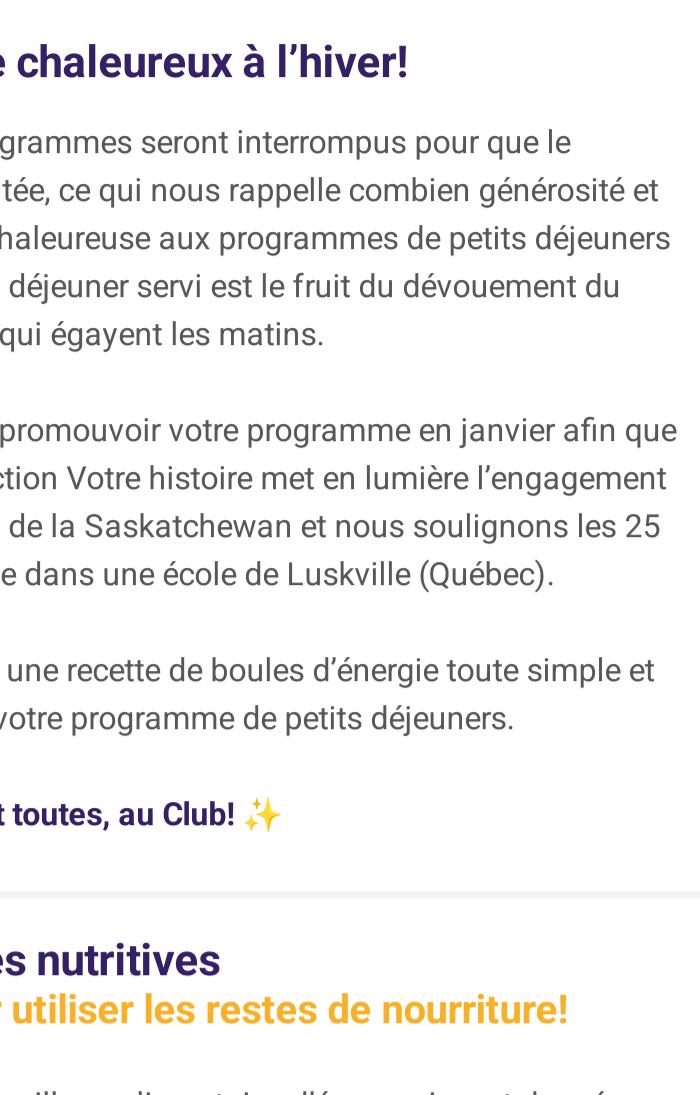


VitamineC

Infolettre des programmes



Un préambule chaleureux à l'hiver!

Le temps des Fêtes s'en vient et les programmes seront interrompus pour que le personnel profite d'une pause bien méritée, ce qui nous rappelle combien générosité et travail d'équipe apportent une touche chaleureuse aux programmes de petits déjeuners scolaires partout au pays. Chaque petit déjeuner servi est le fruit du dévouement du personnel, des bénévoles et des élèves qui égagent les matins.

Ce numéro vous donne des outils pour promouvoir votre programme en janvier afin que chaque famille en soit informée. La section Votre histoire met en lumière l'engagement de cuisinières et cuisiniers dans le nord de la Saskatchewan et nous soulignons les 25 ans de bénévolat de Mme Hélène Bélisle dans une école de Luskville (Québec).

De plus, notre Comité nutrition propose une recette de boules d'énergie toute simple et de précieux outils anti-gaspillage pour votre programme de petits déjeuners.

De très joyeuses Fêtes de nous tous et toutes, au Club! ✨

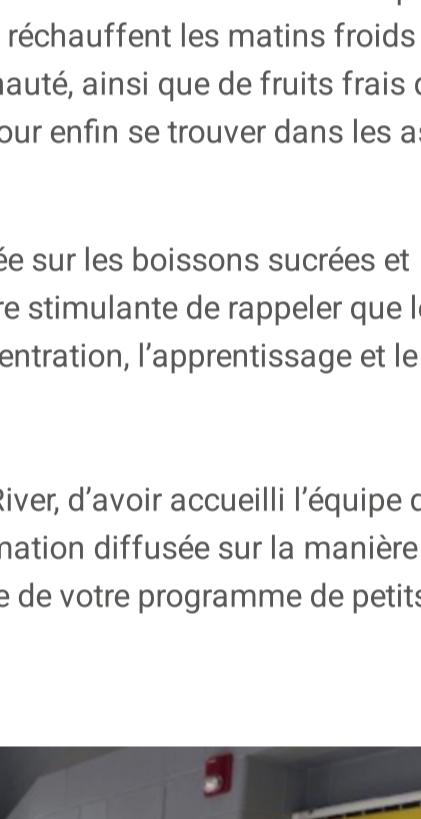
Idées nutritives

De nouveaux outils pour utiliser les restes de nourriture!

