

Guide des écoles du Nouveau-Brunswick où bien manger



**ALERTE AUX
MENUS**



New Brunswick
Medical
Society



Société
Médicale
du Nouveau-Brunswick

Table des matières

| | |
|---|----|
| Introduction | 1 |
| Réseau des cafétérias communautaires | 2 |
| École communautaire de Cambridge-Narrows | 4 |
| CÉD'ICI | 5 |
| École de la Première Nation d'Eel Ground | 6 |
| École consolidée Macdonald | 7 |
| École Marguerite Bourgeoys | 8 |
| Des organisations changent la manière de manger des élèves au Nouveau-Brunswick | 10 |



Introduction

« Servir quotidiennement à nos enfants et à nos jeunes de la nourriture saine exige une somme de travail considérable, et c'est un travail ingrat. »

C'est l'opinion d'un directeur d'école qui a communiqué avec la Société médicale l'an dernier au sujet de notre projet lié à la nourriture servie dans nos écoles, *Alerte aux menus*. C'était une des rares écoles que nous ayons pu trouver qui offrait un très grand choix d'aliments sains à ses élèves chaque jour de la semaine. Et les commentaires de ce directeur d'école sont absolument exacts.

La politique provinciale qui dicte ce que l'on doit servir comme nourriture dans les écoles s'appelle la Politique 711. Elle place la barre très haut; respecter cette politique peut s'avérer difficile, et les preuves que nous avons trouvées démontrent que de nombreuses écoles ne la respectent tout simplement pas. Les écoles qui respectent la politique ne sont pas reconnues pour leurs choix d'aliments exemplaires, et les dirigeants scolaires qui appliquent la politique le font parce que c'est la bonne chose à faire pour les élèves, et non parce que c'est facile.

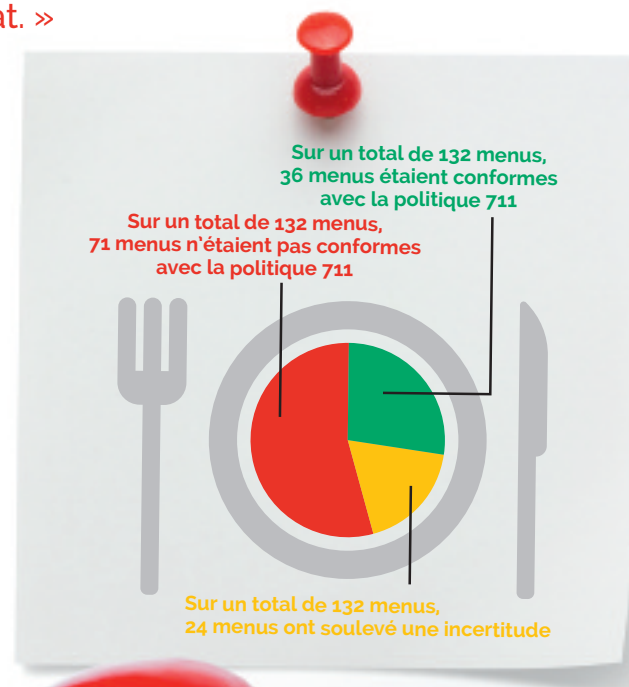
Conçu sur le modèle de l'acclamation offerte aux restaurants par des organisations partout au pays décernant des prix, le « Guide des écoles du Nouveau-Brunswick où bien manger » est le nôtre. Il sert à reconnaître les fournisseurs qui offrent de l'excellente nourriture aux élèves et il met en valeur leur réussite. Il peut aider à répondre aux questions et à surmonter des obstacles souvent mentionnés : Comment les écoles en milieu rural sans trop d'outils de cafétéria peuvent-elles offrir de l'excellente nourriture? Comment certaines écoles font-elles pour offrir des aliments sains à bas prix, alors que d'autres n'y arrivent pas? Surtout, que pouvons-nous apprendre les uns des autres?

On peut sans doute affirmer que les écoles énumérées ici ne se sont pas portées volontaires pour faire partie du guide. Elles n'ont pas sanctionné notre projet plus vaste appelé *Alerte aux menus*, n'ont pas reçu de financement de nous et ne recherchent pas la gloire. Honnêtement, nous avons vraiment insisté pour qu'elles nous permettent de dresser leur portrait parce qu'elles sont une source d'inspiration. Elles méritent notre reconnaissance et notre attention.

Au nom des diététistes et des médecins de la province, nous remercions ces écoles pour l'excellent travail qu'elles accomplissent. C'est un travail considérable, qui n'est plus ingrat.

