



AU MENU DES ÉLÈVES

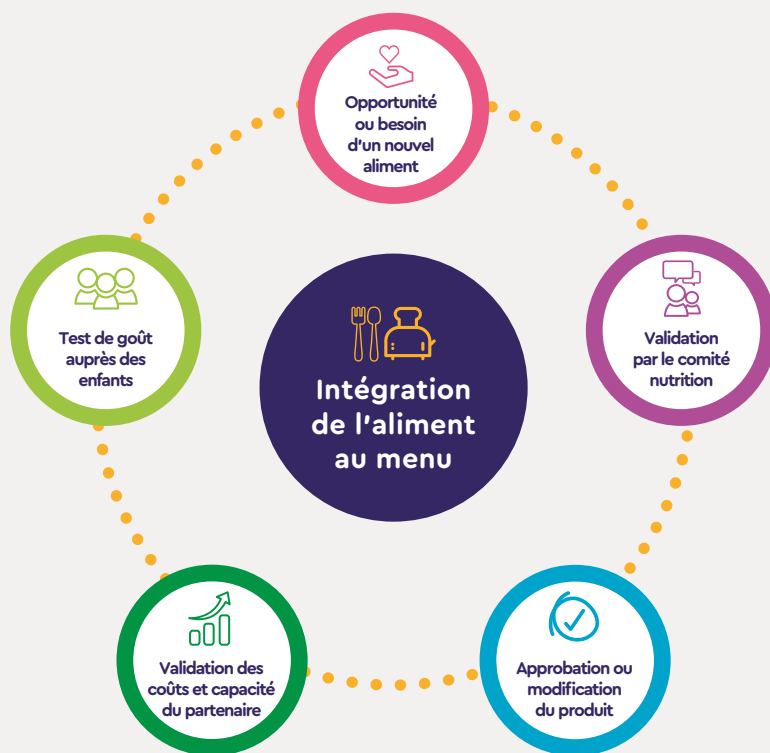


Le Club des petits déjeuners est engagé dans un **processus d'amélioration continue afin de poursuivre son engagement à rehausser la qualité des aliments servis**. En plus de critères nutritionnels rigoureux, nous portons notre attention sur des critères de développement durable, pour un petit déjeuner nutritif, bon pour les papilles des enfants et pour la planète! Ces menus de qualité sont :

- **Soutenants, nutritifs et variés**, pour tenir compte des besoins nutritionnels d'enfants en croissance et pour les aider à découvrir de nouveaux aliments ;
- **Durables**, pour réduire l'empreinte environnementale des aliments servis.

Le Club des petits déjeuners se doit d'être exemplaire dans l'offre alimentaire de ses programmes pour les milieux scolaires : **les aliments servis dans les écoles peuvent influencer positivement les habitudes alimentaires des jeunes**. Les écoles sont également des vecteurs de littératie alimentaire : les menus peuvent devenir une opportunité d'apprentissage et d'éducation alimentaire unique pour les jeunes ([cliquez ici](#) pour plus d'informations sur l'importance des programmes de petits déjeuners). Ainsi, **chaque aliment intégré dans le menu a été sélectionné soigneusement**, en passant par plusieurs étapes :

1. **Identification du besoin d'un nouvel aliment** ou d'une opportunité sur le marché ;
2. **Validation par le comité nutrition**, qui analyse l'aliment à l'aide d'une charte de critères nutritionnels et de critères de développement durable ;
3. **Approbation ou modification du produit**, selon la nécessité d'un changement au niveau de la liste des ingrédients ;
4. **Validation des coûts et des capacités des partenaires alimentaires** afin de déterminer la possibilité d'inclure cet aliment sain et durable dans le menu ;
5. **Test de goût auprès des enfants**, car un aliment ne peut être accepté que si les jeunes l'apprécient !
6. **Intégration de l'aliment au menu** et transmission des informations pertinentes sur ce nouvel ajout aux écoles.

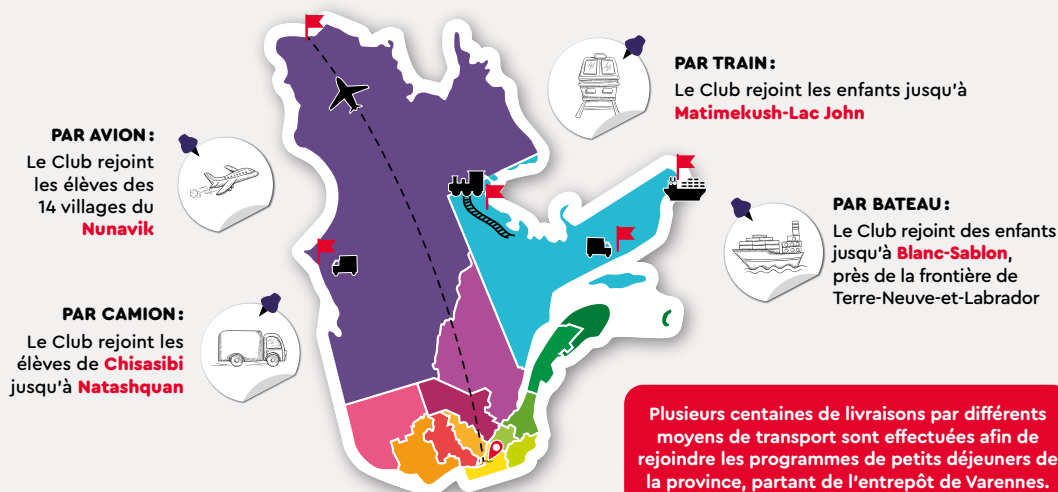




AU MENU DES ÉLÈVES



Les écoles qui participent au programme se situent partout au Québec, ce qui ajoute un élément de complexité dans le choix des aliments. Ceux-ci doivent pouvoir être propices au transport et à une conservation de moyenne à longue durée.



PRINCIPAUX CRITÈRES DE SÉLECTION DES ALIMENTS

Les aliments sont maintenant évalués selon une **nouvelle charte de sélection, selon des critères rigoureux en matière de nutrition et de développement durable**. Cette charte a été élaborée dans le cadre du projet Mieux nourrir les jeunes à l'école, réalisé en collaboration avec l'Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels (INAF) et Équiterre ([cliquez ici](#) pour plus d'informations).

Ainsi, les menus nutritifs offerts par le Club des petits déjeuners privilégient ces aliments :

- ▶ Des grains entiers riches en fibres ;
- ▶ Des protéines végétales ;
- ▶ Des fruits et légumes frais ;
- ▶ Des fromages et yogourts riches en calcium ;
- ▶ Des aliments faibles en sucre, sodium et gras saturé.

À travers ce processus de révision des critères, nous avons identifié des additifs alimentaires autorisés par [Santé Canada](#), mais qui présentent des risques pour la santé, et qui sont à éviter pour les enfants.

Des menus qui tendent vers des critères de développement durable permettent aussi à la planète d'en bénéficier, en diminuant l'empreinte écologique des aliments servis. **Les menus offerts par le Club des petits déjeuners privilégient de plus en plus d'aliments du Québec** qui répondent à des principes durables :

- ▶ Des aliments protéinés d'origine végétale ;
- ▶ Des fruits et légumes locaux et de saison ;
- ▶ Des grains entiers diversifiés ;
- ▶ Des aliments produits de façon durable ;
- ▶ Des aliments réduisant les emballages à usage unique.