

- Les fruits et légumes pelés ou coupés sont immédiatement placés dans un contenant propre pour éviter la contamination croisée;
- Les éponges ou autres articles de nettoyage que l'on peut difficilement maintenir propres et secs sont à éviter, car ils peuvent propager des bactéries.

Outil 22 : Tableau des températures adéquates de cuisson et de réchauffage

10 Conservation et entreposage

La conservation et l'entreposage des aliments sont essentiels pour s'assurer de leur fraîcheur et de leur innocuité. À ce sujet, l'Agence canadienne d'inspection des aliments, le Partenariat canadien pour la salubrité des aliments et le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec dictent des règles très claires.

Que ce soit au réfrigérateur, au congélateur ou sur une tablette à la température de la pièce, tous les aliments sont entreposés de manière à ce que la rotation d'utilisation soit assurée : l'aliment le plus récent est placé au fond.

10.1 Au réfrigérateur

- Des thermomètres sont installés en permanence dans les réfrigérateurs afin de s'assurer en tout temps que les aliments périssables sont conservés et entreposés dans des conditions optimales;
- Les aliments périssables ou potentiellement dangereux sont conservés à une température de 4°C ou moins. La réfrigération permet de ralentir la multiplication des bactéries;
- Tous les aliments placés au frigo sont couverts. Les viandes et les volailles sont placées dans un contenant afin d'éviter que leur jus s'écoule;
- Les aliments présentant une odeur, une texture ou une couleur inhabituelles sont jetés;
- Les dates de péremption sont vérifiées et la rotation des aliments est effectuée;

Les aliments et les surplus sont conservés dans des contenants hermétiques sur lesquels est inscrit le contenu ainsi que la date de fabrication.

10.2 Refroidissement

Les aliments sont refroidis le plus rapidement possible à 4°C;

Puisque la température des aliments doit passer de 60°C à 21°C en 2 heures ou moins, puis de 21°C à 4°C en 4 heures ou moins, les recommandations suivantes, provenant du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, sont appliquées :

- Transférer les aliments dans de petits contenants ou dans des contenants peu profonds. Dès que la température atteint 60°C, mettre au réfrigérateur à demi couverts. Une fois qu'ils sont bien refroidis, les couvrir hermétiquement;
- Placer les gros contenants dans un bain d'eau froide ou glacée. Brasser pour faire sortir la chaleur, puis réfrigérer.

10.3 Au congélateur

Des thermomètres sont installés en permanence dans les congélateurs afin de s'assurer en tout temps que les aliments congelés sont conservés et entreposés dans des conditions optimales;

Les aliments congelés sont conservés à une température de -18°C;

Les sacs ou contenants conçus pour la congélation sont utilisés;

La congélation permet d'arrêter la multiplication des bactéries mais ne les détruit pas. Les aliments décongelés ne sont jamais recongelés, à moins qu'ils n'aient été cuits après la décongélation.

10.4 Décongélation

Les aliments sont décongelés de l'une des façons suivantes :

Au réfrigérateur, à 4°C ou moins;

Au four à micro-ondes, cuits tout de suite après;

- Au four conventionnel, en même temps que la cuisson;
- Sous l'eau froide courante.

10.5 Au garde-manger

- Les denrées sèches telles que le riz, la farine, le gruau, la cassonade, le couscous, les pâtes alimentaires, le sucre, etc., sont entreposées dans des contenants hermétiques transparents et identifiés;
- Les produits périmés, les conserves endommagées, les produits qui ont une odeur et une apparence anormales sont jetés. Les aliments sont entreposés à 10 cm ou plus du sol pour permettre un nettoyage efficace du plancher.

Outil 23 *En cas de panne électrique...*

Bibliographie

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES ALLERGIES ALIMENTAIRES. *Les Mets-sages*, vol. 9, S-2, septembre 1998. 8 p.

DORÉ, Nicole, et Danielle LE HÉNAFF. *Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans : Guide pratique pour les mères et les pères*, Québec, Institut national de la santé publique du Québec, 2007, 496 p.

MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DE L'ENFANCE. *La santé des enfants... en services de garde éducatifs*, Publications du Québec, 2000, 288 p. (Collection Petite enfance).