Camille Haddad, M.D.
Président, Société médicale du
Nouveau-Brunswick

Vanessa Yurchesyn, D.I.
Diététistes du
Nouveau-Brunswick en action



Au sujet du Réseau des cafétérias communautaires

De toutes les histoires que nous avons trouvées au sujet de personnes passionnées par l'amélioration de la nourriture servie aux élèves, l'histoire du Réseau des cafétérias communautaires est sans doute l'une des plus inspirantes.

Lancé sous la forme de projet pilote à l'École Blanche-Bourgeois de Cocagne en septembre 2011, le concept de la cafétéria entrepreneuriale connaît un succès instantané. En mai 2013, Le Réseau des cafétérias communautaires est créé et le District scolaire francophone Sud lui confie la gestion du service alimentaire de 20 écoles. Le réseau sert maintenant tous les jours de la nourriture à des milliers d'élèves et offre ses services dans près de trente écoles. Le Réseau existe pour répondre à quatre principes clés : l'éducation, la santé, l'entrepreneuriat et le développement durable. Il est seulement possible de déterminer comment exploiter et gérer ce genre d'initiative et comment nourrir les élèves dans un si court laps de temps que si l'on dispose d'un soutien communautaire considérable et d'un leadership solide.

Il n'y a aucun doute que les écoles, les familles ainsi que les communautés appuient le Réseau. Rachel Schofield Martin (Pionnière du projet et coordonnatrice en saine alimentation et entrepreneuriat social au District scolaire francophone sud s'occupe du secteur éducation) et Rachel Allain (Directrice générale du réseau des cafétérias communautaires s'occupe du secteur opérationnel), les principales dirigeantes du projet, incarnent le leadership et la passion qu'il faut pour mettre le projet en chantier.

Lorsque la Société médicale du Nouveau-Brunswick et Diététistes du Nouveau-Brunswick en action ont travaillé au lancement du projet initial Alerte aux menus en 2013, on a souligné que le Réseau était l'exemple d'un groupe qui accomplissait des choses incroyables avec la nourriture et les élèves. Après avoir visité une de ses installations, l'avoir rencontré et avoir compris sa démarche à l'égard de la nourriture, il était clair que ses objectifs dépassent de loin l'intérêt de base de fournir des aliments sains aux enfants. Le Réseau encourage également les enfants à apprendre au sujet de la nourriture et de sa provenance en utilisant des moyens novateurs comme la création d'un abécédaire à partir des aliments servis dans les cafétérias (P est pour pommes et, au fait, les pommes proviennent d'un verger situé à quelques kilomètres près.), ainsi que des fiches avec des codes à barres pour enseigner aux enfants la provenance des aliments. Des agriculteurs viennent leur expliquer comment ils cultivent la nourriture et comment elle arrive dans leur assiette.

L'achat de nourriture par les élèves dans les cafétérias aide financièrement les agriculteurs de la région (plus de la moitié de la nourriture provient de la région) et, du même coup, la localité. Le DSFS collabore avec le Réseau au développement de projet en entrepreneuriat (typique, sociale ou coopératif) avec les élèves en lien avec la saine alimentation. Ces derniers sont accompagnés dans le développement de petites entreprises qui vendent des boissons fouettées, des pommes séchées et plus encore. Ils développent ainsi leurs compétences et leurs qualités entrepreneuriales. Ce sont des projets scolaires qui aident les élèves à faire des apprentissages significatifs et à tenter comprendre les systèmes alimentaires complexes.

Le Réseau reçoit l'appui de bailleurs de fonds de ses localités, de subventions provinciales et certaines nationales, mais il demeure un organisme sans but lucratif autonome. Le Réseau fait parler de plus en plus de lui grâce au programme de la ferme à la cafétéria Canada et Réseau pour une alimentation durable (RAD).

L'histoire du Réseau est l'une des nombreuses histoires au sujet de gens passionnés du Nouveau-Brunswick qui font un excellent travail dans leur localité. En réalité, c'est l'histoire du Nouveau-Brunswick, un petit groupe de personnes accomplissant de grandes choses. Nous félicitons les gens du Réseau ainsi que les autres écoles, fournisseurs de nourriture et dirigeants scolaires figurant dans le présent guide.

Réseau des cafétérias communautaires

Le plus important fournisseur de repas scolaires sains de la province, le Réseau des cafétérias communautaires, fournit la nourriture à 26 cafétérias scolaires dans le District scolaire francophone Sud. Le Réseau sert plus de 8800 élèves de la maternelle à la 12^e année, en plus du personnel de ses écoles situées entre Memramcook et Miramichi, ainsi que la nouvelle école de Quispamsis.

