



# POLITIQUE ALIMENTAIRE

CPE LA PETITE LOUTRE



*Seules les recommandations ou les diagnostics provenant de professionnels reconnus par le Collège des médecins seront considérés*

## **OBJECTIF GÉNÉRAL**

Le CPE La Petite Loutre a pour mission d'offrir des services de garde éducatifs aux enfants âgés de 0 à 5 ans qui lui sont confiés ainsi que d'assurer leur bien-être. L'alimentation est un besoin essentiel à la vie et va bien au-delà du simple fait de se nourrir. Elle touche toutes les dimensions du développement de l'enfant.

Le CPE La Petite Loutre reconnaît le parent comme le premier éducateur de son enfant. Par conséquent, sa collaboration avec le parent constitue un facteur déterminant qui contribue à guider l'enfant vers des choix sains. De plus, Le CPE La Petite Loutre, par le biais de ses intervenants, se doit d'agir comme modèle et propose quotidiennement aux enfants des aliments de qualité. En adoptant une attitude positive et ouverte en lien avec la nourriture, nous invitons les enfants à développer leur curiosité alimentaire.

## **OBJECTIFS SPÉCIFIQUES**

- Fournir un outil permettant d'encadrer l'offre alimentaire de manière à respecter les fondements et principes nutritionnels essentiels à une bonne qualité de vie et à voir au développement des saines habitudes alimentaires chez les enfants;
- Définir, à l'aide de référentiels reconnus, la qualité et la quantité nécessaires des aliments servis aux enfants;

- Uniformiser les procédures préventives d'hygiène et de santé à l'égard de la pratique alimentaire;
- Déterminer les rôles et responsabilités de chaque intervenant à l'égard de l'alimentation chez les enfants;
- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires;
- Identifier les limites auxquelles le CPE La Petite Loutre peut faire face dans l'offre alimentaire aux enfants.

## **FONDEMENTS**

Cette politique s'appuie sur :

- La Loi sur les services de garde à l'enfance et les règlements du ministère de la Famille et des Aînés du Québec;
- Le guide alimentaire canadien;
- Les recommandations de Santé Canada, du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec;

## **EXCLUSIONS**

- Au courant de l'année, des événements spéciaux et ponctuels sont prétextes à des activités spéciales faisant l'objet d'exclusion. Bien que les repas et collations servis lors de ces journées doivent respecter les orientations de cette politique, il se peut que des aliments ne faisant pas partie du Guide alimentaire s'ajoutent au menu habituel.

## **VALEUR**

- De par la diversité de sa clientèle, le CPE La Petite Loutre est conscient des disparités entre les cultures et les valeurs des familles qui fréquentent le CPE La Petite Loutre. Toutefois, certaines limites doivent être imposées afin de s'assurer que le respect des valeurs d'une personne n'altère pas les droits d'une autre personne.

## **RÔLE ET RESPONSABILITÉS DE CHACUN**

### **① CONSEIL D'ADMINISTRATION**

Le conseil d'administration définit les orientations et les objectifs du service alimentaire et statue sur l'adoption d'une politique interne. Dans son rôle d'administrateur, il adopte et fait la promotion des politiques, dont la présente politique alimentaire.

Le conseil d'administration appuie les démarches et les initiatives de la direction qui visent la promotion de saines habitudes alimentaires, cela dans la limite du budget disponible.

### **② LA DIRECTION**

La direction assure la planification, le contrôle, la coordination et la mobilisation à l'égard de l'implantation, de l'application et de la pérennité de la politique alimentaire. Le rôle de la

direction représente donc le point d’ancrage de l’organisation alimentaire et le lien avec tous les intervenants incluant les parents.

La direction s’assure que le personnel éducateur et la responsable de l’alimentation disposent des outils, des ressources et du temps nécessaires pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique, cela dans les limites du budget disponible.

La direction s’assure de transmettre, s’il y a lieu, les informations relatives aux besoins alimentaires spécifiques de chaque enfant (allergies, intolérances ou restrictions alimentaires, avec recommandation médicale). Finalement, la direction approuve les menus, reçoit les commentaires des parents, du personnel éducateur et propose des modifications lorsque nécessaire.

### **3** RESPONSABLE DE L’ALIMENTATION

La personne responsable de l’alimentation a la volonté de faire découvrir continuellement de nouveaux aliments aux enfants. Le choix des aliments est fait en fonction des besoins nutritionnels de ceux-ci. Tous les repas et collations préparés au CPE respectent le Guide alimentaire canadien et sont préparés en quantité suffisante pour permettre à l’enfant de manger à sa faim. La personne responsable de l’alimentation joue un rôle dans les activités pédagogiques du CPE La Petite Loutre puisqu’elle planifie des menus différents pour souligner des activités thématiques ou des événements spéciaux. .

