
Centre de la petite enfance
Les Ateliers

Politique alimentaire

Novembre 2017

Table des matières

Table des matières

Introduction.....	3
<i>Objectif général</i>	3
<i>Objectifs spécifiques</i>	3
<i>Fondements</i>	4
<i>Exclusions</i>	4
1. <i>Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation</i>	5
1.1 L'éducatrice.....	6
1.2 La cuisinière	5
1.4 La directrice générale	7
1.6 Le parent	7
2. <i>Offre de service</i>	8
2.1 Petit déjeuner :	8
2.2 Les collations.....	8
2.3 Le dîner :	8
2.4. Les anniversaires :	9
2.5 Activités spéciales :	9
3. <i>Alimentation en pouponnière</i>	10
4. <i>Allergies et intolérances alimentaires</i>	11
5. <i>Restrictions alimentaires</i>	14
6. <i>Approvisionnement</i>	15

Dans ce document, le féminin désigne aussi bien les hommes que les femmes.

Introduction

Objectif général

L'alimentation est un besoin essentiel à la vie et va bien au-delà du simple fait de se nourrir. Elle touche les dimensions du développement de l'enfant. Le CPE Les Ateliers, dont la mission fondamentale vise à favoriser le développement global et harmonieux des enfants de 0 à 5 ans, fait en sorte de répondre à leurs besoins physiologiques, mais aussi de les guider dans l'apprentissage d'une saine alimentation et de bonnes habitudes de vie.

Objectifs spécifiques

- Fournir un outil permettant d'encadrer l'offre alimentaire de manière à respecter les fondements et les principes nutritionnels essentiels à une bonne qualité de vie ;
- Définir, en se basant sur les recommandations canadiennes en nutrition, les exigences qualitatives et quantitatives relatives à l'alimentation au CPE ;
- Déterminer les rôles et responsabilités des divers intervenants au CPE à l'égard de l'organisation et de la gestion du volet alimentation ;
- Promouvoir l'action pédagogique et les attitudes positives qui favorisent l'apprentissage de saines habitudes alimentaires.

Fondements

Cette politique s'appuie sur :

- La *Loi sur les services de garde éducatifs à l'enfance* et les règlements du ministère de la Famille et des Aînés du Québec ;
- Les recommandations du *Guide alimentaire canadien*, version mise à jour en mai 2007 ;
- Les recommandations de Santé Canada, du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec.

Exclusions

Pour leur caractère unique et exceptionnel, les fêtes comme l'Halloween, la Saint-Valentin ou autres, les événements spéciaux tels qu'un spectacle de fin d'année ou une inauguration, font l'objet d'une exclusion. Bien que les repas et collations servis lors de ces journées doivent respecter les orientations de la présente politique, il se peut que des aliments ne faisant pas partie du *Guide alimentaire canadien* s'ajoutent au menu habituel du CPE.

1. Rôles et responsabilités à l'égard de l'alimentation

1.1 La cuisinière

Son rôle

La cuisinière est le premier répondant de la politique. Elle prépare les repas et les collations selon les quantités recommandées en ayant le souci de la variété, de la qualité nutritive, du bon goût et de l'apparence. Elle assure la sécurité alimentaire en tout temps par le respect des règles d'hygiène, de salubrité, de conservation et d'entreposage des aliments et en offrant la nourriture adéquate aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires. Enfin, elle agit à titre des personnes de référence en ce qui concerne les questions alimentaires d'ordre général de la part du personnel. Elle peut être appelée à répondre aux questions des parents et des enfants portant sur l'alimentation offerte au CPE ou sur des notions de nutrition. Elle dirige les parents vers l'éducatrice pour toute question spécifique liée à leur enfant.

Ses responsabilités

- * Proposer des menus qui respectent le *Guide alimentaire canadien* ;
- * S'assurer que tous les aliments servis soient conformes aux exigences décrites dans cette politique et qu'ils soient préparés et distribués selon les règles sanitaires établies ;
- * Communiquer et collaborer avec l'éducatrice relativement aux besoins alimentaires des enfants ;
- * Cuisiner des aliments de qualité dans une variété intéressante ;
- * S'assurer que les aliments servis aux enfants souffrant d'allergies alimentaires soient exempts de toute contamination allergène ;
- * S'assurer de respecter les exigences relatives à l'hygiène, l'entretien, la conservation et l'entreposage des aliments telles que décrites dans cette politique ;
- * Élaborer des présentations colorées et appétissantes ;

- * Afficher le menu et aviser le personnel lorsqu'un changement survient ;
- * Conseiller ou informer le personnel sur des questions liées à l'alimentation.