Le Réseau, qui englobe une vaste région, en est seulement à sa deuxième année d'existence. Créé dans le but de remédier à la piètre qualité de la nourriture des cafétérias scolaires et d'améliorer la santé des élèves qui la mangent, le Réseau s'emploie à servir des aliments locaux, parfois biologiques, et toujours nutritifs. Les menus de l'automne et de l'hiver mettent en valeur les fruits et légumes de la saison.

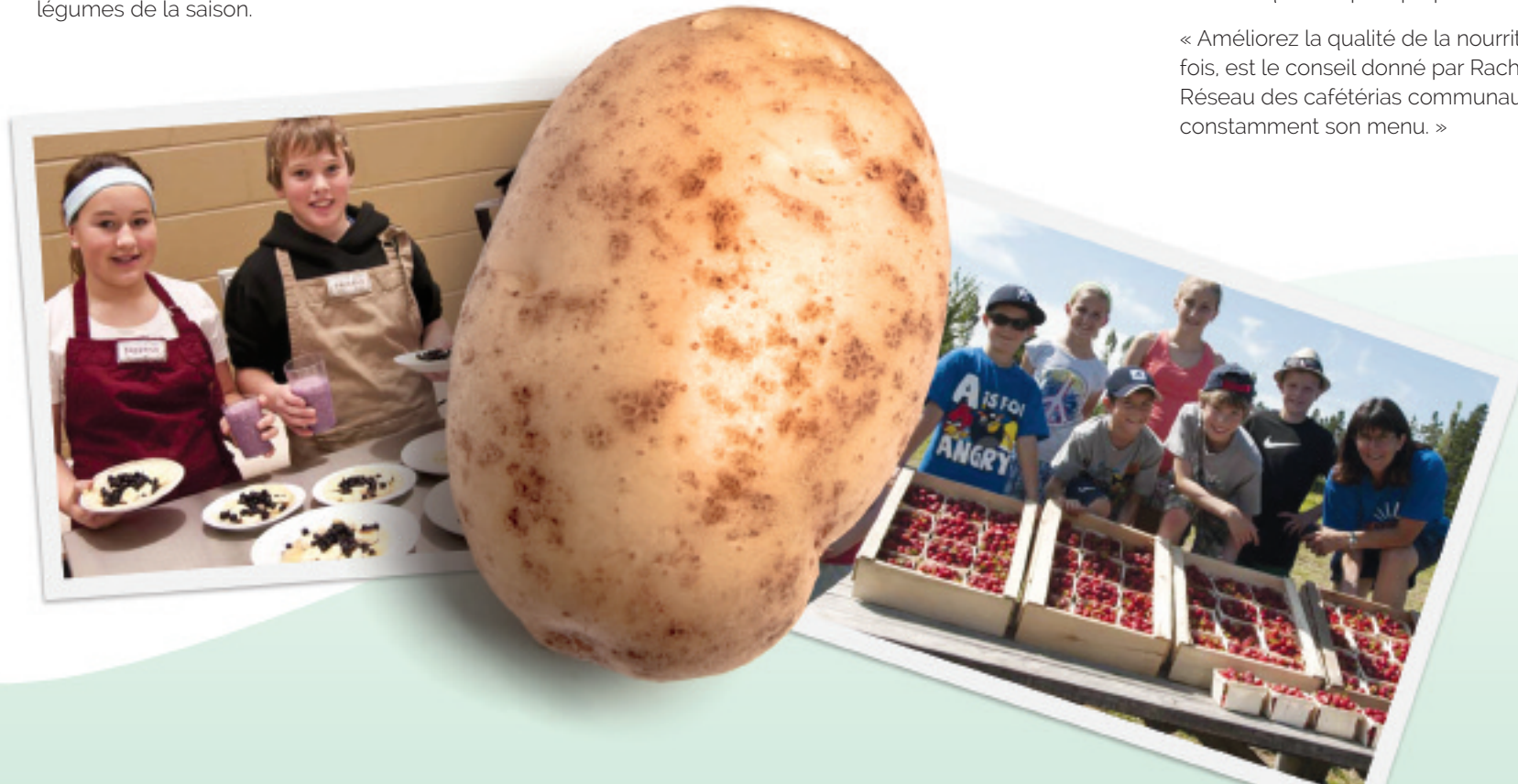
« Les menus ont été bien accueillis par les enfants, les parents et l'école, a déclaré Rachel Allain, directrice générale du Réseau. Les gens goûtent la différence. »

Les menus et les recettes sont créés en collaboration avec les diététistes de la Santé publique, et le Réseau a formé de solides partenariats avec les fermiers et les boulangeries qui fournissent la plupart de sa nourriture. On fait la promotion des aliments à grains entiers non transformés, et on consulte régulièrement les élèves des écoles secondaires afin d'obtenir leurs suggestions pour améliorer les options en matière de repas et de collations.

