



POUR UN VIRAGE SANTÉ À L'ÉCOLE

Politique-cadre pour une saine alimentation et un mode de vie physiquement actif

Fiche d'information

LES ALIMENTS PANÉS COMMERCIAUX

Dans la foulée de la mise en œuvre de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, l'école peut-elle inclure dans son offre alimentaire des aliments commerciaux enrobés de chapelure (panure) multigrain, s'ils ne sont pas frits?

Deux des orientations de la Politique-cadre visent à ce que les élèves aient accès à une variété d'aliments de bonne valeur nutritive et à ce que les aliments de faible valeur nutritive soient éliminés de l'offre alimentaire.

Première orientation : Offrir une alimentation variée et privilégier les aliments de bonne valeur nutritive

- Trois des composantes prioritaires de cette orientation sont :
 - privilégier les produits céréaliers à grains entiers;
 - privilégier les types de cuisson n'utilisant pas ou que très peu de matières grasses, c'est-à-dire à la vapeur, au four, braisé, poché, grillé ou rôti;
 - éviter les produits contenant des gras saturés ou hydrogénés (gras trans).

Deuxième orientation : Éliminer les aliments à faible valeur nutritive de l'offre alimentaire

- Une des composantes prioritaires de cette orientation est :
 - éliminer la friture et les aliments panés commerciaux ou préalablement frits.

La fiche thématique 1 *Menus santé en milieu scolaire* propose :

- de diminuer la quantité de matières grasses dans les mets cuisinés;
- de remplacer la farine blanche par de la chapelure de blé entier dans la préparation des panures et cuire au four.

Dans cet esprit, l'élimination des aliments panés commerciaux qui est demandée dans la Politique-cadre ne s'applique qu'à ceux qui sont préalablement frits. En ce qui concerne la chapelure (panure), il est préférable qu'elle soit faite de grains entiers. La même logique s'applique pour les aliments préparés à l'école ou à l'avance par un traiteur.