La personne responsable de l’alimentation assure la sécurité des enfants en prenant toutes les mesures nécessaires afin d’éviter la contamination des aliments. Elle prend soin de s’assurer que les repas et collations servis aux enfants ayant des allergies, des intolérances et des restrictions alimentaires sont exempts des allergènes ciblés. Elle travaille en collaboration avec la direction afin de maintenir le dossier de l’enfant à jour et avec le personnel éducateur qui assure le service de repas dans le local où l’enfant est reçu.

Finalement, la responsable de l’alimentation qui a reçu une formation obligatoire donnée par le Ministère de l’Alimentation des producteurs agricoles du Québec s’assure que son espace de travail est maintenu propre en tout temps et que ses aliments sont maintenus à la température adéquate. Elle doit informer la direction de toute modification au menu.

### **4** PERSONNEL ÉDUCATEUR

Le personnel éducateur constitue le premier intervenant en lien direct avec l’enfant et le parent. Il joue un rôle déterminant, à commencer par celui de modèle puisqu’au-delà de la présentation des aliments, une attitude positive, une ouverture d’esprit et le maintien d’une ambiance agréable autour de la table influenceront l’enfant dans son apprentissage de saines habitudes alimentaires. De plus, en développant des activités interactives qui favorisent la découverte des bons aliments, il contribue à faire de la saine alimentation une expérience enrichissante et positive au quotidien.

Le personnel éducateur prévoit tout au long de l’année des activités touchant la saine alimentation. Il utilise les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d’un menu. Il prend les précautions nécessaires lors de la manipulation des aliments pour assurer la sécurité alimentaire, en ce qui concerne les allergies et les intolérances. Le personnel éducateur adopte un style démocratique qui non seulement permet à l’enfant d’effectuer ses propres

choix, mais l'encourage à le faire. Il aide l'enfant à reconnaître sa faim et sa satiété et encourage l'enfant à goûter tous les aliments sans toutefois le forcer et évite de faire des commentaires négatifs ou des reproches. Le personnel éducateur n'utilise à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de punition ou encore comme poids de négociation. Le dessert complète le repas et est donc toujours offert à l'enfant.

## 5 LE PARENT

La collaboration avec le parent dans l'application et la gestion d'une telle politique alimentaire est essentielle à son bon fonctionnement.

La collaboration des parents est particulièrement sollicitée dans le cas d'allergies, intolérances alimentaires ou restrictions alimentaires. Il est primordial qu'un médecin soit consulté lorsque l'on soupçonne une réaction à un aliment chez un enfant. Ainsi, le médecin pourra établir la diète spéciale de l'enfant, prescrire le médicament requis au besoin et assurer un suivi par des tests réguliers (« Protocole d'intégration d'un enfant ayant des allergies ou intolérances ou restrictions alimentaires »).

### **Il est interdit pour le parent d'apporter de la nourriture durant les heures d'ouverture.**

Finalement, afin de mieux gérer les quantités de collations et de repas, et de permettre à la personne responsable de l'alimentation de planifier des repas pour les enfants ayant des allergies et particularités alimentaires, nous demandons aux parents de nous communiquer l'absence de leur enfant avant 9 h le matin dans la mesure du possible.

## OFFRE DE SERVICE

Les recommandations du Guide alimentaire canadien constituent la référence sur laquelle s'appuie l'offre alimentaire du le CPE La Petite Loutre.

### ◇ PETIT DÉJEUNER

Bien que nous privilégions le déjeuner en famille, il est possible de façon occasionnelle de faire déjeuner votre enfant au CPE, et ce, avant 7 h 30, ce qui signifie que **ce dernier doit être terminé à 7 h 30**. Le CPE, offrira à l'enfant yogourt - rôties et lait. Les frais seront établis par le CPE.

### ◇ COLLATIONS

La collation du matin, composée de fruits frais, est servie tous les matins vers 9 h dans le local où l'enfant se trouve. Par conséquent, quand le plateau de fruits est renvoyé à la cuisine cela signifie que la collation est terminée. L'enfant qui arrive après devra attendre le dîner pour manger.

### ◇ DÎNER

Le repas du midi est servi à partir de 11 h selon le groupe de l'enfant. Nous offrons deux menus différents dans l'année soit automne/hiver et printemps/été. Le menu d'automne s'étale sur 5 semaines et celui d'été sur 6 semaines. Au cours de la semaine, nous misons sur la variété des protéines. À titre d'exemple, nous offrons des repas à base de volaille, des repas végétariens (avec tofu ou légumineuses), des repas à base de bœuf, de veau, de cheval ou de porc. Les repas

sont accompagnés de légumes frais ou surgelés, selon les disponibilités de la saison et d'un complément (dessert). Notre menu exclu les arachides et les noix en tout temps.

