

# Une alimentation saine et d'ici

Au Lieu des petits, nous savons l'importance du goût et de la présentation des aliments pour, entre autres, stimuler l'appétit et faire du repas une expérience plaisante et enrichissante. C'est aussi une opportunité de guider les enfants dans l'apprentissage d'une saine alimentation et de bonnes habitudes de vie, ce que font nos éducatrices et nos responsables de l'alimentation au quotidien. Ainsi, nous veillons à stimuler leur développement sur tous les plans! D'autre part, au niveau de la gestion du service alimentaire, nous cherchons toujours à améliorer nos menus et nos techniques. Par exemple, à titre de «CPE durable», nous prenons tous les moyens à notre disposition pour minimiser les pertes d'aliments, diminuer la viande, acheter local, etc.. Le Lieu des petits est fier d'être un acteur proactif en matière d'alimentation à l'égard des changements nécessaires à la santé de la planète et des générations futures!

## NOS ACTIONS EN ALIMENTATION



### Objectif Zéro déchet!

Nous avons supprimé l'utilisation du plastique à usage unique en cuisine en utilisant des charlottes en tissu lavable et du matériel réutilisable le plus souvent possible. Ces efforts ont d'ailleurs valu une certification «Établissement ZERO déchet» au CPE Lieu des petits de St-Michel lors d'une inspection de la Ville de Montréal!

### Davantage d'aliments écoresponsables

Afin de répondre aux préoccupations grandissantes reliées à la crise climatique, le Lieu des Petits et ses 3 CPE ont entamé une démarche visant à augmenter les aliments sains, locaux et écoresponsables dans les repas offerts aux enfants.

### Des cibles audacieuses mais réalisables

Pour tendre vers une alimentation plus responsable, après avoir supprimé le bœuf de nos menus il y a plusieurs années, le Lieu des petits s'est fixé ces nouveaux objectifs en 2023-24:

- Augmenter l'offre de protéines végétales
- Réduire les quantités de viandes servies
- Incorporer une plus grande variété de grains entiers

	% actuels	% visés
Aliments sains (grains entiers)	85 %	90 %
Légumes frais locaux	47 %	60 %
Fruits frais locaux	13 %	33 %
Viandes et substituts locaux	39 %	44 %

### Avec le soutien de précieux partenaires

Le Lieu des Petits, déjà fièrement reconnu par le programme Aliments du Québec au menu, et soutenu par les Petits Ambassadeurs, va accroître cette année son approvisionnement local. Parmi les plus récents producteurs régionaux, citons la Plateforme Arrivage (regroupement de producteurs locaux), Tempehine, État Végétal, Ferme Roquette, Ferme Valens. D'autres s'en viennent pour notre plus grand régal!

### Grâce à des outils performants

Utilisé quotidiennement par nos responsables de l'alimentation, le logiciel CuisiOp permet de standardiser des menus, d'optimiser les étapes de planification et de production, notamment dans le cadre de la centralisation de nos cuisines. C'est également le meilleur moyen de minimiser les pertes d'aliments!