentaires locaux (ORA)**
3. **Manuel d'instruction pour ORA**
4. **Cahier d'exercices sur le parcours des ménages**
5. **Cahier d'exercices sur le parcours du marché**
6. **Outil de calcul du modèle d'affaires (CMA)**
7. **Manuel d'instruction pour CMA**

Dans le cadre du guide général, cet outil ORA peut être utilisé au début d'une RFSA<sup>1</sup> pour identifier le menu des aliments clés, les RBA ou les MFE les plus appropriés. Cet outil :

- Est adapté à l'utilisation par une variété de parties prenantes et d'applications.
  - Par exemple, cet outil comprend également une fiche pour les enfants âgés de deux à cinq ans, au cas où un programme souhaiterait développer des RBA utilisant des aliments locaux pour la prévention et la gestion de la malnutrition aiguë modérée.
- S'appuie sur des données provenant de tables de composition des aliments (TCA) accessibles au public et aussi proches que possible du contexte géographique.
- Peut prendre en compte les ingrédients enrichis disponibles et les poudres et suppléments de micronutriments multiples que les populations spécifiques consomment régulièrement.
- Produit des résultats qui tiennent compte de l'adéquation culturelle, de la sécurité alimentaire, de la saisonnalité et de la densité nutritionnelle.

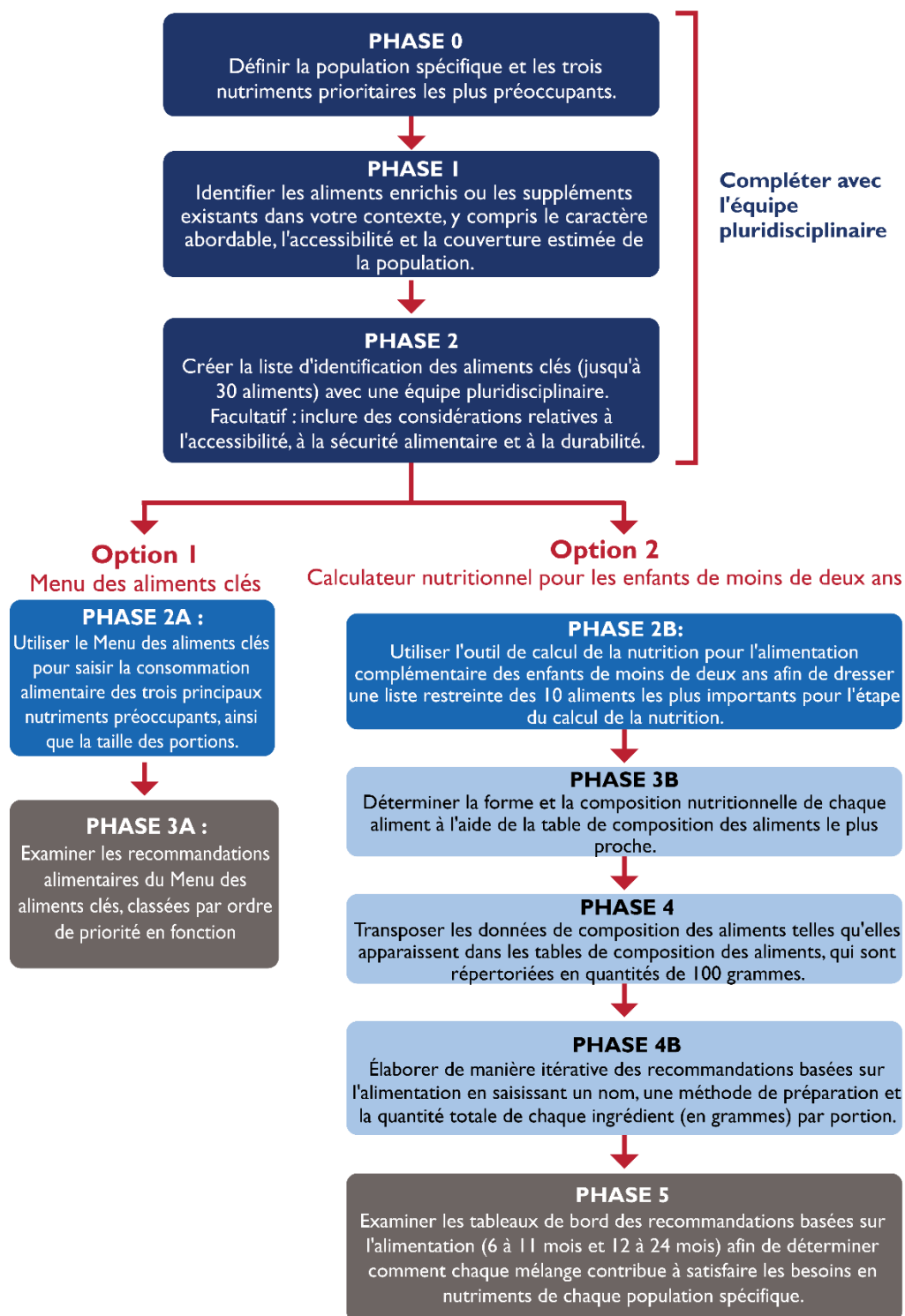
Les produits doivent être conçus de manière à prendre en compte différents facteurs afin de garantir l'adéquation des ingrédients et des fortifiants lors de l'incorporation de matières premières locales.

**Il convient de noter que dans le cas de l'élaboration de RBA et de MFE basés sur des aliments locaux, si des poudres de micronutriments multiples sont disponibles et peuvent être promues, elles devraient l'être en même temps que les aliments et mélanges locaux afin de soutenir davantage les régimes alimentaires optimaux des enfants âgés de 6 à 23 mois, car des lacunes nutritionnelles peuvent subsister même avec l'utilisation d'un mélange d'aliments locaux.**

---

<sup>1</sup>Cet outil peut être utilisé à n'importe quel stade d'une RFSA, mais il est fortement recommandé de le faire pendant la période d'affinement et de mise en œuvre, car ses résultats nécessiteront probablement des ajustements et des itérations pour aboutir à un ensemble d'aliments viables à promouvoir ou à un MFE à produire.

