

CONSEIL SCOLAIRE PUBLIC DU GRAND NORD DE L'ONTARIO

ANNEXE A : NORMES D'ALIMENTATION POUR LES ÉCOLES DE L'ONTARIO

(Conformément à la LDC B-017)

Lire les informations sur l'étiquette de l'aliment – surtout le tableau de la valeur nutritive et la liste des ingrédients – puis comparer ces informations avec les critères nutritionnels ci-dessous pour établir si l'aliment ou la boisson peut être vendu dans les écoles.

Les produits dans la catégorie Vendre le plus doivent constituer *au moins 80 %* de tous les choix d'aliments et *au moins 80 %* de tous les choix de boissons à vendre dans les lieux scolaires, quels qu'en soient l'endroit, le programme et l'occasion.

Les produits dans la catégorie Vendre moins ne doivent constituer *pas plus de 20 %* de tous les choix d'aliments et *pas plus de 20 %* de tous les choix de boissons à vendre dans les lieux scolaires, quels qu'en soient l'endroit, le programme et l'occasion.

Normes d'alimentation concernant la nourriture

Toute nourriture vendue dans les écoles doit satisfaire aux *Normes relatives aux gras trans* décrites dans le Règlement de l'Ontario 200/08 applicable en vertu de la *Loi sur l'éducation*.

Légumes et fruits

<ul style="list-style-type: none"> • Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit. • Voir la partie « Normes d'alimentation concernant les boissons » pour connaître les critères nutritionnels des jus et mélanges de jus de légumes et de fruits. • Les aliments devraient toujours être préparés d'une manière saine, c'est-à-dire cuits avec peu ou pas d'ajout de matières grasses ni de sodium, comme par exemple cuits au four, au barbecue, au four à micro-ondes, à la vapeur, sautés, braisés, bouillis, grillés, rôtis ou pochés. 			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Légumes et fruits frais, surgelés, en conserve ou déshydratés	<p>Le légume ou le fruit est indiqué en premier sur la liste des ingrédients et gras : ≤ 3 g et sodium : ≤ 360 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Légumes frais ou surgelés avec peu ou pas de sel ajouté • Fruits frais ou surgelés sans ajout de sucre • Légumes en conserve • Fruits en conserve dans un jus ou un léger sirop • Compote de pommes non sucrée • Certains produits surgelés à base de pommes de terre à faible teneur en gras, y compris frites • Certains fruits déshydratés et pâte de fruits déshydratée à 100 %* 	<p>Le légume ou le fruit est indiqué en premier sur la liste des ingrédients et gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains fruits déshydratés et pâte de fruits déshydratée à 100 % • Légumes et fruits légèrement assaisonnés ou en sauce • Certains assortiments de légumes préparés 	<p>Le sucre** est indiqué en premier sur la liste des ingrédients ou gras : > 5 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Produits à base de légumes ou de fruits préparés avec une plus forte teneur en gras, en sucre ou en sel, y compris les légumes frits • Certains produits emballés surgelés et produits à base de pommes de terre frites, y compris les pommes de terre rissolées et les frites • Certaines collations aux fruits faites à base de jus (bonbons gélifiés, roulés aux fruits)

Légumes et fruits (fin)

	Vendre le plus (≥ 80 % des choix) Critères nutritionnels	Vendre moins (≤ 20 % des choix) Critères nutritionnels	Vente non permise Critères nutritionnels
Tomates en conserve et produits à base de tomates	<p>gras : ≤ 3 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines tomates entières, écrasées ou en morceaux • Certaines sauces pour pâtes alimentaires 		<p>gras : > 3 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tomates entières, écrasées ou en morceaux avec une teneur plus forte en gras ou en sodium • Sauce pour pâtes alimentaires avec une teneur plus forte en gras ou en sodium
Croustilles de légumes et de fruits	<p>gras : ≤ 3 g et sodium : ≤ 240 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines croustilles de légumes (p. ex. pomme de terre, carotte) à faible teneur en gras et en sodium • Certaines croustilles de fruits (p. ex. banane, pomme, poire) à faible teneur en gras et en sodium 	<p>gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines croustilles de légumes (p. ex. pomme de terre, carotte) • Certaines croustilles de fruits (p. ex. banane, pomme, poire) 	<p>gras : > 5 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines croustilles de légumes ayant une teneur plus forte en gras ou en sodium • Certaines croustilles de fruits ayant une teneur plus forte en gras ou en sodium

