

INTITULÉ :

# POLITIQUE ALIMENTAIRE

ENTRÉE EN VIGUEUR : 30 août 2005

MISE À JOUR : 20 octobre 2014

## 1. PRÉSENTATION

L'article 257 de la Loi sur l'instruction publique prévoit que les services de restauration relèvent de l'institution scolaire. En conséquence, ce document présente la politique alimentaire qui doit s'appliquer au Collège Mont-Saint-Louis en ce qui concerne les services alimentaires offerts aux élèves.

## 2. BUT DE LA POLITIQUE

Les buts de la politique sont :

- 2.1 De préciser les orientations et les moyens d'action du Collège en vue d'assurer la qualité de l'alimentation et de favoriser un état nutritionnel optimal chez les jeunes;
- 2.2 De déterminer les rôles et les responsabilités spécifiques des divers intervenants en regard de l'organisation et de la gestion des services alimentaires.

## 3. OBJECTIF GÉNÉRAL

L'objectif général de la politique alimentaire vise à favoriser chez les élèves un bon état de santé en suscitant l'acquisition de saines habitudes alimentaires.

## 4. OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Les objectifs spécifiques de la politique se traduisent comme suit :

- 4.1 Définir les exigences qualitatives et quantitatives des aliments offerts;

- 4.2 Offrir un menu varié qui permet aux élèves de se procurer un repas complet couvrant le tiers des besoins nutritionnels de la journée;
- 4.3 Amener les élèves à adopter de bonnes habitudes alimentaires;
- 4.4 Permettre aux élèves de goûter à des mets nouveaux;
- 4.5 Promouvoir certains mets moins populaires, mais essentiels au bon équilibre alimentaire;
- 4.6 Prescrire les exigences minimales de fonctionnement des services alimentaires incluant l'aspect nutritionnel;
- 4.7 Offrir aux élèves des boissons et des aliments nutritionnels par le biais des machines distributrices.

## 5. FONDEMENTS

- 5.1 Cette politique tient compte des orientations définies par le document *La politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif*, publié en 2007 par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.
- 5.2 Cette politique tient compte du *Guide alimentaire canadien*, édition 2007.
- 5.3 Cette politique tient compte du document *La vision de la saine alimentation*, publié en 2010 par le Gouvernement du Québec et produit avec la collaboration de six ministères.

## 6. DISPOSITIONS GÉNÉRALES

- 6.1 La liste des prix exigés des élèves et la liste de la description des menus et des mets offerts par le concessionnaire seront approuvées par le personnel de direction.
- 6.2 Le concessionnaire opérant la cafétéria pourra majorer ses prix annuellement en fonction de l'indice des prix à la consommation ou de l'augmentation de ses coûts directs provenant de ses fournisseurs après avoir soumis la liste de prix pour approbation au responsable du Collège.

Toutefois, advenant des augmentations extraordinaires dans le coût des denrées ou des décrets gouvernementaux, hors du contrôle du concessionnaire, les prix d'aliments spécifiques pourront être majorés en tout temps, après justification auprès du responsable du Collège.

## 7. EXIGENCES RELATIVES AUX REPAS

- 7.1** Cette politique stipule que les aliments des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien* doivent être accessibles aux élèves. En tout temps, pour la durée du contrat, le guide alimentaire canadien en vigueur doit être respecté.
- 7.2** Cette politique définit qu'un repas complet comporte les articles suivants :
- Soupe ou potage maison, jus de légumes ou de tomates en remplacement de la soupe ou du potage;
  - Assiette principale (2 choix);
  - Une source de féculents (riz, pâtes alimentaires, pomme de terre, couscous, etc.) ;
  - Légumes cuits ou crus;
  - Pain et beurre ou margarine non hydrogénée;
  - Dessert du jour : dessert au lait, fruits frais ou en conserve ou dessert maison;
  - Lait partiellement écrémé ou jus de fruits.
- 7.3** Cette politique prévoit que tous les articles au menu seront offerts à la carte en plus du repas complet, afin de permettre aux élèves de compléter leur boîte à lunch.
- 7.4** Cette politique détermine que les mets servis dans les services alimentaires devront répondre aux exigences qualitatives et quantitatives définies aux annexes 1 et 2.
- 7.5** Les aliments doivent être sains, nutritifs et bons au goût.
- 7.6** Les légumes cuits doivent être croquants.
- 7.7** Les coupes de viande et de volaille doivent être maigres.
- 7.8** Le nom des mets et les prix doivent être affichés clairement.
- 7.9** Le nom des vinaigrettes doit être clairement indiqué.
- 7.10** Une quantité suffisante d'aliments doit être offerte lors du 2<sup>e</sup> dîner.
- 7.11** La liste des aliments bannis apparaît à l'**annexe 2**.