## Graphique 1. Utiliser l'outil ORA pour élaborer des recommandations basées sur l'alimentation





# Étapes à suivre pour utiliser le Calculateur

Les étapes suivantes (Phases 0 à 5) correspondent aux Phases 0 à 5 de l'outil ORA.

## Phase 0 : Définir la population spécifique et le(s) nutriment(s) préoccupant(s)

<b>Objectif(s)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Définir la population spécifique (une population à la fois).</li><li>• Préciser les principaux éléments nutritifs préoccupants pour la population spécifique.<ul style="list-style-type: none"><li>— Les protéines sont toujours incluses. Sélectionner jusqu'à trois micronutriments essentiels manquants dans la liste déroulante.</li></ul></li></ul>
<b>Informations nécessaires</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tranche d'âge spécifique de la population (0.1).<ul style="list-style-type: none"><li>— Menu des aliments clés (Option 1)<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Toute population</li></ul></li><li>— Calculateur nutritionnel (Option 2)<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Enfants de moins de deux ans uniquement</li></ul></li></ul></li><li>• Sur la base de données secondaires, déterminer les trois principaux nutriments préoccupants parmi les nutriments suivants (les protéines sont toujours incluses).<ul style="list-style-type: none"><li>— Les principaux micronutriments préoccupants sont le fer, le folate ou l'acide folique, les vitamines A et B12, la niacine, le calcium et le zinc.</li></ul></li></ul>
<b>Ressources</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Les nutriments préoccupants dans votre contexte local peuvent être disponibles en utilisant les ressources suivantes (données secondaires) :<ul style="list-style-type: none"><li>— <a href="#">Tableau de bord des systèmes alimentaires</a></li><li>— Le <a href="#">StatCompiler</a> (compilateur de statistiques), et les rapports d'enquêtes représentatives au niveau national telles que les enquêtes par grappes à indicateurs multiples (MICS), les enquêtes démographiques et de santé (EDS), les enquêtes sur les micronutriments, les enquêtes SMART, et les données nationales de surveillance de la nutrition telles que le DHIS2, (d'autres sources peuvent inclure l'Organisation mondiale de la Santé, l'UNICEF, et les tableaux de bord des données nationales de la Banque mondiale).</li><li>— <a href="#">Outil de données sur la consommation alimentaire individuelle mondiale FAO/OMS</a></li></ul></li></ul>

Pour optimiser la consommation d'un régime alimentaire sain, il faut d'abord définir la ou les populations spécifiques et identifier leurs besoins nutritionnels uniques.

En tant qu'équipe pluridisciplinaire, répondez aux questions suivantes :

- Quelle(s) est(sont) la (les) population(s) visée(s) par cette liste d'aliments clés ? (Ligne 5 ; Feuille 1).
  - Liste d'aliments clés (Option 1) : peut être utilisée avec n'importe quelle population.
  - Calculateur nutritionnel (Option 2) : ne peut être utilisé qu'avec des enfants de moins de 2 ans.
- Quels sont les besoins uniques en micronutriments dans la zone de mise en œuvre de votre projet et pour votre/vos population(s) spécifique(s) ? (Voir les ressources de données secondaires ci-dessus) (Ligne 8 ; Feuille 1)

## Exemple de capture d'écran

### Identification des aliments enrichis / suppléments

Phase 0 : Définir la ou les populations spécifiques et le ou les nutriments concernés pour l'option 1 ou l'option 2

		Menu des aliments clés (Option 1)							Gestion MAM	Calcul de nutrition ANJE (Option 2)
		Adultes - Hommes	Adultes - Femmes	Adultes - FEA	Adolescents (14 à 18 ans)	Enfants (5 à 8 ans)	Enfants (2 à 5 ans)	Enfants (6 à 24 mois)	Autre (insérer ci-dessous)	
0.1	Cocher la case correspondant à la ou les population(s) cible(s) de ce FBD.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
0.2	En plus des protéines, et par ordre de priorité des nutriments préoccupants, veuillez sélectionner les 1 à 3 nutriments les plus préoccupants	<b>Protéines &amp;</b>	Sélectionner Nb1 Micronutriment préoccupant	Sélectionner Nb2 Micronutriment préoccupant	Sélectionner Nb3 Micronutriment préoccupant					
		Protéines (g)								

### Phase I : Identifier les aliments enrichis ou les suppléments existants dans votre contexte

<b>Objectif(s)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En tant qu'équipe pluridisciplinaire, identifier et documenter les aliments enrichis et/ou les poudres de micronutriments multiples et/ou les suppléments disponibles en fonction du contexte.</li> <li>• Documenter les types, l'accessibilité et la couverture de la population (par exemple, la portée géographique et/ou démographique de l'aliment enrichi ou du supplément) des aliments enrichis et/ou des suppléments spécifiques au contexte (jusqu'à 7).           <ul style="list-style-type: none"> <li>— Couverture actuelle de la population en aliments/compléments enrichis, conformément aux objectifs du projet (par exemple, couverture des groupes d'enfants vulnérables).</li> </ul> </li> </ul>
<b>Informations nécessaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les aliments enrichis et/ou les compléments disponibles dans la région et dans un contexte spécifique (jusqu'à 7).           <ul style="list-style-type: none"> <li>— <a href="#">Exemple d'analyse pour le Mozambique.</a></li> </ul> </li> <li>• La forme (par exemple, en poudre) de chaque aliment et/ou complément enrichi</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Composition nutritionnelle des aliments et/ou suppléments enrichis</li> <li>• Acceptabilité</li> <li>• Politiques gouvernementales et soutien opérationnel pour les compléments/aliments</li> <li>• Couverture de la population (sélectionnez élevée, moyenne ou faible) <ul style="list-style-type: none"> <li>— Ajouter une source de données secondaires sur la couverture de la population (Feuille 1 ; N16)</li> </ul> </li> </ul>
<b>Actions requises</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documenter ces aliments enrichis et/ou compléments, y compris leur accessibilité, leur couverture et leur durabilité (lignes <b>13 à 33</b>).</li> </ul>
<b>Ressources</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Base de données d'échange de données sur l'enrichissement dans le monde</a></li> </ul>