De plus, le Réseau a mis l'accent sur les changements du menu. Au cours de sa première année d'existence, il s'est concentré sur la qualité de ses plats principaux. Cette année, il a amélioré ses desserts.

Le « second choix », un article mauvais pour la santé mais souvent offert en remplacement du plat principal, a été enlevé du menu. Les aliments et les portions servis dans toutes les écoles du Réseau ont été normalisés, et les cafétérias ont été dotées du matériel qu'il faut pour préparer la nourriture sur place.

« Améliorez la qualité de la nourriture un repas à la fois, est le conseil donné par Rachel Allain. Le Réseau des cafétérias communautaires améliore constamment son menu. »



École communautaire de Cambridge-Narrows

Malgré sa petite taille, l'école communautaire de Cambridge-Narrows offre des programmes de nourriture impressionnants. Environ 140 élèves fréquentent cette école, et cette localité étroitement unie d'élèves et de membres du personnel entretient une culture de nutrition et d'éducation alimentaire.

« Nous connaissons très bien nos élèves et nous avons un personnel dévoué, a dit le directeur de l'école, Nelson Arsenault. Il est essentiel d'obtenir la participation du personnel. »

L'école est fière de ses trois programmes de repas santé. Elle offre notamment un programme de déjeuner quatre jours par semaine aux élèves du niveau primaire, et trois jours par semaine aux élèves plus âgés, le personnel de l'école faisant souvent des courses à l'épicerie et préparant lui-même le déjeuner du jour.

« Nous savons que les élèves qui mangent des aliments nutritifs ont des esprits plus sains et plus alertes », a dit Nelson Arsenault.

De plus, l'école offre le programme *Farm to School* par l'entremise du Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick, qui offre des repas préparés à partir d'ingrédients frais cultivés dans la région, y compris un buffet à salades composé de produits de saison.

Le programme *Farm to School* est offert tous les mardis et parfois le vendredi à partir de la salle d'économie domestique de l'école et il est devenu si populaire que le mardi est maintenant un jour de la semaine très attendu à la fois par les élèves et les enseignants.

« Il s'agit de fournir aux enfants des aliments frais cultivés ici le plus possible, a dit M. Arsenault. Si on leur présente de la nourriture santé, les élèves la mangeront. »

L'école a profité de subventions de milliers de dollars grâce à la demande soumise par l'un de ses directeurs adjoints et aux efforts de son coordonnateur d'école communautaire.

« Il s'agit tout simplement de prendre l'initiative, de préciser Nelson Arsenault. N'attendez pas que les choses viennent à vous. Profitez des offres. »

Le programme de l'école appelé *DISH (Delicious Ingredients Served Here)* est coordonné par les élèves du niveau intermédiaire sous la direction du coordonnateur de l'école communautaire. Une fois par mois, les élèves intéressés préparent de la nourriture pour leurs compagnons et compagnes de classe ainsi que pour le personnel enseignant. Certains élèves font partie du conseil d'administration de *DISH*.

« Nous sommes très fiers de la tenue de ces types d'initiatives, a dit M. Arsenault. Nous ne cherchons pas à faire un profit. Notre objectif est que chaque enfant puisse manger des repas santé. »

Emma Vail et Nicholas Orchard-Belyea



CÉD'ICI

CÉD'ICI a été créé à la suite de plaintes d'élèves et de parents concernant la qualité de la nourriture qu'on peut acheter dans les cafétérias scolaires. Trois années plus tard, CÉD'ICI offre maintenant de la nourriture à trois écoles francophones de la région de la Capitale : l'École des Bâisseurs et l'École Sainte-Anne à Fredericton ainsi que l'École Arc-En-Ciel à Oromocto. À l'automne, CÉD'ICI offrira également ses repas à la nouvelle école francophone située dans le quartier nord de Fredericton.