## 8. ALLERGIES ALIMENTAIRES

- 8.1** Les parents des élèves souffrant d'allergies alimentaires doivent communiquer cette information à la direction du Collège, en l'indiquant sur

le formulaire appelé «dossier médical» au moment de l'inscription ou de la réinscription.

- 8.2** Les parents des élèves souffrant d'allergies alimentaires qui souhaitent que leur enfant puisse manger à la cafétéria doivent en aviser le directeur de classe.
- 8.3** Les élèves souffrant d'allergies alimentaires qui souhaitent manger à la cafétéria doivent rencontrer la responsable de la cafétéria le matin, afin de valider ses choix de repas pour le midi du jour même.
- 8.4** Les employés de la cafétéria sont formés en matière d'allergies alimentaires.
- 8.5** Les sources de noix et d'arachides sont limitées pour réduire les risques de contamination croisée.
- 8.6** Malgré tous les efforts mis de l'avant, le service alimentaire reste un milieu où les contaminations par différents allergènes sont possibles.

## **9. RÔLE ET RESPONSABILITÉS DES GESTIONNAIRES**

Les membres de la direction et le concessionnaire se partagent les responsabilités quant à la planification, l'organisation, la mise en activité et l'évaluation des services alimentaires au Collège Mont-Saint-Louis.

### **9.1 Le conseil d'administration**

Le conseil d'administration adopte la politique alimentaire.

### **9.2 La direction générale**

La direction générale assume la responsabilité des aspects suivants :

- L'application de la politique alimentaire et du respect de la qualité des services fournis aux usagers par des visites régulières au service
- La supervision qualitative et quantitative des activités du concessionnaire incluant les éléments suivants :
  - le suivi des menus approuvés
  - la variété des aliments offerts
  - la qualité des aliments

- le respect des prix de vente en vigueur
  - le service à la clientèle
  - l'hygiène et la salubrité des lieux de production et de distribution
  - l'état des lieux, de l'équipement et de l'outillage
- La détermination avec le concessionnaire des heures et des modes d'opération des services alimentaires et la communication à celui-ci de tout changement d'horaire de cours ou du nombre d'élèves qui pourrait affecter le service de cafétéria en collaboration avec les directions de classe
  - L'évaluation, lorsque nécessaire, des produits offerts et des services alimentaires dispensés, dans le but d'améliorer la qualité des services offerts
  - La supervision de l'application et du respect du contrat par le concessionnaire
  - La transmission du document d'appel d'offres aux concessionnaires

### **9.3 Le coordonnateur du matériel et du bâtiment**

Le coordonnateur du matériel et du bâtiment assume la responsabilité des aspects suivants :

- Le soutien au concessionnaire
- L'entretien des lieux physiques utilisés par le concessionnaire
- L'entretien et la réparation des équipements de cuisine et, si nécessaire, leur remplacement
- L'exécution des travaux pour l'installation d'équipements
- Le suivi annuel de la mise à jour des permis et assurances

### **9.4 La direction des services éducatifs**

- La direction des services éducatifs cherche à favoriser l'acquisition de connaissances, d'attitudes et d'habiletés reliées à l'application des principes d'une alimentation saine et équilibrée en impliquant les élèves et le personnel.
- La direction des services éducatifs peut s'adjoindre un comité de nutrition pour la soutenir dans l'application de son mandat.

### **9.5 Le concessionnaire**

Le concessionnaire a la responsabilité de :

- collaborer avec la direction du Collège concernant les mesures prises pour assurer la sécurité des élèves souffrant d'allergies alimentaires;
- fournir les services alimentaires prévus par contrat et afficher les menus et la liste de prix des aliments offerts;
- faire approuver annuellement par la direction générale la liste des menus et des prix des produits offerts, avant toute modification.

## 10. EXCLUSIONS DE LA POLITIQUE

Les services alimentaires destinés aux fins ci-après décrites sont exclus de la présente politique :

- 10.1** toute machine distributrice qui pourrait être installée dans les salles de repos des employés;
- 10.2** certains «événements spéciaux», l'espace d'une journée, comme des repas payés en tout ou en partie par le Collège, des menus gastronomiques, des activités de circonstances tenues par le Collège, les parents ou les élèves.

## 11. MACHINES DISTRIBUTRICES À L'USAGE DES ÉLÈVES

### 11.1 Principe

Les machines distributrices sont sous la responsabilité du concessionnaire et doivent respecter en termes de contenu la présente politique.