## Exemple de capture d'écran

Phase I : Identifier les aliments enrichis ou les suppléments existants dans votre contexte														
N°	Nom de l'aliment / Marque	Population cible	Type d'aliment/supplément enrichi	Forme	Accessibilité	Trimestres de l'année				Considérations liées à la Soutenu / promu par le gouvernement ?		Couverture des aliments ou		Commentaires / Observations additionnels pour la sélection des aliments clés
						Janvier-Mars	Avril-Juin	Juillet-Sept	Oct-Déc	Souhaité	Couverture de la population*	Source de données pour la couverture		
1	Poudre de micronutriments multiples				Disponibilité									La disponibilité est faible et le coût n'est pas abordable dans ce contexte.
					Abordabilité									
					Origine									
2	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									
3	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									
4	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									
5	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									
6	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									
7	[insérer le nom de l'aliment/complément enrichi]				Disponibilité									
					Abordabilité									
					Origine									

\*Note : Quelle proportion de la population a accès à ces aliments enrichis ? Il peut s'agir d'une évaluation subjective basée sur des données secondaires.

## Étape 2 : Créer une liste d'identification des aliments clés (jusqu'à 31 aliments)

<p><b>Objectif(s)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Créer une liste d'identification des aliments clés (jusqu'à 31 aliments diversifiés et nutritifs) à utiliser dans votre programme de nutrition.</li> <li>• Déterminer l'option (1 ou 2) dont votre équipe a besoin pour atteindre vos objectifs :             <ul style="list-style-type: none"> <li>— 3A : Option 1 : Menu des aliments clés                 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jusqu'à 31 aliments peuvent être utilisés</li> </ul> </li> <li>— 3B : Option 2 : Calculateur nutritionnel (RBA/mélanges)                 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jusqu'à 10 aliments peuvent être présélectionnés</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Informations nécessaires</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Établir et affiner une liste d'aliments clés, en fonction de votre contexte local, avec le soutien d'une équipe pluridisciplinaire. Utiliser les critères suivants pour chaque aliment et préciser :             <ul style="list-style-type: none"> <li>— La variété d'espèces et/ou nom local (quel est le nom local de l'aliment sélectionné ou de la variété/espèce sélectionnée ?) Cela permettra d'identifier les données les plus appropriées à utiliser au sein de vos TCA locales, et de fournir un contexte à la variabilité potentielle entre les différentes variétés d'aliments.</li> <li>— La forme de l'aliment utilisé (quelle forme sera utilisée ? (Par exemple, frais/cru, cuit, fumé, farine)).</li> <li>— Le groupe alimentaire (identifié par le Guide DAMF 2021).</li> <li>— L'origine : quelle est l'origine de la nourriture ? Est-elle locale, régionale ou importée d'un autre pays ? La préférence va aux aliments locaux pour des raisons d'accessibilité financière et de durabilité.</li> <li>— La saisonnalité (quand ces aliments sont-ils le plus et le moins disponibles au cours de l'année ?).</li> <li>— Les considérations relatives à la durabilité (prise en compte de l'adéquation culturelle, de la résilience climatique, de la facilité de production/transformation, des faibles besoins en intrants agricoles, de la charge de travail des femmes et de la sécurité alimentaire)</li> <li>— Si vous choisissez l'<b>Option 1</b>, remplissez les colonnes AB6 à AF95. Si vous n'utilisez que l'Option 1, arrêtez-vous ici.</li> <li>— Si vous choisissez l'<b>Option 2</b>, sélectionnez les 10 principaux aliments à utiliser dans le calculateur nutritionnel (colonne AG).</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Ressources</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Classification du groupe alimentaire : <a href="#">UN FAO MDD-W 2021 Guide</a> (Guide des NU FAO sur la diversité alimentaire minimale pour les femmes, 2021).</li> <li>• INFOODS (FAO) <a href="#">Liste des tables de composition des aliments</a></li> </ul>

## Liste d'identification des aliments clés — Instructions

Votre équipe pluridisciplinaire doit établir une liste d'identification des aliments clés (Feuille 2) comprenant jusqu'à 31 aliments qui seront utilisés dans l'Option 1 ou 2. Les aliments doivent être ajoutés dans le groupe alimentaire correspondant. Cette étape facilite le processus en demandant aux utilisateurs de tenir compte de la disponibilité saisonnière, des évaluations du marché (accessibilité, disponibilité et abordabilité) et des considérations de durabilité par groupe d'aliments. Les données nécessaires pour établir la liste d'identification des aliments clés (par exemple, saisonnalité, considérations relatives à la durabilité) peuvent être obtenues à partir de sources de données secondaires et/ou de la collecte de données primaires (y compris des discussions de groupe au sein de la communauté, des évaluations de l'environnement alimentaire, des évaluations du marché, etc.) L'[outil d'évaluation de l'environnement alimentaire](#) peut également être utile à ce stade.

Pensez à ajouter des aliments de chacun des différents groupes alimentaires. Lors de l'élaboration de cette liste, il vous sera demandé d'identifier l'espèce, la variété et le nom local afin de vous assurer que vous identifiez clairement le nom de l'aliment (pour référence dans les tables de composition des aliments), le groupe alimentaire auquel il se rapporte et la forme sous laquelle il est utilisé (par exemple, bouilli, farine, pâte).

La phase suivante consiste à déterminer la RBA que vous souhaitez obtenir comme sortie (Option 1 ou 2) :

### Exemple de capture d'écran

## Liste d'identification des aliments clés

Phase 2 : Dresser une liste d'aliments clés diversifiés, couvrant tous les groupes d'aliments, avec votre équipe pluridisciplinaire.

Cherchez-vous à créer un menu d'aliments clés (processus simplifié) ou à créer une recommandation basée sur les aliments à l'aide du calculateur nutritionnel ?