* Les aliments à forte teneur en glucides et en féculents (naturels ou ajoutés) peuvent laisser entre les dents des particules qui peuvent présenter un risque pour la santé dentaire. Au nombre des choix de légumes et de fruits particulièrement préoccupants, mentionnons les pâtes de fruits déshydratées, les fruits secs et les croustilles (de pommes de terre et autres). On suggère de ne manger ces aliments que durant les repas et de réserver pour les collations les aliments qui sont vite éliminés de la bouche, tels que les légumes ou les fruits frais (crus ou cuits), en conserve ou surgelés.

** Repérer d'autres mots qui représentent le sucre (glucide), tels que *glucose, fructose, sucrose, dextrose, dextrine, sirop de maïs, sirop d'érable, sucre de canne, miel et jus de fruits concentré*.

Produits céréaliers

<ul style="list-style-type: none"> • Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit. • Les aliments devraient toujours être préparés d'une manière saine, c'est-à-dire cuits avec peu ou pas d'ajout de matières grasses ni de sodium, comme par exemple cuits au four, au barbecue, au four à micro-ondes, à la vapeur, sautés, braisés, bouillis, grillés, rôtis ou pochés. 			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Pain	<p>Le blé entier ou autre céréale entière est indiqué en premier sur la liste des ingrédients et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 240 mg et fibres : ≥ 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pain de blé entier ou de céréales entières, y compris petits pains au lait, bagels, muffins anglais, petits pains, naans, pitas, tortillas, chapattis, rotis, bannock • Pâte à pizza et pain plat à base de blé entier ou de céréale entière 	<p>gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pain à base de farine blanche (enrichie), y compris petits pains au lait, bagels, muffins anglais, petits pains, naans, pains pitas, tortillas, chapattis, rotis, bannock • Pâte à pizza à base de farine blanche (enrichie) 	<p>gras saturés : > 2 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pain blanc ayant une teneur élevée en gras ou en sodium • Certains pains, scones et biscuits au fromage
Pâtes alimentaires, riz et autres céréales	<p>gras : ≤ 3 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 240 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pâtes de blé entier ou de farine blanche (enrichie), y compris semoule de couscous • Riz blanc, brun ou sauvage, pâtes à base de riz ou de sarrasin (soba) • Quinoa, boulgour, blé en grains, épeautre et autres céréales entières 	<p>gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines pâtes alimentaires, riz et céréales 	<p>gras : > 5 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines pâtes alimentaires, riz et céréales ayant une teneur plus forte en gras, en gras saturés ou en sodium

Produits céréaliers (fin)

	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Aliments cuits au four	<p>gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et fibres : ≥ 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains muffins, biscuits, barres à base de céréales • Certaines gaufres et crêpes de blé entier ou de céréales entières 	<p>gras : ≤ 10 g et gras saturés : ≤ 2 g et fibres : ≥ 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains muffins, biscuits, barres à base de céréales, collation (snack) • Certaines gaufres et crêpes 	<p>gras : > 10 g ou gras saturés : > 2 g ou fibres : < 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • La plupart des croissants, feuilletés danois, gâteaux, beignets, tartes, chaussons, pâtisseries • Certains biscuits et carrés
Collations à base de céréales	<p>gras : ≤ 3 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 240 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains craquelins, croustilles de pita et pains plats de céréales entières • Certains craquelins et maïs soufflé emballés 	<p>gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains craquelins, bretzels et maïs soufflé 	<p>gras : > 5 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Craquelins, bretzels et maïs soufflé à forte teneur en gras et en sodium • La plupart des croustilles de maïs et autres mélanges à collation
Céréales	<p>La céréale entière ou le blé entier est indiqué en premier sur la liste des ingrédients et gras saturés : ≤ 2 g et fibres : ≥ 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines céréales pour petit-déjeuner, y compris avoine et certains granolas et céréales (servies froides) et riches en fibres 		<p>Le blé entier ou autre céréale entière n'est pas indiqué en premier sur la liste des ingrédients ou gras saturés : > 2 g ou fibres : < 2 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines céréales pour petit-déjeuner