1.2 L'éducatrice

Son rôle

L'éducatrice porte la responsabilité globale de l'enfant, puisqu'il lui est confié en premier lieu. Elle constitue le premier intervenant en lien direct avec l'enfant et le parent. Elle 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 grandement l'enfant dans son apprentissage de saines habitudes alimentaires.

Ses responsabilités

- * Éveiller la curiosité et susciter l'ouverture des enfants à l'égard des aliments sains en ayant recours à des chansons, des histoires
- * Communiquer efficacement avec les parents sur l'expérience vécue ainsi que sur la nature et la quantité d'aliments consommés par l'enfant durant la journée ;
- * Utiliser les termes exacts pour identifier les aliments ou les ingrédients d'un menu ;
- * Adopter une attitude positive face à l'alimentation et faire preuve d'ouverture lorsque de nouveaux aliments sont présentés ;
- * Favoriser une ambiance détendue et agréable autour de la table ;
- * Adopter un style démocratique qui, non seulement permet à l'enfant d'effectuer ses propres choix, mais l'encourage à le faire ;
- * Aider l'enfant à reconnaître sa faim ou sa satiété ;
- * Encourager l'enfant à goûter tous les aliments, sans toutefois le forcer ; éviter de faire des commentaires négatifs ou des reproches ;
- * N'utiliser à aucune occasion les aliments en guise de récompense ou de punition, ou encore comme poids de négociation ;
- * Préparer les enfants à la prise du repas en établissant une routine (rangement, lavage des mains et de la table, mise du tablier, etc.)
- * Ne pas consommer un repas différent en présence des enfants (sauf en cas d'allergie ou d'intolérance alimentaire);

- * Communiquer et collaborer avec la cuisinière relativement aux besoins alimentaires des enfants ;
- * Respecter les ententes d'accommodement prises entre le CPE et les parents relativement aux restrictions alimentaires.

1.3 L'équipe de gestion

Son rôle

Elle assure l'application et de la pérennité de la politique alimentaire.

Ses responsabilités

- * S'assurer que les éducatrices et la cuisinière disposent des outils, des ressources et du temps nécessaire pour effectuer les tâches relatives aux orientations de cette politique, cela dans les limites du budget disponible ;
- * S'assurer de transmettre au personnel, s'il y lieu, les informations relatives aux besoins alimentaires spécifiques de chaque enfant ;
- * Approuver les menus et recevoir les commentaires des parents ou des éducatrices ;

1.4 Le parent

Rôle et responsabilités

- * Prendre connaissance des menus et, s'il y a lieu, informer les membres du personnel des besoins alimentaires spécifiques de son enfant ;
- * S'assurer d'effectuer les suivis lorsque des changements surviennent en matière d'intolérances ou d'allergies alimentaires.

2. Offre de service

2.1 Petit déjeuner :

Aucun déjeuner n'est servi au CPE.

2.2 Les collations :

Deux collations nutritives sont servies quotidiennement à chaque enfant. La première est servie le matin en 9h15 et 9h45. La deuxième est servie en après-midi entre 15h15 et 15h45. Les collations sont libres, l'enfant peut choisir de ne pas en vouloir.

- Le matin : c'est toujours un fruit.
- L'après-midi : nous servons du lait et une collation santé. Il y a 2 collations non sucrées par semaine. Les autres collations sont limitées en sucre.

2.3 Le dîner :

Le repas du midi est servi à partir de 11h15. Nous offrons deux (2) menus différents dans l'année : automne-hiver et printemps-été.

Nous établissons nos menus de façon à maximiser l'apport en protéine nécessaire pour le développement des enfants. Nous avons conçu une rotation des menus de manière à ce qu'il y ait :

- Du poisson : 1 fois par semaine
- Des œufs : 1 fois par semaine
- De la viande rouge : 1 fois au 3 semaines
- De la viande blanche ou volaille : 1 fois au 3 semaines

Les repas sont faits sur place et nous n'utilisons aucun substitut artificiel. Tous ce qui peut être fait à la main est concocté par nos chefs. Tel que les gâteaux, les collations, les potages et purées, les sauces et les vinaigrettes, les pâtes à tartiner...

Nous favorisons l'utilisation de produits frais et de saison pour la préparation de nos repas.

Comme mentionné précédemment, nous servons le dîner à partir de 11h15. Si vous arrivez au-delà de cette heure, il faudra que votre enfant ait dîner avant son retour. Il n'est pas possible de faire reprendre le repas à un enfant qui arrive tardivement.

Sauf cas d'accord exceptionnel avec la direction générale, les enfants ne peuvent pas manger un repas issu de l'extérieur.

2.4. Les anniversaires :

Les anniversaires sont soulignés par les éducatrices. La cuisine prépare un gâteau décoré pour l'enfant fêté. Afin d'assurer une bonne organisation pour la cuisine, un jour dans la semaine sera dédié aux fêtes. C'est le (la) responsable alimentaire qui déterminera ce jour.