Menu des  
aliments clés   
(Option 1)

Calculateur  
nutritionnel   
(Option 2)

- **Option 1 (jusqu'à 31 aliments) :** Élaborer une **liste d'aliments clés classés par ordre de priorité (Phase 3A)** en fonction des besoins en micronutriments de la population spécifique. Cette option peut être utilisée pour promouvoir des aliments et des groupes d'aliments clés au niveau des ménages.
  - a. Cochez la case de la cellule **I3**.
  - b. Avec votre équipe pluridisciplinaire, dressez une liste de 31 aliments, classés par groupes alimentaires.
  - c. Complétez les considérations pour chaque aliment répertorié (tableau 1), y compris les considérations relatives à la saisonnalité et à la durabilité (facultatif).
  - d. Ensuite, identifiez et saisissez la composition nutritionnelle des trois nutriments préoccupants et des protéines que vous avez sélectionnés (**colonnes Y-AB**) à l'aide de la TCA, qui sont indiqués pour des quantités de 100g. La composition nutritionnelle des aliments courants peut être consultée dans la feuille « Aliments courants TCA. » Transposez la composition nutritionnelle des aliments courants et/ou des TCA sur la base de quantités de 100 g. À partir de là, l'outil calcule les nutriments moyens par portion d'aliment, sur la base des tailles de portion estimées par groupe d'aliments.

- e. Enfin, passez en revue le **menu des aliments clés** (instructions ci-dessous).
- **Option 2 (jusqu'à 10 aliments présélectionnés)** : Élaborer des formulations de **RBA** ou de **MFE pour les enfants de moins de deux ans** à l'intention des partenaires de mise en œuvre de RFSa. Jusqu'à 10 aliments peuvent être présélectionnés pour élaborer des RBA et MFE (à l'exception du sucre et du sel). Ce nombre réduit d'aliments permet de s'assurer que les recommandations et les mélanges ne sont pas irréalisables, car ils contiennent trop d'ingrédients. Cet outil peut être utilisé pour deux groupes d'enfants, âgés de 6 à 11 mois et de 12 à 23 mois. Il existe deux versions de l'Option 2 (feuilles séparées) pour chaque tranche d'âge d'enfant de moins de 2 ans.
    - a. **L'Option 2 est l'outil de calcul nutritionnel** utilisé pour définir des RBA ou des MFE, cochez la case dans la cellule M3.
      - Parmi les 31 aliments de la liste combinée, sélectionnez les 10 premiers pour les utiliser dans le calculateur nutritionnel (colonne AD). Ces aliments s'inscrivent automatiquement dans la feuille 3B, où vous pouvez ajouter des données détaillées sur la composition nutritionnelle.
      - Suivez les instructions ci-dessous (Option 2).
      - **Important** : les aliments que vous sélectionnez pour la composition de la RBA doivent contenir au moins un groupe d'aliments, voire plus, en fonction de la population.
  - Remplissez la liste d'identification des aliments clés en indiquant le nom de l'aliment, la variété/le nom local, le groupe d'aliments (avec une spécification pour le régime quotidien minimum pour les femmes), et sélectionnez la forme de l'aliment dans la liste déroulante (par exemple, séché, frais/cru, fumé, en poudre, en pâte). Voir les instructions pour remplir la liste d'identification des aliments clés dans le tableau I.

**Tableau I. Disponibilité, accessibilité et abordabilité des denrées alimentaires (facultatif)**

<p><b>Disponibilité saisonnière</b></p> <p>Spécifiez les trimestres au cours desquels la nourriture est disponible à l'aide des options déroulantes suivantes</p> <p>Précisez le trimestre au cours duquel l'aliment est disponible :</p> <p>Élevé = « H » (disponibilité maximale au cours du trimestre)</p> <p>Moyen = « M » (disponibilité modérée)</p> <p>Faible = « L » (disponibilité minimale)</p> <p>NA = « N » (non disponible)</p> <p><b>Prix par unité ou niveau d'effort</b> : Indiquez l'unité (quantité à préciser) et le prix (valeur monétaire) sur la base de l'année précédente. Cela permettra à l'équipe d'estimer le coût de chaque aliment et d'examiner les questions d'accessibilité financière. Sélectionnez faible, moyen ou élevé pour refléter le prix unitaire.</p> <p>Par exemple : un sac de maïs de 50 kg coûte 50 \$ (H) en mai, juin et juillet ; la même quantité coûte 40 \$ (M) pendant les autres mois de l'année.</p>
--

S'il n'est pas possible de collecter des données sur les prix unitaires, envisagez de fournir une indication sur le niveau d'effort nécessaire à la production ou à la collecte d'un certain aliment. Indiquez un niveau d'effort faible, moyen ou élevé.

Par exemple : les fruits du baobab sont cueillis par la mère de famille. Il lui faudra peut-être une demi-journée pour cueillir suffisamment de fruits pour la semaine (niveau d'effort élevé). D'autres fruits sauvages sont disponibles en plus grande quantité et il ne faut qu'une demi-heure pour cueillir une semaine de fruits (faible niveau d'effort).

**Origine :** Indiquez l'origine de l'aliment en utilisant les options du menu déroulant.

Source locale (SL) = au sein de la communauté ou du district (par exemple, localité immédiate).

Source domestique (SD) = dans le pays, mais provenant d'une autre région/zone agro-écologique.

Importé (I) = provenant d'un pays voisin ou d'un autre continent.

Mixte (M) = parfois disponible au niveau local/domestique, parfois importé.

### Considérations sur le développement durable (facultatif)

Les considérations relatives à la durabilité aident les utilisateurs à comprendre les implications plus larges de la sélection de certains aliments. Cette information est facultative, mais elle peut contribuer à donner une image plus globale des aliments et de l'intervention associée. Avec une équipe pluridisciplinaire, déterminez les facteurs de durabilité pour chaque aliment en examinant les considérations économiques, sociales et environnementales suivantes. Indiquez si chaque considération constitue une limitation potentielle en sélectionnant élevé, moyen ou faible.