Lait et substituts

<ul style="list-style-type: none"> • Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit. • Voir la partie « Normes d'alimentation concernant les boissons » pour connaître les critères nutritionnels à suivre pour le lait liquide et ses substituts liquides. 			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Yogourt, kéfir	gras : ≤ 3,25 % MG* ou ≤ 3 g <i>Exemples</i> • Yogourt nature et parfumé, y compris le yogourt en tube		gras : > 3,25 % MG ou > 3 g <i>Exemples</i> • Yogourt à forte teneur en gras, tel que le yogourt de type balkan
Fromage**	gras : ≤ 20 % MG et sodium : ≤ 360 mg et calcium : ≥ 15 % VQ*** <i>Exemples</i> • Fromages à faible teneur en gras et en sodium, y compris mozzarella partiellement écrémée, cheddar léger, certains fromages suisses et ricottas	sodium : ≤ 480 mg et calcium : ≥ 15 % VQ <i>Exemples</i> • La plupart des fromages durs et mous non fondus, y compris cheddar, mozzarella, brick, parmesan, certaines fétas, Monterey jack, havarti, gouda, fromage cottage, fromage en grains et bâtonnets au fromage	sodium : > 480 mg ou calcium : < 15 % VQ <i>Exemples</i> • Certains produits fromagers à base de pâte fondue • La plupart des fromages à la crème
Desserts à base de lait		gras : ≤ 5 g et sodium : ≤ 360 mg et calcium : ≥ 5 % VQ <i>Exemples</i> • Certains yogourts glacés, flans, crèmes anglaises, lait glacé, glaces italiennes	gras : > 5 g ou sodium : > 360 mg ou calcium : < 5 % VQ <i>Exemples</i> • Certaines crèmes anglaises • La plupart des yogourts glacés à forte teneur en gras et en sucre, y compris crème glacée, barres, gâteaux et sandwichs de crème glacée

* MG = Matière grasse du lait. Le montant est indiqué en haut de l'étiquette du produit.

** Encourager les choix de fromage à faible teneur en matières grasses

*** VQ = valeur quotidienne

Viandes et substituts

- Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit.
- Les aliments devraient toujours être préparés d'une manière saine, c'est-à-dire cuits avec peu ou pas d'ajout de matières grasses ni de sodium, comme par exemple cuits au four, au barbecue, au four à micro-ondes, à la vapeur, sautés, braisés, bouillis, grillés, rôtis ou pochés.