Il est strictement interdit d'amener des gâteaux, confiseries et autres surprises au CPE.

2.5 Activités spéciales :

Durant l'année, votre enfant vivra quelques journées festives. Ce jour-là, des aliments spéciaux, et non répertorié dans le Guide alimentaire canadien, seront servis. Il s'agit notamment de sucrerie, de chocolat ou autres surprises. Cependant, ces petits plaisirs sont servis après le repas, qui lui est équilibré.

Comme lors des anniversaires, il est interdit d'apporter des sucreries ou autres surprises au CPE.

3. Alimentation en pouponnière

Mentionnons dans un premier temps que l'introduction des aliments complémentaires est basée sur les recommandations issues des travaux du Comité de nutrition de la Société canadienne de pédiatrie, du groupe Les diététistes du Canada et de Santé Canada. Cependant, le CPE reconnaît le parent comme premier éducateur de son enfant et respecte ses décisions à cette étape.

Apprendre à manger représente une transition importante dans la vie d'un enfant. Cet apprentissage touche tous les aspects du développement et se révèle donc une expérience en soi qui inclut le plaisir de porter des aliments à sa bouche et de les découvrir.

À la pouponnière, le rythme de l'enfant est respecté et l'introduction des aliments complémentaires se déroule en étroite collaboration avec le parent et l'éducatrice.

Ainsi, nous introduirons les aliments à la pouponnière lorsque que vous, parents, aurez fait l'exercice à la maison. Le CPE ne sera pas le lieu d'essai et de tentative d'introduction alimentaire, ou de passage de la purée aux morceaux. C'est pourquoi la collaboration avec l'éducatrice est importante.

Par contre, la (le) responsable alimentaire et le personnel éducateur sont à votre disposition pour répondre à vos questions et à vos inquiétudes.

4. Allergies et intolérances alimentaires

La présence d'allergies alimentaires est de plus en plus fréquentes et nécessite de la part des intervenants en petite enfance une vigilance constante. Selon l'Association québécoise des allergies alimentaires (AQAA), tous les aliments protéiniques peuvent engendrer des réactions allergiques potentiellement dangereuses chez les personnes sensibles. Les 9 types d'aliments suivants ont été identifiés par Santé Canada comme étant responsables de 90% des réactions allergiques sévères :

œufs	blé	graines de sésame
lait de vache	arachides	poissons, crustacés et mollusques
soya	noix	sulfites

La prévention des allergies et des intolérances alimentaires demeure le meilleur « traitement ». C'est pourquoi nous en faisons une priorité et une responsabilité partagée entre les différents intervenants qui œuvrent auprès des enfants. La prévention passe par une communication efficace entre ces intervenants et par la vigilance accordée dans la pratique.

Lors de l'inscription ou de l'apparition d'une allergie ou d'une intolérance alimentaire :

Le parent doit :

- * Aviser le personnel et transmettre les informations sur l'allergie ou l'intolérance de l'enfant ;
- * Fournir les médicaments d'urgence (auto-injecteur d'épinéphrine), ainsi que la prescription relative à l'administration de ce médicament signée par un professionnel de la santé.
- * Fournir, dans le cas de mesures préventives pour les enfants à risque (présence d'allergie dans la famille immédiate), la prescription préventive écrite et signée par un professionnel de la santé ;
- * Transmettre au personnel tout changement concernant l'allergie ou l'intolérance ;
- * Signer l'autorisation écrite afin de permettre au personnel du CPE d'administrer l'auto-injecteur en cas de besoin ;

- * Signer l'autorisation écrite afin de permettre au CPE de mettre en évidence les fiches d'identification dans le local fréquenté par l'enfant lors de la prise de repas et de collations, de même que dans la cuisine.

La directrice adjointe doit s'assurer :

- * Que le dossier de l'enfant contient toutes les informations et autorisations nécessaires ;
- * Que les mises à jour y soient effectuées et reportées sur les fiches d'identification présentes dans les différents locaux ;
- * Que tout le personnel incluant les remplaçantes possèdent les connaissances relatives aux allergies : symptômes, contamination par les allergènes, utilisation de l'auto-injecteur d'épinéphrine ;
- * Que les informations et les publications récentes disponibles sur le sujet soient remises au personnel.