**Désirabilité/adéquation culturelle.** Par exemple : si l'aliment est très désiré par le consommateur visé, et culturellement approprié, sélectionnez « **élevé.** »

**Résilience climatique.** Par exemple : si l'aliment est résistant à la sécheresse ou tolérant à la chaleur, sélectionnez « **élevé.** »

**Facilité de production/transformation.** Par exemple : si l'aliment est facile [ne prend pas de temps] à produire ou à récolter dans l'environnement local (champs ou potagers familiaux), sélectionnez « **élevé.** »

**Faibles besoins en intrants agricoles.** Par exemple : si la culture de l'aliment nécessite des pesticides ou des engrais [coûteux], sélectionnez « **faible.** »

**Charge de travail des femmes.** Par exemple : si l'aliment nécessite un temps supplémentaire pour les femmes [nettoyage, transformation, traitement ou préparation], sélectionnez « **élevé.** »

**Sécurité des aliments.** Par exemple : si l'aliment présente un risque élevé d'aflatoxines [problème de sécurité des aliments], sélectionnez « **élevé.** » La sécurité des aliments dans le contexte de la préparation des aliments au niveau du ménage après la récolte (par exemple, les aflatoxines), la préparation des aliments au niveau du ménage et les mélanges complémentaires.



## Exemple de capture d'écran

<b>Liste d'identification des aliments clés</b>					
Phase 2 : Dresser une liste d'aliments clés diversifiés, couvrant tous les groupes d'aliments, avec votre équipe pluridisciplinaire.					
Cherchez-vous à créer un menu d'aliments clés (processus simplifié) ou à créer une recommandation basée sur les aliments à l'aide du calculateur nutritionnel ?					
N°	Nom de l'aliment	Variété/Nom local	Groupe alimentaire	Forme des aliments	Origine des aliments
<b>1. Céréales, racines blanches, tubercules, plantains (DAMF)</b>					
1					
2					
3					
4					
<b>2. Légumineuses (haricots, pois, lentilles) DAMF</b>					
5					
6					
7					

## Exemple de capture d'écran

Mois de l'année				Considérations liées à la durabilité *(descriptions à la ligne 2)					
Janvier-Mars	Avril-Juin	Juil-Sept	Oct-Déc	Désirabilité/adéquation culturelle	Résilience climatique	Facilité de production/transformation	Faible besoin en intrants agricoles	Charge de travail des femmes	Sécurité des aliments

## OPTION I : Menu des aliments clés (Phase 3A)

### Examiner le menu des aliments clés

#### Objectif(s)


- Passez en revue les aliments prioritaires, par groupe d'aliments, à promouvoir dans votre contexte local en fonction de la composition en nutriments de chaque aliment. Les résultats de la liste des aliments clés seront classés en fonction des trois principaux nutriments préoccupants.

- Il s'agit de la dernière étape si vous choisissez l'**Option I (Phase 3A)**. Dans cette feuille, vous verrez tous les aliments répertoriés, classés en fonction des principaux nutriments préoccupants par portion de chaque aliment. Sous chaque groupe d'aliments, vous trouverez la taille des portions recommandées pour les enfants de moins de 2 ans, de moins de 5 ans et les adultes.
- En tant qu'équipe pluridisciplinaire, examinez la liste des aliments clés, qui indique ceux qu'il est le plus approprié de promouvoir dans votre contexte. Vous pouvez imprimer cette feuille au format PDF et la partager avec des spécialistes de l'agriculture et du développement des marchés, des professionnels de la nutrition et/ou des programmeurs afin de guider leurs décisions. Par exemple, si la vitamine A est le nutriment le plus préoccupant, utilisez la liste des aliments clés et sélectionnez ceux qui figurent en tête de liste pour chaque groupe d'aliments.
- Cette liste d'aliments clés (Feuille 3A) peut être utilisée sous forme d'infographie à partager avec les ménages et les programmes visant à augmenter la consommation d'aliments diversifiés et riches en nutriments, qui sont de bonnes sources de nutriments essentiels.

## Exemple de capture d'écran

### Menu des aliments clés (Option 1)

Phase 3A : Passer en revue le menu des aliments clés, qui est organisé en fonction des trois principaux nutriments concernés, par portion.

Les 3 nutriments les plus préoccupants					Folate (mcg), Calcium (mg), Iron (mg)														
<b>Nutriments par portion</b> <b>Légumes</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)					<b>Nutriments par portion</b> <b>Légumes à feuilles vertes foncées</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)					<b>Nutriments par portion</b> <b>Céréales, racines blanches, tubercules, plantains</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)									
Portion moyenne par repas en grammes (g) 40					Portion moyenne par repas en grammes (g) 10					Portion moyenne par repas en grammes (g) 60									
Enfant de moins de 2 ans 55					Enfant de moins de 2 ans 15					Enfant de moins de 2 ans 80									
Adultes 75					Adultes 30					Adultes 150									
FEA 100					FEA 50					FEA 175									
<p>Choisissez 3 à 4 groupes d'aliments (légumes, fruits, féculents, protéines) par repas pour améliorer l'adéquation en nutriments. Nous suggérons d'intégrer ces divers groupes d'aliments dans les repas de façon régulière tout au long de la semaine (par exemple, 2 à 4 fois par semaine).</p>  <p><b>LÉGUMES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Légumes à feuilles vertes foncées</li> <li>Légumes riches en vitamine A</li> </ul> <p><b>FÉCULENTS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Céréales</li> <li>Racines blanches</li> <li>Tubercules</li> <li>Plantains</li> </ul> <p><b>FRUITS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fruits riches en vitamine A</li> <li>Agaves</li> </ul> <p><b>ALIMENTS PROTÉINÉS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Légumes secs (haricots, pois, lentilles)</li> <li>Fruits à coque et graines</li> <li>Aliments d'origine animale (y compris la viande/poisson, les produits laitiers, les œufs)</li> </ul>																			
<b>Nutriments par portion</b> <b>Fruits</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)					<b>Nutriments par portion</b> <b>Légumineuses (haricots, pois, lentilles)</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)					<b>Nutriments par portion</b> <b>Fruits à coque et graines</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)									
Portion moyenne par repas en grammes (g) 40					Portion moyenne par repas en grammes (g) 40					Portion moyenne par repas en grammes (g) 10									
Enfant de moins de 2 ans 60					Enfant de moins de 2 ans 70					Enfant de moins de 2 ans 15									
Adultes 80					Adultes 125					Adultes 30									
FEA 100					FEA 150					FEA 40									
<b>Nutriments par portion</b> <b>Aliments d'origine animale</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)										<b>Nutriments par portion</b> <b>Viande et fruits de mer</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)									
Portion moyenne par repas en grammes (g) 30										Portion moyenne par repas en grammes (g) 30									
Enfant de moins de 2 ans 45										Enfant de moins de 2 ans 45									
Adultes 75										Adultes 75									
FEA 100										FEA 100									
<b>Nutriments par portion</b> <b>Lait (trais, en poudre)</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)										<b>Nutriments par portion</b> <b>Yaourt</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)									
Portion moyenne par repas en grammes (g) 80										Portion moyenne par repas en grammes (g) 0.0									
Enfant de moins de 2 ans 120										Enfant de moins de 2 ans 0.0									
Adultes 250										Adultes 0.0									
FEA 250										FEA 0.0									
<b>Nutriments par portion</b> <b>Œufs</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)										<b>Nutriments par portion</b> <b>Eggs</b> Protéines (g) Folate (mcg) Calcium (mg) Iron (mg)									
Portion moyenne par repas en grammes (g) 25										Portion moyenne par repas en grammes (g) 0.0									
Enfant de moins de 2 ans 50										Enfant de moins de 2 ans 0.0									
Adultes 50										Adultes 0.0									
FEA 70										FEA 0.0									