#### **◇ ACTIVITÉS SPÉCIALES**

Les anniversaires de naissance sont des moments importants dans la vie des enfants. C'est pourquoi le CPE La Petite Loutre tient à les souligner. En ce sens, le CPE valorise davantage les accessoires qui entourent la fête que les aliments servis. Bien qu'un gâteau d'anniversaire soit prévu, on mettra davantage l'accent sur la chanson, le chapeau ou la couronne pour l'enfant fêté.

#### **◇ FÊTES ANNUELLES ET AUTRES ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX**

Le CPE La Petite Loutre, bien plus qu'un service de garde, est un milieu de vie qui accueille quotidiennement les enfants et leur famille. Les fêtes annuelles et les événements spéciaux font partie de ce milieu de vie. Ces occasions spéciales (Halloween, cabane à sucre, etc.) démontrent à l'enfant que les aliments sains sont des aliments de tous les jours, tandis que les aliments moins sains sont des aliments d'occasions.

#### **◇ QUESTIONS ET COMMENTAIRES SUR L'OFFRE DE SERVICE**

Toutes questions ou commentaires concernant l'offre alimentaire doivent être formulés par écrit à la direction du CPE, par courriel ou sous forme de note déposée dans la boîte aux lettres. Cette façon de fonctionner assure une meilleure communication des informations entre le parent, le personnel éducateur et la personne responsable de l'alimentation.

#### **ALIMENTATION À LA POUPONNIÈRE**

Au moment de l'inscription de l'enfant au CPE La Petite Loutre, nous demandons aux parents d'enfants de moins de 18 mois de faire un suivi régulier avec le personnel éducateur des aliments intégrés à la maison. Le CPE La Petite Loutre attend que l'enfant ait mangé au moins une fois à la maison un aliment avant de le lui servir. Au moment de l'inscription des enfants, une liste des aliments à intégrer est remise au parent qui coche ce que son enfant a déjà mangé. Cette liste est remise au personnel éducateur et à la personne responsable de l'alimentation.

Le CPE La Petite Loutre fournit le lait de vache 3,25 % aux poupons. Le parent qui souhaite que son enfant consomme des formules lactées doit fournir des biberons en quantité suffisante au personnel éducateur.

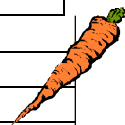
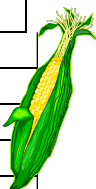
TABLEAU « INTÉGRATION DES ALIMENTS » pour les enfants intégrant la pouponnière seulement. À compléter et y ajouter les nouveaux aliments introduits si nécessaires

Le CPE La Petite Loutre ne peut assumer seul la responsabilité de l'intégration des aliments chez votre enfant. Nous croyons fermement qu'une intégration sécuritaire ne peut se faire qu'à la maison. Nous vous demandons donc de cocher chaque aliment que vous avez déjà intégré à l'alimentation de votre enfant et pour lequel il n'a fait aucune réaction.

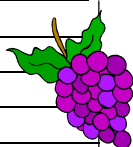
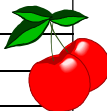
# L'introduction des aliments solides



Légumes crus ou cuits
Ail
Asperge
Avocat
Betterave
Brocoli
Carotte
Céleri
Champignon
Chou-Fleur
Concombre
Courge
Épinard
Fèves germées
Haricots
Maïs
Navet
Oignon
Patate douce
Piment
Pois
Pomme de terre
Tomate
Zucchini
Autres

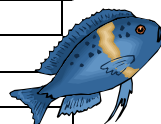


Fruits
Ananas
Bleuets
Cantaloup
Fraises
Framboises
Kiwis
Manque
Melon d'eau
Melon au miel
Mûres
Nectarine
Orange
Pêche
Poire
Pomme
Prune
Raisin



Céréales de base
Avoine
Blé
Couscous
Quinoa
Pâtes alimentaires
Riz
Soja

Viandes et substituts
Bœuf
Cheval
Dinde
Jambon
Légumineuses
Blanc d'œuf
Jaune d'œuf
Poisson
Porc
Poulet
Saumon
Thon
Tofu
Veau



Produits laitiers et autres
Fromage
Lait de coco
Lait de vache
Lait de soja
Yogourt



Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_

Signature du parent : \_\_\_\_\_

S.V.P., REMETTRE LA COPIE AU CPE, MERCI DE VOTRE COLLABORATION