L'éducatrice doit :

- * Veiller à ce que l'enfant présentant une ou des allergies ne soit pas en contact avec les matières allergènes ;
- * Assurer une communication efficace et une bonne collaboration avec la cuisinière afin de prévenir tout risque d'erreur à l'égard des allergies et des intolérances alimentaires ;
- * S'assurer d'expliquer l'allergie ou l'intolérance aux autres enfants de son groupe dans le but de les sensibiliser, en prenant soin toutefois que l'enfant allergique ne soit pas exclu ou étiqueté ;
- * Voir à ce que le lavage de la bouche et des mains après les repas soit respecté ;
- * S'assurer que les vêtements souillés de nourriture soient remplacés ;
- * Apprendre aux enfants à ne pas échanger : les ustensiles, la vaisselle ou les aliments. Dans de tels cas, peu importe s'il y a présence ou non d'allergie ou d'intolérance, les objets ou les aliments sont retirés et remplacés ;
- * S'assurer de bien nettoyer les tables et de retirer toute trace d'aliments sur le sol et sur les chaises après les repas ;

- * Manipuler avec attention les repas destinés aux enfants présentant des allergies afin d'éviter toute contamination avec les autres aliments ;
- * Prendre soin de vérifier s'il y a présence d'allergies ou d'intolérances avant d'utiliser des aliments pour le bricolage ;
- * Assurer une vigilance accrue lors d'activités spéciales ou de sorties et se tenir prête à intervenir rapidement au besoin ;
- * Informer systématiquement toute personne qui assure son remplacement ou une assistance auprès de son groupe, qu'il s'agisse d'un membre du personnel ou d'un bénévole, de la présence d'enfants ayant une allergie ou une intolérance ;
- * Ranger l'auto-injecteur d'épinéphrine doit être ranger dans un endroit facilement et rapidement accessible et ce, en tout temps. Et il doit suivre l'enfant en tout temps.

La cuisinière doit :

- * Offrir des repas sécuritaires aux enfants présentant des allergies ou des intolérances alimentaires ;
- * Lors de la préparation des repas, adapter ses méthodes de travail pour exclure tout risque de contamination de la nourriture destinée aux enfants pour lesquels certains aliments représentent un danger ;
- * Utiliser des moyens efficaces pour isoler les repas destinés aux enfants présentant des allergies ou des intolérances lors du transport des repas vers les locaux, afin d'éviter toute possibilité de contamination avec les autres aliments ;
- * Communiquer efficacement et collaborer avec les éducatrices afin de prévenir tout risque d'exposition des enfants présentant une ou des allergies aux aliments allergènes ;
- * S'assurer que ses connaissances en matière d'allergies et d'intolérances alimentaires soient à jour.

5. Restrictions alimentaires

Il se peut que pour des valeurs personnelles, des convictions ou par religion, l'enfant ait des restrictions alimentaires.

Sachez que le CPE Les Ateliers respecte profondément les opinions, convictions et croyances de chacun. Cependant, ils nous seraient difficile de fournir une diète spécifique à chaque enfant.

Ainsi, voici les restrictions alimentaires déjà présente au CPE :

- Pas de porc,
- Pas d'aliments à haute teneur allergène tel que les noix, les crustacés, et autres aliments cités dans le point 4.
- Nous fournissons pour les + de 18 mois du lait de vache 2% et du lait de soya. Il n'y a pas d'autres types de lait fournis par le CPE, pour la pouponnière, nous suivons les recommandations des parents. Selon le cas, nous pouvons demander aux parents de fournir le lait.
- Les menus sont faiblement carnés, toutefois, nous adaptons les demandes de menus végétariens. Par contre, nous ne proposerons pas de menus végétaliens.

En cas diète restrictive prescrite par un professionnel de la santé, une rencontre se fera avec la direction générale afin de trouver une entente pour assurer la sécurité de l'enfant.

Il en est de même pour les demandes d'accomodement. Ces derniers devront être présenté par écrit à la direction générale qui fera, par la suite, un retour avec le demandeur. Il est entendu que l'intérêt et l'épanouissement de l'enfant reste la priorité.

6. **Approvisionnement**

- * Le CPE n'utilise pas de lait cru ni de jus fruits non pasteurisés ;
- * Le CPE n'accepte aucune conserve maison, aucun mets préparé à la maison ou de confection artisanale (sauf pour des conditions particulières prévues, liées aux restrictions alimentaires et aux allergies) ;
- * Le CPE n'accepte aucun produit de la chasse ou de la pêche récréative ;
- * Les aliments qui présentent une apparence douteuse ou un emballage endommagé sont jetés ou retournés au marchand ;
- * Le CPE est inscrit sur la liste d'envoi de l'Agence canadienne d'inspection des aliments afin de recevoir les rappels d'aliments et alertes à l'allergie (www.inspection.qc.ca);
- * Lorsqu'un avis est émis concernant un aliment, la direction générale transmet l'information à la cuisinière qui vérifie sa présence dans l'inventaire et le retire le cas échéant.