## OPTION 2 : Outil de calcul de la nutrition pour les enfants de moins de 2 ans et les enfants de 2 à 5 ans (Phases 3B et Phase 4)

### Phases 3B : Identification et saisie des données sur la composition nutritionnelle des aliments présélectionnés

<b>Objectif(s)</b>	<p><b>Phase 3B :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Déterminer la taille approximative d'une portion pour un repas (en grammes) pour une population spécifique. Des fourchettes de recommandations sont fournies pour chacune des populations suivantes :<ul style="list-style-type: none"><li>— De 6 à 11 mois</li><li>— De 12 à 24 mois</li><li>— De 2 à 5 ans [MAM]</li></ul></li><li>• Informations détaillées sur les denrées alimentaires présélectionnées.</li><li>• Transposer les données de composition nutritionnelle telles qu'elles apparaissent sur la TCA la plus proche.<ul style="list-style-type: none"><li>— <i>Note : de nombreux aliments courants ont été ajoutés à la feuille « Aliments courants TCA ». Vérifiez d'abord ici si les aliments que vous avez sélectionnés sont disponibles.</i></li></ul></li></ul>
<b>Informations nécessaires</b>	<p><b>Phase 3B :</b> Pour les denrées alimentaires présélectionnées, ajoutez les informations suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>— Noms locaux et scientifiques, source de la composition nutritionnelle (par exemple, TCA) et lien hypertexte vers la source.</li><li>— Tous les aliments doivent être saisis sous leur forme correcte (par exemple, frais, séché).</li><li>• Transposer les données de composition nutritionnelle telles qu'elles apparaissent sur la TCA la plus proche :<ul style="list-style-type: none"><li>— Saisir la composition nutritionnelle de tous les nutriments, exactement telle qu'elle apparaît dans les TCA sélectionnées, qui sont en quantités de 100 grammes.</li><li>— Inclure tous les aliments enrichis ou compléments facultatifs identifiés à la Phase I (par exemple, les mélanges de vitamines ou les compléments) dans la colonne O. Il s'agit d'une seule portion.</li></ul></li></ul>
<b>Ressources</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>INFOODS (FAO) :</b> <a href="#">TCA</a><ul style="list-style-type: none"><li>— Exemples :<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <a href="#">Table de composition des aliments FAO/INFOODS pour l'Afrique de l'Ouest (2019)</a></li><li>▪ <a href="#">Base de données centrale des aliments de l'USDA (2021)</a></li><li>▪ <a href="#">TCA Kenya (2018)</a></li><li>▪ <a href="#">TCA consultable Australie (2021)</a></li><li>▪ <a href="#">Base de données de l'ANASE sur la composition des aliments (2014)</a></li></ul></li></ul></li></ul>

- **Phase 3B** : Compléter les informations détaillées sur les aliments présélectionnés. Le nombre maximum d'aliments est de 10, mais dans l'idéal, les RBA en contiennent 5 à 7, à l'exclusion du sucre et du sel. La limitation du nombre d'ingrédients à 10 vise à encourager l'accessibilité et la disponibilité tout au long de l'année des RBA pour les ménages et/ou les transformateurs de produits alimentaires. Les phases suivantes doivent être suivies pour les enfants de 6 à 11 mois [Feuilles 3B-4B) Calculateur nutritionnel (6 à 11 mois)]. Toutes les informations ajoutées seront automatiquement copiées dans la feuille des enfants âgés de 12 à 23 mois et des enfants de 2 à 5 ans, à l'exception des portions estimées et de la quantité de chaque ingrédient, qui devront être ajustées pour les enfants plus âgés. Les ajustements peuvent être effectués dans la feuille 3B-4B Calculateur nutritionnel (12 à 24 mois).
  - Déterminer la taille approximative d'une portion pour un repas (en grammes) pour chaque population spécifique. Inscrivez ce nombre en grammes dans la cellule C4. Les fourchettes quotidiennes recommandées (en grammes) sont indiquées pour les enfants de moins de 2 ans à côté de la **cellule C4**.
  - Ajouter le nom local, s'il est différent du nom commun, dans la **colonne C**.
  - Ajouter le nom scientifique de chaque ingrédient dans la **colonne D**. Vous pouvez le trouver en effectuant une simple recherche sur Google.
  - Dans la **colonne E**, indiquer la forme sous laquelle se présente chaque ingrédient avant d'être ajouté à la recette/formulation (frais/cru, séché, farine, pâte, cuit au four, rôti, fumé, bouilli/cuit, ou en poudre).
  - Sélectionner le groupe alimentaire dans la **colonne F**.
  - Inscrire le nom de la TCA pour chaque denrée alimentaire dans la **colonne H**.
    - Identifiez les TCA les plus appropriées (par exemple, les plus récentes et les plus proches) à votre zone géographique ciblée, qui contiennent également les aliments du calculateur (colonnes G à H).
  - Ajouter le lien hypertexte vers la source TCA dans la **colonne I**.
  - Les compléments et les prémélanges seront ajoutés à la Phase 4 (colonne O).
- Ajouter les données relatives à la composition des aliments pour chaque aliment présélectionné (ligne 17). Cette phase doit être vérifiée par un collègue pour garantir une transcription exacte.
  - Examiner la **feuille Composition des aliments** pour déterminer si des données sur la composition des aliments sont déjà disponibles pour l'un des aliments présélectionnés. Copier et coller ces valeurs à la Phase 4. Si ce n'est pas le cas, retrouver les aliments dans la TCA la plus proche.
  - Saisir les données EXACTEMENT telles qu'elles apparaissent dans les TCA sélectionnées dans les **cellules C16 à L35**. **Les données dans les TCA sont indiquées en quantités de 100 grammes.**