### 11.2 Contenu

Les machines distributrices présentes à la cafétéria pourraient offrir des portions préemballées des aliments suivants :

#### Boissons

- Jus de fruits, 100 % pur
- Boissons aux fruits contenant 50 % de vrai jus (le sucre ne doit pas être l'un des deux premiers ingrédients)
- Boissons énergisantes hypocaloriques (type Powerade/Gatorade)
- Jus de légumes
- Lait et lait aromatisé (chocolat, fraise, vanille et banane) partiellement écrémé, portions de 200 ml ou 500 ml
- Eau en bouteille

Le format des boissons est limité à 355 ml, exception faite des boissons à base de lait ou d'eau.

#### **Aliments réfrigérés**

- Fruits frais, en compote ou entiers
- Yogourts
- Fromage en portion

#### **Aliments congelés**

- Crème glacée, yogourt glacé
- Barre de fruits glacée

#### **Autres aliments**

- Barre de fruits
- Mélange de fruits séchés et de graines (pas de noix)
- Barres aux céréales (à grains entiers, à base de flocons ou de fruits séchés)
- Biscuits santé (type galette ou biscuits secs)
- Galettes de riz (saveurs variées)
- Craquelins et grignotises variés (selon spécifications relativement au pourcentage de gras, de sodium et de fibre)
- *Pop Corn*
- Noix

## **12. DÉJEUNERS**

Les aliments qui devront être offerts à la cafétéria à l'heure du déjeuner sont :

- Céréales entières et enrichies
- Fruits
- Muffin au son ou à l'avoine
- Pain de blé entier, multigrain ou blanc enrichi
- Condiments pour les rôties à l'exception du beurre d'arachide
- Fromage cheddar, à la crème (léger) et cottage
- Œufs apprêtés avec un minimum de matières grasses
- Variété de pains tels que bagel et muffin anglais

## **12. ENTRÉE EN VIGUEUR**

Cette politique est entrée en vigueur le 30 août 2005. La présente politique modifiée est en vigueur à compter du 21 octobre 2014.

## ANNEXE 1

### RÉGLEMENTATION RELATIVE AUX REPAS

1. La cafétéria offre un menu cyclique de quatre semaines. De plus, un comptoir express, une variété de salades fraîches, ainsi que d'autres articles complémentaires sont à la disposition des élèves à la cafétéria.
2. Les élèves doivent avoir accès aux aliments des quatre groupes du *Guide alimentaire canadien*.
3. Les mets servis doivent se conformer aux exigences quantitatives et qualitatives minimalement définies.
4. Un repas complet doit comporter les articles mentionnés dans le tableau ci-dessous.

<b>REPAS COMPLET</b>		
<b>COMPOSANTES</b>	<b>SPÉCIFICATIONS</b>	<b>QUANTITÉ MINIMALE</b>
Soupe ou potage	Bouillon dégraissé de viande ou de légumes incluant des pâtes alimentaires ou des céréales ou des légumineuses et des légumes ou du lait  Un consommé ne peut remplacer une soupe ou une soupe crème.	180 ml (louche de 6 onces)
Jus de légumes ou de tomates	À la place de la soupe ou du potage	125 ml
Mets principal	Viande, volaille, poisson, abats.  Les aliments contenant un enrobage tels que poisson, poulet, etc. doivent être enrobés dans une chapelure légère et non dans de la pâte. Le poids des mets est calculé sur la portion de mets protéique contenue dans l'aliment et non sur le poids total de l'aliment.  Oeufs (omelette, quiche, etc.)  Mets en casserole Légumineuses	95 et 110 g cuit  Équivalent à 2 œufs (catégorie moyens)  100 g de mets protéique 250 ml
Légumes	Cuits ou crus Salade de légumes	125 ml de solide
Pomme de terre ou substitut	Pomme de terre, pâtes alimentaires, riz	100 g cuit ou 150 ml
Pain	Blé entier ou enrichi	30 g ou 1 tranche
Matières grasses	Beurre, margarine non hydrogénée, vinaigrettes, dont une légère	De 5 à 15 g

<u>Desserts:</u> - Fruits frais ou en conserve	Entiers ou en morceaux	1 moyen, 3/2 moitiés ou 160 ml de solide
- Desserts au lait	Tapioca, <i>pudding</i> au riz, <i>pudding</i> (à la vanille, caramel, etc.)	150 ml
- Dessert maison		portion de 5 cm X 5 cm X 4cm ou l'équivalent de 150 ml
Lait	Partiellement écrémé à 1 % ou 2 % et écrémé	200 ml
Jus de fruits	Une variété de jus en portion	175 ml

Les menus doivent être distribués en début d'année à la clientèle scolaire.