	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Viande fraîche ou congelée	gras : ≤ 10 g et sodium : ≤ 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Viande hachée extra maigre • Bœuf, chevreau, agneau, porc et volailles maigres • Certaines préparations de poulet en lanières ou en croquettes panées • Certaines croquettes de viande maigre • Certaines galettes de viande maigre 	gras : ≤ 14 g et sodium : ≤ 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Viande hachée maigre • Bœuf, chevreau, agneau, porc, volaille • Certaines préparations de poulet en lanières ou en croquettes panées • Certaines croquettes de viande • Certaines galettes de viande 	gras : > 14 g ou sodium : > 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Viande à forte teneur en gras et en sodium, y compris ailes de poulet, bacon, côtes de porc et de bœuf • Certaines saucisses de Francfort • La plupart des bâtonnets de peperoni • La plupart des produits à base de bœuf ou de dinde séchée et salée
Charcuterie	gras : ≤ 5 g et sodium : ≤ 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines charcuteries maigres 	gras : ≤ 5 g et sodium : ≤ 600 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines charcuteries maigres 	gras : > 5 g ou sodium : > 600 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Charcuterie riche en gras et en sodium
Poisson*	gras : ≤ 8 g et sodium : ≤ 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Poisson frais, surgelé ou en conserve 	gras : ≤ 12 g et sodium : ≤ 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Certains poissons surgelés et panés (p. ex. bâtons de poisson) • Poissons frais, surgelés ou en conserve 	gras : > 12 g ou sodium : > 480 mg <i>Exemples</i> <ul style="list-style-type: none"> • Certains poissons panés ou enrobés de pâte à frire à forte teneur ajoutée en gras et en sodium • Poissons frais ou surgelés à forte teneur en mercure*
Œuf	gras : ≤ 7 g et sodium : ≤ 480 mg		gras : > 7 g ou sodium : > 480 mg

Viandes et substituts (fin)

	Vendre le plus (≥ 80 % des choix) Critères nutritionnels	Vendre moins (≤ 20 % des choix) Critères nutritionnels	Vente non permise Critères nutritionnels
Noix, graines (nature, en beurre)	<p>non enrobés de bonbon, de chocolat, de sucre ou de yogourt et sodium : ≤ 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beurres de noix, de légumineuses et de graines, y compris d'arachides, d'amandes, de noix, de graines de soja, de sésame et de tournesol • Noix et graines, y compris amandes, noix, arachides, graines de tournesol, de citrouille (pépitas) 		<p>enrobé de bonbon, de chocolat, de sucre ou de yogourt ou sodium : > 480 mg</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Noix enrobées • Certaines noix grillées et salées
Substituts à la viande, tels que tofu, haricots et lentilles	<p>gras : ≤ 8 g et sodium : ≤ 480 mg et protéines : ≥ 10 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certaines galettes, lanières, croquettes, saucisses de Francfort et saucisses diverses de légumes, de tofu et de tempeh • Haricots et lentilles 		<p>gras : > 8 g ou sodium : > 480 mg ou protéines : < 10 g</p> <p><i>Exemples</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Certains produits à base de légumes à forte teneur en sodium • Certains substituts à la viande à forte teneur en gras et en sodium ou à faible teneur en protéines

* Certain types de poissons peuvent avoir une teneur en mercure dangereuse pour la santé humaine. Le poisson pêché dans les lacs et rivières de la région peut avoir une teneur en mercure différente de celle du poisson vendu dans le commerce. Le thon en conserve dit « pâle » a généralement une plus faible teneur en mercure que n'en ont le thon « blanc » ou le « albacore (germon) ». Consulter le site Web de Santé Canada pour connaître la mise à jour régulière à ce sujet et la liste des poissons à faible teneur en mercure à www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/chem-chim/environ/mercur/cons-adv-etud-fra.php.

Plats composés

Remarque : Les plats composés sont des produits qui contiennent plus d'un ingrédient de base.

Plats composés assortis d'un tableau de valeur nutritive			
<ul style="list-style-type: none"> • Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients donnés par le fournisseur. • Les aliments devraient toujours être préparés d'une manière saine, c'est-à-dire cuits avec peu ou pas d'ajout de matières grasses ni de sodium, comme par exemple cuits au four, au barbecue, au four à micro-ondes, à la vapeur, sautés, braisés, bouillis, grillés, rôtis ou pochés. 			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Plat principal (p. ex. pizza surgelée, sandwich, pâtes alimentaires, hot dogs)	gras : ≤ 10 g et gras saturés : ≤ 5 g et sodium : ≤ 960 mg et fibres : ≥ 2 g et protéines : ≥ 10 g	gras : ≤ 15 g et gras saturés : ≤ 7 g et sodium : ≤ 960 mg et fibres : ≥ 2 g et protéines : ≥ 7 g	gras : > 15 g ou gras saturés : > 7 g ou sodium : > 960 mg ou fibres : < 2 g ou protéines : < 7 g
Soupe	gras : ≤ 3 g et sodium : ≤ 720 mg et fibres : ≥ 2 g	gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 720 mg	gras : > 5 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 720 mg
Accompagnement (p. ex. salade de céréales ou de légumes)	gras : ≤ 5 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 360 mg et fibres : ≥ 2 g	gras : ≤ 7 g et gras saturés : ≤ 2 g et sodium : ≤ 360 mg	gras : > 7 g ou gras saturés : > 2 g ou sodium : > 360 mg