- (g) = grammes
- (mg) = milligrammes
- (mcg ou µg) = microgrammes

- *Note* : Si un aliment n'a pas de données de composition nutritionnelle enregistrées, vous pouvez le faire :
  - Trouvez le substitut le plus proche (par exemple, les épinards pour les légumes verts sauvages).
  - Consultez un laboratoire local pour effectuer une analyse nutritionnelle des aliments.

#### — ALIMENTS ENRICHIS FACULTATIFS

- Si le sucre et/ou le sel sont enrichis, ajouter chaque nutriment enrichi dans les **colonnes M et N** (pour 100 grammes de sel et/ou de sucre).
- Si un complément (par exemple, un mélange multivitaminé) est ajouté, ajoutez son nom dans la cellule **O18** et la composition nutritionnelle dans les **cellules O19 à O37**.

### Phase 4 : Élaborer et répéter jusqu'à quatre RBA/MFE

<b>Objectif(s)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Élaborer et répéter jusqu'à 4 RBA uniques, basées sur les ingrédients inclus, avec votre équipe d'experts.</li> </ul>
<b>Informations nécessaires</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La quantité totale de chaque aliment, en grammes, pour chaque RBA/mélange. Cela comprend jusqu'à 10 aliments uniques, du sucre ajouté, du sel ajouté et un complément facultatif.</li> </ul>

#### Instructions

1. Ajouter le nom de chaque RBA ou MFE (ligne 38).
2. **IMPORTANT** : Sélectionnez la méthode de préparation pour chaque RBA/MFE dans le menu déroulant de la **ligne 40**.
3. Ajouter la quantité totale de chaque aliment/ingrédient (en grammes) pour une portion pour votre population spécifique, y compris le sucre, le sel et les compléments facultatifs (C42 à F54). Chaque RBA doit être conçue pour soutenir **1 portion** de nourriture pour votre population spécifique.
  - a. Utiliser la « Taille estimée de la portion clé (encadré gris) » pour vous guider dans la détermination des portions par groupe d'aliments. Ces portions estimées correspondent à chaque tranche d'âge spécifique.

## Exemple de capture d'écran

Phase 4B : Élaborer des recommandations basées sur l'alimentation (RBA) ou des mélanges à base de farines enrichies (MFE)  
Saisir le nom, sélectionner la méthode de préparation et ajouter la quantité totale de chaque ingrédient (en grammes) pour un maximum de 4 RBA ou mélanges à base de farine enrichie.  
Max. 10 ingrédients par RBA. Du sucre, du sel et un mélange de vitamines sont ajoutés en plus.

RBA ou MFE N°		1	2	3	4					
Ajouter la RBA / le nom du mélange à base de farine enrichie		RBA N°1	RBA N°2	RBA N°3	RBA N°4	TAILLE ESTIMÉE DE LA PORTION CLÉ Portion moyenne par groupe d'aliments				
Sélectionner la méthode de préparation		Bouillie (<10 min)	Bouillie (<10 min)	Bouillie (<10 min)		GROUPE ALIMENTAIRE		6-11		
1										
2	0					1. Céréales, racines blanches, tubercules, plantains (DAMF)	40	grammes	1/4 tasse	
3	0					2. Légumineuses (haricots, pois, lentilles) DAMF	20		1/3 tasse	
4	0					3. Fruits à coque et graines (DAMF)	10		1 cs.	
5	0					4.1 Lait, produits laitiers (DAMF)	60		1/4 tasse	
6	0					4.2 Lait en poudre	10		1,25 cs.	
7	0					4.2 Fromages	10		1,25 cs.	
8	0					5. Viande, volaille, poisson (DAMF)	20		2 cs.	
9	0					6. Œufs (DAMF)	25		1/2 œuf	
10	0					7.1 (FRAIS) Légumes à feuilles foncées (DAMF)	10		1/4 tasse	
+	SUCRE AJOUTÉ (g)					7.2 (SÉCHÉ) Légumes à feuilles foncées	5		1 cs.	
+	SEL AJOUTÉ (g)					8. Fruits et légumes riches en vitamine A (DAMF)	30		2 cs.	
+	Micronutriments en poudre (par 100g)					9. Autres légumes (DAMF)	30		2 cs.	
POIDS TOTAL RBA		0 grams	0 grams	0 grams	0 grams	10. Autres fruits (DAMF)	30		2 cs.	
Taille des portions pour une population spécifique		90 grams								

## Phase 5 : Examiner la(les) feuille(s) Tableau de bord

- I. Passez en revue chaque tableau de bord RBA, qui apparaîtra sur la même feuille de tableau de bord. Le tableau de bord indique la valeur quotidienne de chaque nutriment par rapport à votre population spécifique (valeur journalière [V] pour cent)].
  - a. La RBA préparée/MFE (avec facteur de rétention) indique la quantité totale d'éléments nutritifs après préparation (par exemple, la méthode choisie à la Phase 4B), qui est le nombre sur lequel chaque V] pour cent est basé.
  - b. Les pourcentages de la V] sont les quantités recommandées de nutriments à consommer chaque jour, spécifiques à chaque population. **Il faut savoir que le calcul de la RBA/MFE fournit la quantité totale pour une portion, et que les enfants ont**



**besoin de plus d'une portion par jour. La VJ de 30 pour cent correspond à un tiers des besoins quotidiens, en supposant trois repas par jour.**