## ANNEXE 1 (suite)

ARTICLES COMPLÉMENTAIRES		
COMPOSANTES	SPÉCIFICATIONS	QUANTITÉ MINIMALE
Sandwich	Pain tranché de toutes sortes : blanc enrichi, à grains entiers, wrap, pita, tortillas, etc.	2 tranches
	Garniture : viande, volaille, poisson, œufs ou fromage	60 g
Assiette froide	Viande ou substitut Légumes ou fruits	85 g cuit Minimum (3) variétés (250 ml)
Petite assiette froide	Viande ou substitut Légumes ou fruits	45 g cuit Minimum (3) variétés (175 ml)
Salade du chef	Laitue et autres légumes	250 ml
Salade préparée (macaroni, pomme de terre, riz)	Une attention particulière doit être apportée à la quantité de matières grasses utilisées.	125 ml
Fromage en cubes	Type cheddar ou équivalent - portion préemballée	20 à 30 g
Œuf cuit dur	Grosseur moyenne	Unité
Hambourgeois	Viande cuite (bœuf haché maigre, poulet et fromage)	90 g
Sous-marin	Pain Viande (salami et pepperoni exclus) et fromage Fréquence : voir annexe 2	
Pizza	Pain/pâte Viande et fromage Fréquence : voir annexe 2	40- 60 g 125 ml
Frites en accompagnement	Fréquence : voir Annexe 2	90 g
Dessert au lait (pudding)	Préparé avec du lait partiellement écrémé	150 ml
Yogourt	Nature ou aux fruits – écrémé ou partiellement écrémé	100 ml
Crème glacée, lait glacé et yogourt glacé	Portion préemballée	75 ml
Muffins maison	Offrir une variété de 3 choix : au son, à l'avoine ou aux fruits et pépites de chocolat Minimum de matières grasses	70 g
Biscuits (galette)	De type galette à l'avoine, aux fruits, etc.	10 cm de diamètre

Gâteau ou carré	De préférence à base de fruits, servi avec une sauce aux fruits ou un glaçage léger	5 cm x 5 cm x 4 cm
Tarte	Garniture au lait ou aux fruits de préférence Une seule croûte à base de céréales ou de farine de blé de préférence.	25 cm (8 portions) ou 7 cm <sup>2</sup>
Fruits secs Graines de tournesol, citrouille Fruits frais	Portion préemballée Non salées	Selon le marché  1 portion
<u>Boissons:</u> - Jus de fruits - Lait - Lait au chocolat	Sans sucre ajouté Partiellement écrémé Fait avec du lait partiellement écrémé	175 ml 200 ml 200 ml
Boisson au yogourt	Yogourt à boire	Selon le marché
Eau embouteillée		selon le marché
Thé, café, tisane	Pour la clientèle adulte	175 ml
Céréales	Cuites ou froides entières ou enrichies	125 ml
Confitures	Au déjeuner seulement	1 godet

## ANNEXE 2

### FRÉQUENCE PERMISE POUR LA CONSOMMATION DE CERTAINS ALIMENTS

De toute évidence, la consommation de certains aliments n'est pas recommandée sur une base régulière; elle est même, pour certains aliments, interdite. La fréquence des aliments énumérés ci-après doit être respectée par le concessionnaire.

	<i>Interdit</i>	<i>Fréquence permise</i>			<i>Autre fréquence suggérée</i>
		<b>Permis en tout temps</b>	<b>1 fois par sem.</b>	<b>1 fois aux 2 sem.</b>	
Toutes les variétés de bonbons et pastilles médicamenteuses	X				
Pâtisseries faites à base de pâte feuilletée					Une variété offerte chaque jour, pâtisseries à base de fruits privilégiées
Biscuits de type commercial (biscuits manufacturés) : éponge, à la crème, recouverts de chocolat.	X				
Biscuits de type commercial (biscuits manufacturés) : avoine, blé entier, garniture aux fruits		X			
Biscuits et galettes cuisinés sur place		X			
Eau glacée aromatisée ( <i>slush</i> )	X				
Boissons gazeuses	X				
Gomme à mâcher	X				
Croustilles, chocolat et autres friandises de même type.	X				
Barres tendres nature, craquelins, <i>pop corn</i> , grignotises variées		X			
Barres de chocolat à base de lait contenant des raisins secs ou de type gaufrettes ou biscuits	X				
Frites cuites au four en accompagnement			X		

Sous-marin		X				
Charcuterie telle que pepperoni, salami, mortadelle	X					Excepté les produits ayant moins de 12 gr de gras par portion de 100 gr
Viande panée multigrain telle que pépite, burger de poulet, burger de poisson		X				