Plats composés (fin)

Plats composés sans tableau de valeur nutritive			
<ul style="list-style-type: none"> • Pour chaque ingrédient du plat, consulter, dans cette annexe, les critères nutritionnels du groupe alimentaire correspondant à l'ingrédient. • Les aliments devraient toujours être préparés d'une manière saine, c'est-à-dire cuits avec peu ou pas d'ajout de matières grasses ni de sodium, comme par exemple cuits au four, au barbecue, au four à micro-ondes, à la vapeur, sautés, braisés, bouillis, grillés, rôtis ou pochés. 			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Plat principal (p. ex. pizza, sandwich, pâtes alimentaires, hot dogs)	Tous les ingrédients de base* appartiennent à la catégorie Vendre le plus.	Au moins un des ingrédients de base appartient à la catégorie Vendre moins.	Ne peut pas être vendu si préparé avec un ingrédient de la catégorie Vente non permise.
Soupe	Tous les ingrédients de base appartiennent à la catégorie Vendre le plus.	Au moins un des ingrédients de base appartient à la catégorie Vendre moins.	Ne peut pas être vendu si préparé avec un ingrédient de la catégorie Vente non permise.
Accompagnement (p. ex. salade de céréales ou de légumes)	Tous les ingrédients de base appartiennent à la catégorie Vendre le plus.	Au moins un des ingrédients de base appartient à la catégorie Vendre moins.	Ne peut pas être vendu si préparé avec un ingrédient de la catégorie Vente non permise.

* Un ingrédient de base est tout produit indiqué dans un des groupes figurant dans les normes d'alimentation, c'est-à-dire les groupes Légumes et fruits, Produits céréaliers, Lait et substituts, et Viandes et substituts. *Toutes* les garnitures pour pizza sont considérées comme des ingrédients de base.

Ingrédients divers

Ingrédients secondaires	
<ul style="list-style-type: none"> • Les ingrédients ci-dessous sont considérés comme secondaires et sont utilisés en faible quantité comme indiqué dans « Portion ». • Choisir des produits à faible teneur en gras et en sodium. 	
Ingrédients	Portion
Condiments et tartinades	≤ 15 ml (1 c. à soupe)
Sauces	≤ 60 ml (4 c. à soupe)
Trempettes	≤ 30 ml (2 c. à soupe)
Matières grasses	≤ 5 ml (1 c. à thé)
Huiles et sauces à salade	≤ 15 ml (1 c. à soupe)
Autres ingrédients (p. ex. copeaux de chocolat, noix de coco, olives, parmesan)	≤ 15 ml (1 c. à soupe)

Produits divers dont la vente n'est pas permise dans les écoles (exemples de confiseries)
Bonbons Chocolat Barres énergétiques Bonbons à la réglisse Gomme à mâcher Bonbons gélifiés Sucettes glacées et tubes de jus de fruit glacé non préparés avec 100 % de jus de fruit

Normes d'alimentation concernant les boissons

Les normes d'alimentation concernant les boissons sont présentées séparément pour les écoles élémentaires et pour les écoles secondaires.

Toutes les boissons vendues dans les écoles doivent satisfaire aux *Normes relatives aux gras trans* décrites dans le Règlement de l'Ontario 200/08 applicable en vertu de la *Loi sur l'éducation*.