- i. Lorsque la barre des 30 pour cent est atteinte pour un nutriment (pour les enfants âgés de 6 à 11 mois ou de 12 à 23 mois), le calculateur surligne automatiquement ces cellules en vert. Idéalement, la RBA/mélange atteindra ~30 pour cent de la VJ des nutriments préoccupants pour votre population spécifique, par portion. Note : tous les éléments nutritifs ne seront pas en « vert », ce qui est normal.
  - ii. Les cellules comportant N/A indiquent que la valeur journalière n'est pas disponible pour cette population.
2. Sélectionnez la (ou les) RBA ou MFE plus approprié(s) en fonction des besoins nutritionnels de votre contexte, de la disponibilité des aliments et des considérations de durabilité. La sélection doit se faire sur la base de chaque pour cent de la VJ de chaque RBA/mélange pour chaque nutriment préoccupant pour votre population spécifique.
  - a. *Note : Le calculateur nutritionnel doit être utilisé dans le cadre d'un processus itératif visant à déterminer la(les) meilleur(e) RBA/MFE pour votre contexte.*
3. Il existe une comparaison avec les doses journalières fournies par les produits de base du Title II couramment utilisés (par exemple, MMS+ avec de l'huile, SQ-LNS).
4. La quantité de chaque ingrédient est indiquée sous chaque tableau de bord du calculateur nutritionnel, pour faciliter la comparaison.
5. Allez de l'avant avec la(les) RBA/MFE le plus approprié en fonction des besoins de votre contexte. Après avoir sélectionné les RBA et les MFE les plus appropriés, vous devrez tester l'acceptabilité, la faisabilité et la volonté de payer dans le cas d'un MFE. Pour vous guider dans cette démarche, utilisez les cahiers d'exercices sur [le parcours des ménages](#) ou sur [le parcours du marché](#).

## Exemple de capture d'écran

Nutriments	RBA N°1			RBA N°2			RBA N°3			RBA N°4			DOSE JOURNALIÈRE PAR PORTION (référence)			
	RBA préparée / MFE (avec facteur de rétention)	Enfants (6 à 11 mois) % VJ	Enfants (6 à 12 mois) % VJ	RBA préparée / MFE (avec facteur de rétention)	Enfants (6 à 11 mois) % VJ	Enfants (6 à 12 mois) % VJ	RBA préparée / MFE (avec facteur de rétention)	Enfants (6 à 11 mois) % VJ	Enfants (6 à 12 mois) % VJ	RBA préparée / MFE (avec facteur de rétention)	Enfants (6 à 11 mois) % VJ	Enfants (6 à 12 mois) % VJ	MMS+ avec huile	MMS++	SO-LNS	Poudre de micronutriments multiples (sachet de 5g)
Énergie (kcal, ou calories)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	601	563	550 à 620	
Protéines (g)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	13.3	21	12-16	
<b>Matières grasses totales (g)</b>	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	26.5	13	40 à 53	
Glucides (g)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	51		0 à 8	
Fibres (g)	0.0	0.0%	NA	0.0	0.0%	NA	0.0	0.0%	NA	0.0	0.0%	NA	3.7			
Sucre (g)	0.0	NA	NA	0.0	NA	NA	0.0	NA	NA	0.0	NA	NA	2		0 à 8	
Calcium [Ca] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	381	579	1 400 à 1 960	
Fer [Fe] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	7.8	15	30 à 42	12.5
Magnésium [Mg] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	60.7	190	200 à 280	
Potassium [K] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	457	1426	1 000 à 1 400	
Sodium [Na] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	3.7			
Zinc [Zn] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	4.88	11	40 à 56	5
Vitamine A EAR (mcg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	4074	714	2 000 à 3 390	300
Thiamine [Vitamine B1] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.36	0.8	1.5 à 3.8	
Riboflavine [Vitamine B2] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	1.2	1.2	2-3	
Equiv. Niacine [Vitamine B3] (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	6.75	11	20 à 28.8	
Folate EFA (mcg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	156	3.1	667 à 1 044	
Vitamine B12 (mcg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	1.5	3.3	2.5 à 4.2	
Vitamine C (mg)	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	0.0	0.0%	0.0%	68	145	75 à 169	50

	= >30% Valeur journalière par repas		= >30% Valeur journalière par repas		= >30% Valeur journalière par repas		= >30% Valeur journalière par repas	
	RBA N°1		RBA N°2		RBA N°3		RBA N°4	
Ingrédients :	Quantité (grammes)		Quantité (grammes)		Quantité (grammes)		Quantité (grammes)	
Millet	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
0	0		0		0		0	
SUCRE AJOUTÉ (g)	0		0		0		0	
SEL AJOUTÉ (g)	0		0		0		0	
Micronutriments en poudre (par 100g)	0		0		0		0	
<b>TOTAL</b>	<b>0</b>	<b>grammes</b>	<b>0</b>	<b>grammes</b>	<b>0</b>	<b>grammes</b>	<b>0</b>	<b>grammes</b>

## Remarques finales

- Il s'agit d'un outil basé sur Excel. Veuillez sauvegarder régulièrement votre travail afin de vous assurer qu'aucune donnée n'est perdue.
- Si vous élaborez un MFE, passez à l'[outil du modèle d'affaires](#) pour déterminer le MFE le mieux adapté à votre contexte (par exemple, analyse détaillée des coûts de fabrication, acceptabilité et volonté de payer du consommateur, promotion du produit, distribution et considérations marketing).



## USAID ADVANCING NUTRITION

Mis en œuvre par :  
JSI Research & Training Institute, Inc.  
2733 Crystal Drive  
4<sup>e</sup> étage  
Arlington, VA 22202, États-Unis

Téléphone : +1 (521) 703-528-7474  
E-mail : [info@advancingnutrition.org](mailto:info@advancingnutrition.org)  
Site Web : [advancingnutrition.org](http://advancingnutrition.org)

Octobre 2023

L'USAID en action pour la nutrition est le projet phare multisectoriel de nutrition de l'Agence, qui s'attaque aux causes profondes de la malnutrition pour sauver des vies et améliorer la santé et le développement à long terme.

---

Ce document a été rendu possible grâce au généreux soutien du peuple américain à travers l'Agence des États-Unis pour le développement international (USAID). Le contenu relève de la responsabilité de JSI Research & Training Institute, Inc. et ne reflète pas nécessairement les opinions de l'USAID ou du gouvernement des États-Unis.