« Notre progrès le plus important a été d'instaurer la culture consistant à tout préparer nous-mêmes, a déclaré le directeur général de CÉD'ICI, Stéphane Sirois. Tout est basé sur le principe des mets préparés nous-mêmes à partir de produits frais de la région... Nous utilisons surtout des produits cultivés ici. »

Environ 1500 élèves fréquentent les trois écoles desservies par CÉD'ICI, de la maternelle à la 12^e année. Le même menu est offert à tous les élèves tous les jours.

Stéphane Sirois reconnaît qu'il y a eu des obstacles à surmonter avant d'adopter un menu différent. Il a fallu du temps pour que le personnel des cafétérias s'adapte au changement, et certains élèves hésitent encore à essayer des aliments non familiers.

« Il faut du temps pour changer les comportements », a déclaré Stéphane Sirois, qui a ajouté que les changements ont été bien accueillis par les parents et la plupart des élèves.

Les changements à la cafétéria n'ont pas seulement porté sur l'amélioration de la nutrition, mais également sur la sensibilisation des élèves à l'origine de la nourriture dans leur assiette.

« Le processus a été graduel... Nous avons vu un grand changement au cours de la dernière année et demie, les élèves s'intéressant davantage à l'origine de leur nourriture. »



École de la Première Nation d'Eel Ground

Chad Duplessie, coordonnateur du projet *Healthy Bodies, Healthy Minds, and Healthy Spirits* de la Première Nation d'Eel Ground, n'hésite pas à répondre lorsqu'on lui demande les conseils qu'il donnerait aux gens pour améliorer le menu de leur école.

« Consultez les élèves, a-t-il dit. Nous sommes constamment impressionnés par la capacité des élèves à comprendre ce que sont les repas santé et à faire les bons choix. »

Le personnel de l'école de la Première Nation d'Eel Ground a travaillé fort pour instaurer une culture de santé au sein de l'organisation étudiante et de la communauté éducative élargie. Offert en partenariat avec *Canadian Feed the Children* depuis 2006-2007, le programme de déjeuner et de dîner d'Eel Ground a été élaboré avec l'aide de diététistes. Le programme de repas est axé sur des mets santé préparés soi-même, comme les boulettes de viande maigre maison accompagnées de riz entier. Les cuisiniers scolaires reçoivent l'aide de chefs cuisiniers de la région afin d'améliorer leurs compétences.

Rayken Power

« On dit souvent qu'il faut intégrer l'amour à la nourriture. Cela ne peut se faire que si les personnes qui préparent les repas sont eux-mêmes passionnés par le changement et leur travail », a déclaré Chad Duplessie, ajoutant que le programme ne serait pas couronné de succès sans les efforts des cuisiniers scolaires. « Demandez aux élèves de participer au processus et suscitez une fierté chez les gens qui préparent les repas. »

La Première Nation d'Eel Ground est située tout près de la ville de Miramichi. Environ 80 élèves fréquentent l'école. Le programme de repas de l'école sert à la fois le déjeuner et le dîner tous les jours et il a été créé en réponse aux problèmes de sécurité alimentaire dans la collectivité.

« Les élèves qui ont faim en classe ont de la difficulté à apprendre et à contrôler leur comportement en classe », a précisé Chad Duplessie.

Le changement dans la nourriture offerte ne s'est pas réalisé entièrement sans difficultés au début. On a pu remarquer une certaine résistance lors de la transition des pâtes et du pain blancs aux pâtes et au pain de blé entier, mais maintenant, lorsqu'on les interroge à ce sujet, les élèves répondent qu'ils préfèrent le pain de blé entier.

« De plus, cela permet aux parents d'apporter à la maison les mêmes changements qu'à l'école », d'ajouter Chad Duplessie.

Depuis le début de son partenariat avec *Canadian Feed the Children*, l'école a sans cesse travaillé à améliorer la qualité et la valeur nutritionnelle des repas. Elle prévoit un jour sortir le programme de la salle communautaire, où il trouve depuis le début, et l'implanter dans la nouvelle école dotée d'une cafétéria industrielle comprenant tous les appareils modernes nécessaires.

« L'objectif est de créer pour les élèves un environnement confortable dans lequel ils peuvent déguster des repas nutritifs et savoureux préparés ici », a dit Chad Duplessie.



Owen Henderson Ward

École consolidée Macdonald

L'administration de l'école consolidée Macdonald à Kingston savait que la nourriture qu'elle servait aux élèves n'était pas la meilleure. Presque tout arrivait déjà fait à l'école. Le personnel n'avait qu'à ajouter de l'eau aux soupes en poudre et à les réchauffer. D'autres aliments arrivaient déjà préparés ou congelés et étaient réchauffés avant d'être servis aux élèves. L'administration scolaire et le Comité parental d'appui à l'école s'inquiétaient au sujet des niveaux élevés de sodium dans beaucoup des aliments qui coûtaient cher par rapport à la qualité offerte.