Boissons – Écoles élémentaires

Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit.			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Eau	ordinaire		
Lait et boissons à base de lait (nature ou parfumé)	gras : ≤ 2 % MG* ou ≤ 5 g et sucre : ≤ 28 g et calcium : ≥ 25 % VQ** et volume du contenant : ≤ 250 ml		gras : > 2 % MG ou > 5 g ou sucre : > 28 g ou calcium : < 25 % VQ ou volume du contenant : > 250 ml
Boissons au yogourt	gras : ≤ 3,25 % MG ou ≤ 3 g et volume du contenant : ≤ 250 ml		gras : > 3,25 % MG ou > 3 g ou volume du contenant : > 250 ml
Lait de soja et autres boissons, substituts du lait (nature ou parfumé)	enrichi de calcium et de vitamine D et volume du contenant : ≤ 250 ml		non enrichi ou volume du contenant : > 250 ml
Jus et mélanges de jus de fruits ou de légumes	jus à 100 %, avec pulpe ou en purée et non sucré, sans ajout de sucre et volume du contenant : ≤ 250 ml		< 100 % de jus, pulpe ou purée ou ayant du sucre dans la liste des ingrédients ou volume du contenant : > 250 ml
Chocolat chaud	gras : ≤ 2 % MG ou ≤ 5 g et sucre : ≤ 28 g et calcium : ≥ 25 % VQ et volume du contenant : ≤ 250 ml		gras : > 2 % MG ou > 5 g ou sucre : > 28 g ou calcium : < 25 % VQ ou volume du contenant : > 250 ml
Café et thé			tout café et thé
Thé glacé			tout thé glacé
Boissons énergisantes			toute boisson énergisante
Boissons pour sportifs			toute boisson pour sportifs
Autres boissons (p. ex. boissons gazeuses, eau parfumée, boissons avec jus comme limonade, orangeade)			toute autre boisson

* MG = Matière grasse du lait. Le montant est indiqué en haut de l'étiquette du produit.

** VQ = valeur quotidienne

Boissons - Écoles secondaires

Comparer les critères nutritionnels ci-dessous au tableau de valeur nutritive et à la liste des ingrédients qui figurent sur l'étiquette du produit.			
	Vendre le plus (≥ 80 % des choix)	Vendre moins (≤ 20 % des choix)	Vente non permise
	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels	Critères nutritionnels
Eau	ordinaire		
Lait et boissons à base de lait (nature ou parfumé)	gras : ≤ 2 % MG* ou ≤ 5 g et sucre : ≤ 28 g et calcium : ≥ 25 % VQ**		gras : > 2 % MG ou > 5 g ou sucre : > 28 g ou calcium : < 25 % VQ
Boissons au yogourt	gras : ≤ 3,25 % MG ou ≤ 3 g		gras : > 3,25 % MG ou > 3 g
Lait de soja et autres boissons avec substituts du lait (nature ou parfumé)	enrichi de calcium et de vitamine D		non enrichi
Jus et mélanges de jus de fruits ou de légumes	jus à 100 %, avec pulpe ou en purée et non sucré, sans ajout de sucre		< 100 % de jus, pulpe, ou purée ou ayant du sucre dans la liste des ingrédients
Chocolat chaud	gras : ≤ 2 % MG ou ≤ 5 g et sucre : ≤ 28 g et calcium : ≥ 25 % VQ		gras : > 2 % MG ou > 5 g ou sucre : > 28 g ou calcium : < 25 % VQ
Café et thé		décaféiné	caféiné
Thé glacé		teneur en calories : ≤ 40 et décaféiné	teneur en calories : > 40 ou caféiné
Boissons énergisantes			toute boisson énergisante
Boissons pour sportifs			toute boisson pour sportifs
Autres boissons (p. ex. boissons gazeuses, eau parfumée; boissons avec jus comme limonade, orangeade)		teneur en calories : ≤ 40 et sans caféine	teneur en calories : > 40 ou caféiné

* MG = Matière grasse du lait. Le montant est indiqué en haut de l'étiquette du produit.

** VQ = valeur quotidienne