La Commission scolaire de langue française
CSLF
de l'Île-du-Prince-Édouard

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

L'objectif de ce document est de fournir des informations sur les aliments qu'il est préférable de donner aux programmes de petits-déjeuners des écoles de la CSLF.

Merci de votre intérêt à faire un don à notre programme de petit-déjeuner!

Les programmes de petits-déjeuners offrent à nos élèves un accès essentiel à des aliments nutritifs. En faisant un don, vous contribuez à la réussite et au bien-être des élèves.

Les dons d'aliments qui sont conformes à la Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire (GÉN-310) permettent de fournir les nutriments nécessaires à l'apprentissage. Cette politique de la CSLF est conforme au Guide alimentaire canadien et vise à accroître l'accès à des aliments nutritifs tout en réduisant la consommation d'aliments riches en gras saturés, en sucre et en sodium.

Voici une liste de produits couramment proposés dans le cadre du programme de petit-déjeuner qui sont conformes à la Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire.

LES DONS DE PRODUITS SUIVANTS SONT GRANDEMENT APPRÉCIÉS !

Légumes et fruits

- Fruits frais comme les pommes, les bananes, les oranges, les kiwis, etc.
- Légumes frais comme les poivrons, les concombres, les mini-carottes, etc.
- Fruits congelés
- Fruits en conserve, coupes de fruits
- Compote de pommes et mélanges de compote de pommes
- Raisins secs et autres fruits séchés



Aliments protéinés

- Lait
- Yogourt, tubes de yogourt
- Fromages à pâte ferme comme le cheddar et le mozzarella, fromages en ficelles
- Œufs

Produits céréaliers

- Pain, bagels, muffins anglais, petits pains, gaufres
- Céréales chaudes ou froides contenant moins de 15 grammes de sucre par portion
- Barres de céréales, barres tendres nature

Condiments

Tous les condiments sont permis par la politique, notamment le beurre, la margarine, la confiture et le fromage à la crème.

Politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire

ALIMENTS NON CONFORMES À LA POLITIQUE

Voici une liste de produits qui **NE SONT PAS** conformes à la politique sur l'environnement alimentaire en milieu scolaire. Merci **de ne pas** faire don de ces produits au programme de petits-déjeuners des écoles de la CSLF.

- Jus de fruits, boîtes de jus
- Mélanges pour chocolat chaud
- Céréales contenant 15 grammes de sucre ou plus par portion
- Barres tendres trempées ou enrobées
- Friandises de céréales à la guimauve
- Muffins préparés en magasin
- Biscuits à thé, croissants
- Brioches à la cannelle, beignes
- Tranches de fromage fondu
- Viandes transformées comme le jambon, le bacon et les saucisses

Vérifiez les étiquettes pour les aliments qui contiennent :

- Moins de 15 g de sucre par portion
- Moins de 15 % de la valeur quotidienne en sucre

Par exemple, cette céréale contient **22 g de sucre par portion** et représente **22 % de la valeur quotidienne.** Cette céréale n'est donc pas conforme à la politique.



Valeur nutritive
Nutrition Facts
pour 1 tasse (250 mL)
Per 1 cup (250 mL)

Calories 110	% valeur quotidienne* / % Daily Value*
Lipides / Fat 0 g	0 %
saturés / Saturated 0 g + trans / Trans 0 g	0 %
Glucides / Carbohydrate 26 g	
Fibres / Fibre 0 g	0 %
Sucres / Sugars 22 g	22 %
Protéines / Protein 2 g	
Cholestérol / Cholesterol 0 mg	
Sodium 0 mg	0 %
Potassium 450 mg	13 %
Calcium 30 mg	2 %
Fer / Iron 0 mg	0 %

*5 % ou moins c'est **peu**, 15 % ou plus c'est **beaucoup**
*5% or less is **a little**, 15% or more is **a lot**

Notre école apprécierait les dons de :

_____

_____

_____

_____

_____



Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec _____

au numéro ou à l'adresse courriel suivante : _____