« Le Comité parental d'appui à l'école a décidé qu'il préférerait ne pas avoir de cafétéria s'il fallait que nos élèves mangent de la nourriture irréaliste », a dit la directrice de l'école, Ellen Whittaker-Brown.

Au cours du mois de septembre de l'année scolaire 2014-2015, l'école d'environ 200 élèves n'a servi aucune nourriture. Ensuite, le Comité parental a entendu dire que Kredl's Corner Market, un petit marché près de Hampton spécialisé en fruits, légumes et viande biologiques provenant de la région, livrait des sacs à lunch dans une autre école de la région.

On a alors communiqué avec le propriétaire de Kredl's, Dave Wolpin, pour examiner la possibilité d'organiser un programme de sacs à lunch à l'intention de l'école Macdonald également. Lorsque Dave Wolpin a visité l'école et a vu les installations de la cafétéria, il a suggéré de préparer les repas sur place.

« Les seuls aliments que l'on doit servir dans les écoles sont les aliments qui sont indéniablement bons pour vous. L'alternative n'est pas une option », a déclaré M. Wolpin, qui donne également des présentations dans les écoles de la région pour sensibiliser les élèves à la nourriture.

Le nouveau menu a été bien accueilli par les élèves. La salade César de l'école est un mets préféré préparé quotidiennement à l'école même, y compris la vinaigrette. Les desserts cachent des légumes comme des épinards ou des patates douces, et les élèves qui achètent plus d'un dessert doivent également acheter un fruit. L'eau est une boisson populaire, mais on offre également du jus 100 %. Le lait au chocolat est intentionnellement plus cher que le lait ordinaire.

« Ce n'est réellement pas plus coûteux d'acheter des ingrédients réels, si vous ne cherchez pas uniquement à faire de l'argent », a précisé la directrice Ellen Whittaker-Brown.

Le programme de l'école reçoit l'appui des parents et de la collectivité élargie, ce qui fait une différence selon Mme Whittaker-Brown. La nouvelle cafétéria emploie des personnes de la région qui se soucient de la qualité de la nourriture servie aux élèves.

« Ils servent des choses simples. Tout est fait maison. Cela prend un peu de temps, mais je crois qu'on diminue les coûts. »



École Marguerite Bourgeoys

Dre Linda Dalpé

À propos de la Dre Linda Dalpé

La Dre Linda Dalpé est un médecin de famille de Caraquet qui tient avec passion à s'assurer que les enfants du Nouveau-Brunswick ont le soutien dont ils ont besoin pour vivre plus sainement. Elle-même mère, elle a pris des mesures pour améliorer la nourriture servie à l'école de ses propres enfants. Elle nous a raconté son histoire dans l'espoir qu'elle aidera les parents qui se trouvent dans une situation semblable.

"Depuis quelques années, lorsque le menu de la cafétéria de l'école de mes enfants était disponible lors de la rentrée scolaire, je faisais l'exercice de rayer tout ce qui n'était pas bon pour la santé de mes enfants. Il y a deux ans, je me suis dit que cet exercice n'était pas équitable pour les enfants dont les parents, pour diverses raisons, ne faisaient pas ce même exercice. Puisque je n'en pouvais plus de voir de la poutine au menu de la cafétéria, j'ai décidé de m'impliquer.

Je me suis inscrite au comité du CPAE de l'école de mes filles. J'ai appris que le menu est déterminé par la cuisinière et la direction, que ce sont eux qui doivent donc être compétentes en nutrition afin d'évaluer si leur menu est conforme à la politique alimentaire. Je leur ai dit que j'étais disponible pour les aider, car je voyais qu'ils ne respectaient pas la politique 711. Mais la direction n'était pas de cet avis, croyant bien comprendre la

politique 711 et donc la respecter. Ce n'était pas de la mauvaise volonté de leur part, ce sont des gens dévoués qui adorent nos enfants.

Ma prochaine étape fut donc d'apprendre comment fonctionne le mécanisme de contestation de cette politique gouvernementale. J'ai donc pris part à un webinaire offert par le gouvernement sur ce sujet d'actualité. Premièrement, tu dois connaître et comprendre la politique 711, ensuite tu parles de ton désaccord avec la direction, si ça ne fonctionne pas, tu en parles au district, si ça ne fonctionne pas, tu en parles au Conseil d'éducation, si ça ne fonctionne pas, tu en parles directement au ministère de l'Éducation.



