



ALIMENTS ET BOISSONS CONTENANT DES ÉDULCORANTS

Dans la foulée de la mise en œuvre de la Politique-cadre *Pour un virage santé à l'école*, l'établissement peut-il servir aux élèves des aliments (ex. : yogourt) et des boissons (ex. : lait au chocolat) sucrés avec des édulcorants artificiels?

Deux 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

- Une des composantes prioritaires (CP) de cette orientation est :
 - ⇒ Faire place à une variété de jus de fruits purs à 100 % (non sucrés) et de jus de légumes, en plus du lait et de l'eau (CP 4).

Deuxième orientation :

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

- Deux des composantes prioritaires de cette orientation sont :
 - ⇒ Éliminer les boissons gazeuses sucrées, celles avec des substituts de sucre (boissons *diètes*) (CP 10);
 - ⇒ Éliminer les produits dont la liste des ingrédients débute par le terme « sucre » ou un équivalent (CP 11).

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

- d'encourager et de faciliter la consommation d'eau de façon régulière au cours de la journée;
- d'offrir aux jeunes une grande variété de produits laitiers; ces choix incluent notamment le lait aromatisé contenant moins de 30 grammes de sucre par 250 ml.

Les édulcorants donnent un goût très sucré aux aliments et habituent les consommateurs à les préférer aux aliments nutritifs à saveur sucrée naturelle, nuisant ainsi à l'adoption de saines habitudes alimentaires. De plus, les substituts de sucre ne sont pas essentiels à une offre alimentaire variée qui privilégie des aliments de bonne valeur nutritive.

Il est donc recommandé aux établissements de privilégier les aliments et le lait au chocolat sans édulcorant. Il est également recommandé d'éviter d'offrir des aliments identifiés comme « *diètes* » ou « faibles en calories », afin de ne pas encourager leur consommation et d'éviter que certains élèves développent ou accentuent des problèmes reliés au poids.

Pour ces raisons, les boissons avec des substituts de sucre (édulcorants) sont à éliminer de l'offre alimentaire de l'établissement, comme le demande la composante prioritaire 10.