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX QUÉBEC. *Bulletin sur la nutrition périnatale*, Québec, Juin 2007. (Normes de Santé Canada relatives à la présence de mercure dans le poisson : révision 2007).

LES PRODUCTEURS LAITIERS DU CANADA. *L'essentiel de la nutrition des tout-petits*, Numéro 1, 2007, 97 p.

SANTÉ CANADA. *Bien manger avec le Guide alimentaire canadien, Ressource à l'intention des éducateurs et communicateurs*, Ottawa, Publications Santé Canada, 2007, 50 p.

SANTÉ CANADA. *Valeur nutritive de quelques aliments usuels*, éd. rév., Ottawa, Les Éditions du gouvernement du Canada, 1999, 55 p.

Principales sources électroniques

LA BONNE ALIMENTATION DES ENFANTS DE 0 À 5 ANS

- Santé Canada : Les politiques nutritionnelles et les lignes directrices en matière d'alimentation au Canada
(http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/diet-guide-nutri/nut_pol_diet_guid-pol_nut_liq_direct_f.html)
- Société canadienne de pédiatrie : La promotion de saines habitudes alimentaires
(<http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/alimentation/BonnesHabitudes.htm>)
- Extenso, Centre de référence sur la nutrition humaine : Pour une croissance et un développement optimaux
(<http://www.extenso.org/nutrition/detail.php/f/1149>)
- Ministère de la santé et des Services sociaux : La nutrition et l'enfant
(http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/santepub/nutrition/index.php?nutrition_enfants)
- Ministère de la santé et des Services sociaux : Les éléments nutritifs
(http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/santepub/nutrition/index.php?elements_nutritifs)
- Les diététistes du Canada : L'alimentation des enfants d'âge préscolaire
(http://www.dietitians.ca/healthystart/content/fr_resources/fr_course.asp)

LES NUTRIMENTS CLÉS

- Extenso, Centre de référence sur la nutrition humaine : Les éléments nutritifs
(http://www.extenso.org/guides_outils/elements.php)
- Santé Canada : Recommandations sur l'apport en vitamine D
(http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/child-enfant/infant-nourisson/vita_d_supp_f.html)
- Santé Canada : Apports nutritionnels de référence
(http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/nutrition/reference/table/ref_elements_tbl_f.html)

LES RISQUES D'ÉTOUFFEMENT

- Extenso, Centre de référence sur la nutrition humaine : Précautions à prendre
(<http://www.extenso.org/nutrition/detail.php/f/1455>)
- Ministère de la santé et des Services sociaux : Prévenir l'étouffement
(http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/santepub/nutrition/index.php?prevenir_etouffement)

LA NUTRITION DU NOURRISSON

- Ministère de la santé et des Services sociaux : La nutrition du nourrisson et du bébé

http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/santepub/nutrition/index.php?nutrition_nourrissons_bebes)

- Santé Canada : Recommandations canadiennes sur la nutrition du nourrisson
(http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/pubs/infant-nourrisson/nut_infant_nourrisson_term_1_f.html)

ALLERGIES ET INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES

- Association québécoise des allergies alimentaires : L'anaphylaxie
(<http://www.aqaa.qc.ca/allergies/Lanaphylaxie.asp>)
- Société canadienne de pédiatrie : Réactions anaphylactiques alimentaires mortelles chez les enfants
(<http://www.cps.ca/francais/enonces/AL/al94-01.htm>)

LOI ET RÈGLEMENT SUR LES SERVICES DE GARDE ÉDUCATIFS À L'ENFANCE

- Ministère de la Famille et des Aînés :
(<http://www.mfa.gouv.qc.ca/ministere/lois-et-reglements/services-a-l-enfance>)

HYGIÈNE ET SALUBRITÉ

- Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation : Guide du consommateur : bonnes pratiques à adopter
(<http://www.mapaq.gouv.qc.ca/Fr/Consommation/Qualitedesaliments/securitealiments/guideconsommateur/>)
- Partenariat canadien pour la salubrité des aliments : Conseils de salubrité
(<http://www.canfightbac.org/cpcfse/fr/safety>)