L'année suivante, une nouvelle direction m'a donné une nouvelle occasion de poursuivre avec ce dossier qui me tenait à cœur. Le fait qu'ils ont reçu une évaluation d'une diététiste, mandatée par le Conseil d'éducation, disant qu'aucune école du DSFNE ne respectait la politique alimentaire a certainement aidé ma cause.

Mon aide fut acceptée et l'aide d'une diététiste bénévole. Nous avons travaillé sur les portions de glucides et sur les quantités de légumes, apporté une variété de couleurs dans chaque assiette, travaillé sur le contrôle des quantités de sel, de sucre et de gras, notamment dans les multiples desserts.

Le nouveau menu est beau, bon au goût, nettement meilleur pour la santé et abordable, et les jeunes l'adorent!

Il faut que les ministères ouvrent leur cœur et partagent leur enveloppe budgétaire afin d'améliorer la santé de nos enfants, qu'il y ait un partage de connaissances et d'expertise, afin de s'assurer que nos enfants ont tous les outils pour grandir et développer leur plein potentiel. Dans nos écoles secondaires, les diététistes sont aussi essentielles que les infirmières en santé sexuelle.

MENU DE LA CAFÉTÉRIA 2014-2015

| Dimanche | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|--|---|--|---|---|---|
| 12 sept. - 02 oct 2014 22 sept. - 03 oct 2014 27 oct. - 07 nov 2014 24 nov. - 04 déc 2014 01 déc. - 11 jan 2015 08 jan. - 04 fév 2015 05 fév. - 02 mars 2015 09 mars - 01 avr 2015 04 avr - 03 mai 2015 01 mai - 01 juin 2015 | Spécialité d'œuf à la diable Pâtates pilées Légumes Dessert et lait | Terribilité grillé au kériage (grilled cheese) Soupe au poulet et nouilles Dessert et lait | Canari au poulet Omelette Riz Dessert et lait | Maccaroni à la viande Légumes Dessert et lait | Pizza à la viande Salade César Dessert et lait |
| 26 oct - 01 nov 2014 03 nov - 07 nov 2014 10 nov - 20 déc 2014 12 jan - 05 fév 2015 09 fév - 03 mars 2015 10 mars - 07 avr 2015 14 avr - 10 mai 2015 11 mai - 05 juin 2015 | Bouillie au poulet Pain Dessert et lait | Tanghetti Légumes Dessert et lait | Poulet et patates pilées Salade de choux Dessert et lait | Sous-marin Salade de brocoli Dessert et lait | Pâtes chinoises Légumes Dessert et lait |
| 18 sept - 01 oct 2014 03 oct - 04 oct 2014 07 oct - 14 oct 2014 04 oct - 01 nov 2014 08 nov - 20 nov 2014 20 nov - 24 nov 2014 24 nov - 01 déc 2014 01 déc - 07 jan 2015 | Wrap au poulet Soupe aux légumes Dessert et lait | Lasagnes Salade Dessert et lait | Pancakes Pâtates pilées, légumes Dessert et lait | Pain au saumon Pâtates pilées, légumes Dessert et lait | Hamburger avec ou sans Fromage, crudité Riz Dessert et lait |
| 22 sept - 26 sept 2014 28 oct - 29 oct 2014 01 nov - 01 nov 2014 04 nov - 01 déc 2014 07 nov - 24 nov 2014 24 nov - 24 nov 2014 27 nov - 02 déc 2014 26 nov - 26 nov 2014 | Jambon Pâtates pilées et légumes Dessert et lait | Bœuf aux légumes Pain Dessert et lait | Spaghetti Légumes Dessert et lait | Pâtes chinoises Légumes Dessert et lait | Penne au poulet Légumes Dessert et lait |

École Marguerite-Bourgeois
Messages : 727-7957

CANTINE DU MATIN

| | |
|-----------------------------|--------|
| Galette de riz | 0,50\$ |
| Piccolo - Chicken ou Marble | 0,40\$ |
| Mais soufflé maison | 0,50\$ |
| Fruit | 0,50\$ |
| Bonne de fruit déshydraté | 0,75\$ |
| Salade | 0,50\$ |
| Vogourt ou Yaourt | 0,50\$ |
| Vogourt au tube | 0,50\$ |

