

Politique alimentaire École Vision St-Augustin



Un des objectifs du Réseau des écoles Vision est de favoriser l'acquisition de modes de vie sains et actifs qui permettent aux élèves de réaliser des apprentissages de qualité et développer leur estime de soi. En effet, le développement d'habiletés motrices et la participation à des activités physiques variées sont des sources de fierté sur lesquelles les enfants pourront bâtir tout au long de leur vie. Des **habitudes alimentaires de qualité** doivent aussi être développées pour permettre un bon développement intégral de l'élève. Afin de s'engager en ce sens, l'école Vision St-Augustin demande aux parents de respecter la politique alimentaire suivante:

Collation du matin :

- fruits frais;
- fruits séchés/déshydratés;
- yogourts, yogourts à boire ou tubes;
- fromage.

Repas du midi :

- Les repas de type casse-croûte sont interdits (pizza, croquettes de poulet, pogo, frites...).
- Les desserts très sucrés, le chocolat et les friandises ne sont pas permis.



Collation de l'après-midi :

- fruits, légumes;
- produits laitiers (voir collation du matin);
- galettes de riz, craquelins divers, biscuits soda;
- biscuits et muffins SANTÉ sans chocolat;
- barres tendres sans trace de noix, sans amande, sans chocolat ni caramel.

Ne pas donner aux enfants des aliments contenant des arachides ou des noix et n'oubliez pas d'inclure les ustensiles nécessaires.

La santé de vos petits nous tient à cœur !
Merci de votre collaboration!