Index des outils

- 1 Stratégies, chansons et comptines pour les périodes de repas et de transitions
- 2 Thèmes et activités culinaires (plats, épices, saisons, sens, métiers, activités)
- 3 Astuces pour enrichir les recettes de fibres (exemples)
- 4 Variétés de farines et utilisations (types de farines, combinaisons possibles pour enrichir les recettes, recette sans gluten)
- 5 Le point sur les légumineuses (variétés, qualités nutritives, flatulences et gaz, cuisson)
- 6 Cuisson des différentes céréales (tableau des variétés, cuisson, rendement, recette)
- 7 Qu'est ce que le tofu et comment l'apprêter? (description, valeur nutritive, recettes)
- 8 Contrôler l'apport en sodium (apports recommandés, teneur en sodium de quelques aliments, recette pour remplacer le sel de table)
- 9 Préférer les desserts et collations maison aux produits commerciaux (idées de remplacement, recettes)
- 10 Aide-mémoire : Prévention de l'étouffement chez les enfants de moins de 5 ans (tableau selon les âges)
- 11 Construire un menu (préparation, rédaction, conseils, exemple de menu, tableaux à compléter)
- 12 Standardiser une recette (pourquoi, étapes)
- 13 Rédiger une recette (méthode)
- 14 Calcul des coûts par recette et par portion (méthode, guide, tableau à imprimer)
- 15 Collations nutritives (glucides, protéines, lipides, exemples)
- 16 Fiche de communication concernant l'introduction des aliments complémentaires (grille à imprimer et à compléter par le parent)
- 17 Tableau des comportements alimentaires des enfants de 6 mois à 5 ans (tableau à afficher dans les locaux)
- 18 Donner le biberon : un moment privilégié (principes de base)
- 19 Fiche d'identification de l'enfant ayant une diète spéciale — Personnel éducateur (fiche à imprimer, à compléter et à installer dans le local où l'enfant prend ses repas)

- 20 Fiche d'identification de l'enfant ayant une diète spéciale — Responsable de l'alimentation (fiche à imprimer, à compléter et à installer dans la cuisine)
- 21 Intolérance ou allergie? (tableau aide-mémoire descriptif et comparatif)
- 22 Tableau des températures adéquates de cuisson et de réchauffage (viandes)
- 23 En cas de panne électrique... (aliments préférés des bactéries, tableau des catégories d'aliments à conserver et à jeter)



EXTRAIT du procès-verbal d'une réunion du conseil d'administration du Centre de la petite enfance des employés du Centre hospitalier régional de Trois-Rivières, tenue au siège social de la corporation le 11 mars 2015.

Résolution : CA-15-03-11-03

Lors de la réunion du conseil d'administration du CPE Marie-Lune, à laquelle il y avait quorum, la résolution suivante fût adoptée :

Considérant que le CPE Marie-Lune applique les principes en lien avec les objectifs du Programme éducatif des Centres de la petite enfance;

Considérant que l'un des objectifs du programme éducatif vise à assurer le bien être, la santé et la sécurité des enfants ;

Sur proposition de Louis Desfossés dûment appuyée par Simon Beaulieu, il est résolu d'adopter les orientations et les objectifs présentés dans le document « Politique alimentaire à l'intention des centres de la petite enfance et autres services de garde » et de mandater la directrice Madame Claudine Périgny à procéder à son implantation au cours de l'année 2015-2016.


Nancy Lambert, secrétaire

Adopté à l'unanimité
Certifié copie conforme
2015-03-11



EXTRAIT du procès-verbal d'une réunion du conseil d'administration du Centre de la petite enfance des employés du Centre hospitalier régional de Trois-Rivières, tenue au siège social de la corporation le 11 mars 2015.

Résolution : CA-15-03-11-04

Lors de la réunion du conseil d'administration du CPE Marie-Lune, à laquelle il y avait quorum, la résolution suivante fût adoptée :

Conformément aux choix proposés à l'égard de l'anniversaire des enfants au point 6.1 de la politique alimentaire du CPE, sur proposition de Louis Desfossés appuyée par Simon Beaulieu, il est unanimement résolu d'adopter pour l'année 2015-2016, le choix 1 qui stipule qu'une collation ou dessert maison (muffin, gâteau, flan, etc.) sera offert à chaque enfant dans le groupe de l'enfant dont c'est l'anniversaire.


Nancy Lambert, secrétaire

Adopté à l'unanimité
Certifié copie conforme
2015-03-11