CANTINE DU DÎNER (4\$)

| | | |
|--|--|--|
| Lundi - Soupe poulet et nouilles - Wrap au bœuf - Dessert - Lait ou jus | Mardi - Soupe bœuf et orge - Sous-marin - Sandwich au poulet - Dessert - Lait ou jus | Mercredi - Soupe aux légumes - Sandwich au poulet - Dessert - Lait ou jus |
| Jeudi - Soupe Minestrone - Wrap au poulet - Dessert - Lait ou jus | Vendredi - Soupe poulet et riz - Sous-marin au bœuf - Dessert - Lait ou jus |  |

- Le service à la cafétéria est offert à tous les élèves.
- La cantine est offerte aux élèves de 2^e à 6^e année.
- Aucune substitution n'est permise.
- Les prix sont les suivants:
 - M à 2^e année: 3,50\$
 - 3^e à 6^e année: 4,00\$ (cafétéria et cantine)

*Les élèves peuvent acheter une carte pour 5 repas :
- M à 2^e année: 16,50\$
- 3^e à 6^e année: 19,00\$

BON APPÉTIT!



Des organisations changent la manière de manger des élèves au Nouveau-Brunswick

Les quatre organisations suivantes sont d'excellentes sources d'information et montrent la voie à suivre dans le domaine de l'alimentation saine au Nouveau-Brunswick. Les médecins et les diététistes du Nouveau-Brunswick ont toujours dit, et nous le redisons, qu'il faudra de nombreuses idées et voix pour s'assurer que toutes les écoles puissent respecter et dépasser les exigences en matière de nutrition de la politique 711. Nous croyons que ces organisations ont fait preuve de leadership dans ce domaine et seraient d'excellentes sources d'information. Soulignons qu'aucune de ces organisations n'a fait de la publicité pour l'initiative Alerte aux menus, n'y a participé activement, ne l'a commanditée ou ne l'a appuyée de toute autre manière. Nous les remercions pour leur inspiration et le travail qu'elles font pour améliorer la nourriture offerte aux enfants et aux jeunes dans les écoles.

Le Réseau d'action sur la sécurité alimentaire du Nouveau-Brunswick

Le Réseau d'action sur la sécurité alimentaire a pour mission de faciliter l'accès de tous les gens du Nouveau-Brunswick à des aliments sains, locaux et produits de manière durable. Il offre un certain nombre de programmes qui influent sur la manière de consommer les aliments au Nouveau-Brunswick et travaille à la création de groupes de mentors communautaires en alimentation ainsi qu'à la promotion de jardins et de cuisines communautaires. De plus, il travaille avec le programme de nutrition De la ferme à la cafétéria et avec de nombreuses banques alimentaires. Voici l'adresse de son site Web : <http://www.securitealimentairenb.ca/>.

Coalition pour une saine alimentation et l'activité physique au Nouveau-Brunswick

La CSAAP est un réseau de ministères gouvernementaux et d'organismes non gouvernementaux qui partagent les buts communs d'une vie et d'une alimentation saines pour tous les Néo-Brunswickois et Néo-Brunswickoises. L'an dernier, la CSAAP a diffusé un document d'information sur la politique 711, qui a mis en lumière les questions de saine alimentation chez de nombreux parents et Néo-Brunswickois en présentant simplement l'information d'une manière accessible. La SMNB est l'un des nombreux groupes membres de la CSAAP. Voici l'adresse de son site Web : <http://hepac.ca>.

De la ferme à l'école au Nouveau-Brunswick

Dans la province, huit écoles profitent de petites subventions accordées par des partenaires fédéraux et provinciaux afin d'aménager dans leur cafétéria un buffet à salades garni de fruits et légumes frais produits par des agriculteurs locaux. De plus, les écoles fournissent de la formation sur la nourriture sous la forme de cours de cuisine, de visites d'agriculteurs ou de jardins. La demande du programme est très élevée dans un certain nombre d'écoles. Renseignements : <http://www.farmtocafeteriacanada.ca/fr/2014/10/de-la-ferme-a-lecole-au-nouveau-brunswick-en-bonne-compagnie/>

La Faculté de kinésiologie de l'Université du Nouveau-Brunswick

L'Université du Nouveau-Brunswick s'intéresse activement à la recherche dans le domaine des politiques liées à la nourriture, de la nutrition et de la saine alimentation. La professeure Mary McKenna enseigne le mieux-être, la nutrition et la promotion de la santé, et elle a participé à de nombreuses tables provinciales, nationales et internationales sur la politique alimentaire. On peut lire les publications révisées par des pairs ayant trait à la nourriture servie dans les écoles néo-brunswickoises sur le site suivant :

<http://www.unb.ca/fredericton/kinesiology/research/profiles/mmckenna.html>.