



# POUR UN VIRAGE SANTÉ À L'ÉCOLE

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

### Fiche d'information

## L'OFFRE DE CHOCOLAT À L'ÉCOLE

Dans la foulée de la mise en œuvre de la politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, des personnes se demandent s'il est possible d'offrir du chocolat à la cafétéria et dans les machines distributrices ou encore d'en vendre à l'occasion d'activités de collecte de fonds.

Deux orientations de la politique-cadre visent à ce que les élèves aient accès à une variété d'aliments de bonne valeur nutritive, à ce que les aliments de faible valeur nutritive soient éliminés de l'offre alimentaire et à ce que les activités impliquant l'utilisation d'aliments soient cohérentes avec les orientations de cette politique.

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

- Une composante prioritaire de cette orientation est :
  - d'offrir des desserts et collations à base de fruits, de produits laitiers et de produits céréaliers à grains entiers, et éviter ceux qui sont riches en matières grasses et en sucre.

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

- Deux composantes prioritaires de cette orientation sont :
  - d'éliminer les produits dont la liste des ingrédients débute par le mot « sucre » ou un équivalent;
  - de vendre ou d'offrir des aliments et boissons conformes aux principes d'une saine alimentation à l'occasion de campagnes de financement, d'événements spéciaux, de voyages, de sorties éducatives, etc.

De plus, trois des fiches thématiques qui accompagnent la politique-cadre proposent :

- Fiche 1 : Menus santé en milieu scolaire
  - Éviter les desserts et les collations riches en matières grasses et en sucres (pâtisseries, gâteaux, tartes, beignes, crème glacée, tablettes de chocolat à moins de 70 % de cacao, etc.) et favoriser les muffins et galettes maison, le pain aux bananes ou aux carottes maison, les barres de céréales, etc.
- Fiche 2 : Machines distributrices
  - Éliminer tous les aliments dont le premier ingrédient est le sucre (confiseries, sucreries, fruits séchés avec enrobage au chocolat ou à saveur de yogourt, fruits séchés avec enrobage chocolaté ou sucré, chocolat à moins de 70 % de cacao, etc.).
- Fiche 3 : Collations santé
  - Les produits dont le mot « sucre » ou un équivalent désigne le deuxième ou le troisième ingrédient devraient être consommés seulement à l'occasion.

De ce qui précède, il faut comprendre que l'offre ou la vente de chocolat ne sont pas interdites, dans la mesure où le premier ingrédient du chocolat n'est pas le sucre. De manière générale, le chocolat composé de plus de 70 % de cacao contient moins de sucre que le chocolat au lait ou le chocolat blanc. La teneur en sucre et en matières grasses du chocolat à 70 % n'en demeure pas moins importante. Il est donc préférable de ne consommer celui-ci qu'à l'occasion et avec modération.

**Note :** Les termes suivants sont synonymes de sucre : sucrose, fructose, dextrose, glucose-fructose, sucre inverti, sirop de malt et sirop de maïs.