Cuisiner les restes permet d'éviter le gaspillage alimentaire, d'économiser et de préparer les prochains petits déjeuners en un tournemain.

Cet outil vous présente quelques astuces et recettes toutes simples pour vous aider à donner une deuxième vie à vos restes et à user de créativité en cuisine!

Découvrez notre livret de recettes et nos trucs anti-gaspillage [ici](#) ↗



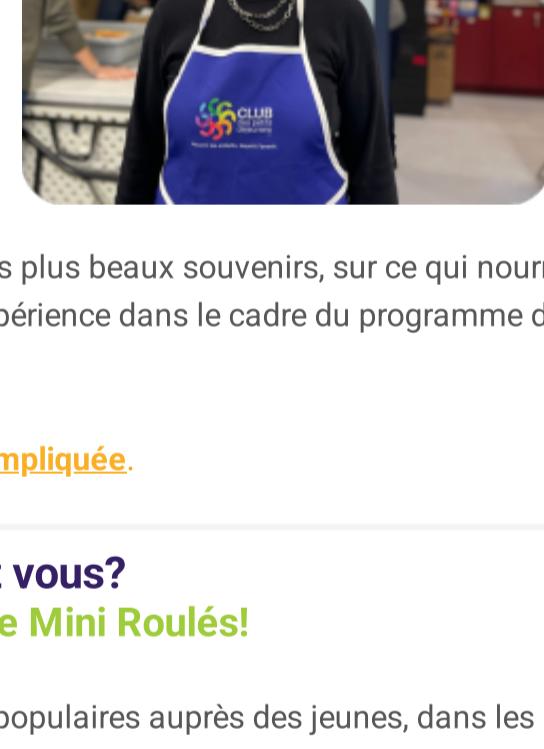
Conseil pour l'utilisation des restes

Voir le livret de recettes

Boules d'énergie du CPE au Pays de Cornemuse

Ces boules d'énergie sont un coup de cœur des enfants qui fréquentent le CPE au Pays de Cornemuse. Cette recette, adorée des petits et des grands, est une des spécialités de Roxanne, qui règne sur la cuisine.

Le Comité nutrition du Club des petits déjeuners apprécie particulièrement la polyvalence de la recette, que l'on peut faire sous forme de petites boules ou de barres. C'est également une belle occasion de goûter au quinoa soufflé, un aliment peu connu.



Consulter la recette

Idées inspirantes

Formulaires pour vous aider à promouvoir votre programme auprès des parents

Pour qu'un programme de petit déjeuner soit accueillant et universel, chaque famille doit savoir qu'il est offert à l'école que fréquentent ses enfants, et chaque élève doit savoir qu'il lui est destiné! Pour en faire la promotion, nous avons créé des formulaires que vous pouvez personnaliser selon vos besoins.

N'hésitez pas à les télécharger et à les utiliser!

- [Formulaire d'inscription](#)
- [Information pour les familles](#)
- [Information pour les familles - avec contribution volontaire](#)

Consultez la recette

Voir le livret de recettes

Consulter la recette

Conseil pour l'utilisation des restes

De nouveaux outils pour utiliser les restes de nourriture!

Le Saviez-vous?

Des kilomètres de Mini Roulés!

Les fromages Mini Roulés semblent être très populaires auprès des jeunes, dans les programmes de petits déjeuners!

Au cours de l'année 2024-2025, le Club a

livré 7 500 caisses de 96 Mini Roulés

dans les écoles du Québec. Si l'on

mettait tous ces Mini Roulés bout-à-bout,

on obtiendrait près de 200 km! Avec cette

distance, on peut dire que c'est un

fromage qui fait du chemin!

Le Saviez-vous?

Des kilomètres de Mini Roulés!

Le Saviez-vous?