

CHOISIR JUDICIEUSEMENT

# UN SERVICE TRAITEUR

UN OUTIL POUR GUIDER LA DÉCISION



RCPEM  
Regroupement des CPE  
de la Montérégie

2025

# LA SAINE ALIMENTATION EN MILIEU ÉDUCATIF

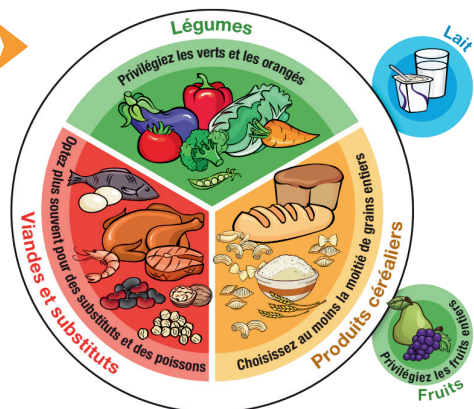
Le développement du goût, la découverte des aliments, l'importance de présenter des plats appétissants et cuisinés avec des ingrédients frais et de qualité pour les repas et collations des tout-petits, sont des pratiques favorables à instaurer en milieu éducatif.

Rappelons que les services éducatifs ont la mission de veiller au bien-être et à la santé des enfants. Ils doivent mettre l'accent sur les aliments quotidiens (haute valeur nutritive) et sur une faible présence d'aliments d'occasion. Aussi, étant considérés comme des milieux exemplaires, les aliments d'exception n'ont pas leur place dans le menu offert aux enfants. [Vision de la saine alimentation](#) (ministère de la Santé et des services sociaux, 2010, 2025) et [Gazelle et Potiron](#), p.26 (ministère de la Famille, 2014).

Le Regroupement des CPE de la Montérégie a produit cet outil pratique afin de soutenir les CPE et RSGE pour le choix éclairé d'un traiteur pour les repas et collations, lorsque qu'ils font appel à ce service. En effet, le service-traiteur est devenu une option à considérer dans l'offre alimentaire des tout-petits, que ce soit pour des besoins plus ponctuels, à moyen ou à long terme. À la lumière de consultations sur les besoins des milieux éducatifs, sur leurs attentes et leur niveau de satisfaction, l'outil expose les critères ciblés pour rechercher l'information pertinente et ainsi faciliter le processus de sélection. L'outil inclut également une section pour la prise de notes lors des recherches.

## QUELQUES MESSAGES-CLÉS

- Miser sur l'assiette équilibrée indiquée par Gazelle et Potiron
- Connaître finement les besoins nutritionnels des tout-petits : car ils ont de petits estomacs mais de grands besoins !
- Soutenir le développement du goût avec enthousiasme et favoriser un contexte de repas convivial : c'est tout aussi important que la qualité nutritionnelle qui se retrouve dans l'assiette !



**LA SAINE ALIMENTATION : C'EST BEAU, C'EST BON, ÇA S'APPREND !**



## NOTES

### PRIX

Chaque traiteur ayant sa politique de prix, il faut s'informer des modalités. Voici des éléments à tenir en compte :

- Le prix comprend-il repas et collations ?
- Les demandes qui impliquent un service de dernière minute occasionnent-elles un coût plus élevé ?
- Y a-t-il un coût de livraison ?
- La distribution : inclus dans la tarification ?
- Le service de ramassage : inclus dans la tarification ?
- Le service de vaisselle : inclus dans la tarification ? Si perte ou bris, quel est la modalité ?

---

---

---

---

---

---

---

---

## OFFRE ALIMENTAIRE

## NOTES

### QUALITÉ NUTRITIONNELLE

- Respect des proportions et quantités adéquates de l'assiette équilibrée du cadre de référence Gazelle et Potiron : 1/3 aliments protéinés, 1/3 légumes et fruits 1/3 produits céréaliers à grains entiers
- Les menus offrent une grande variété d'aliments pour favoriser la découverte des aliments des tout-petits
- Légumes de saison : au moins deux légumes par repas
- Grande place aux protéines végétales
- Au moins 1 choix de poisson de qualité offert par semaine
- Des grains entiers variés sont offerts et identifiés
- Les collations sont préparées sur place
- Si les collations sont achetées, quels sont les critères en regard à la qualité nutritionnelle ?
- Quelle est la place des aliments transformés pour les repas et collations ?
- Les menus du traiteur sont régulièrement analysés et révisés par un.e nutritionniste certifié.e
- Ce.tte nutritionniste connaît bien les besoins spécifiques en alimentation des enfants 0-5 ans

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## PRÉSENTATION DES PLATS

- La présentation des plats est soignée (ex : les aliments séparés pour permettre la découverte du goût des enfants, les couleurs et les textures appropriées)
- Des photos sont disponibles
- Il y a la possibilité de faire une dégustation ou visiter les lieux de production du service traiteur

## REPAS DES POUPONS

- Le service offre des « options » pour les poupons (purée, DME, légumes blanchis, autre ?)

## ACCOMMODEMENTS ALIMENTAIRES

- Le service garantit la gestion des allergies et intolérances alimentaires
- Cette garantie est inscrite dans le contrat
- Le traiteur offre des options pour les accommodements alimentaires (ex : religion)

## L'ÉCO-RESPONSABILITÉ

- Grande place à l'alimentation locale (choix de fournisseurs et produits locaux) dans les choix de menus offerts
- Quels sont les contenants fournis ? (ex : vaisselle jetable, compostable)
- Quels sont les types d'emballage ? (ex : des collations emballées individuellement)
- Le service-traiteur adhère au programme « Aliments du Québec au menu »

## LES SERVICES « SAINE ALIMENTATION » AU RCPEM



FORMATIONS, ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ, RENCONTRES DES RESPONSABLES DE L'ALIMENTATION, CONFÉRENCES AUX PARENTS.

Contactez : [myriambertrand@rcpem.com](mailto:myriambertrand@rcpem.com)

Dépôt légal, Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2025.  
ISBN : 978-2-923909-60-8

### RÉFÉRENCES

[Vision de la saine alimentation](#) du ministère de la Santé et des services sociaux du Québec (2010, 2025)

Cadre de référence [Gazelle et Potiron](#) (ministère de la Famille, 2014)

[L'Alimentation responsable dans les services éducatifs](#) (ministère de la Famille, 2022)

Regroupement des CPE de la Montérégie  
1854 boul. Marie, Saint-Hubert (Québec)  
J4T 2A9  
450 672-8826  
[www.rcpem.com](http://www.rcpem.com)



Cet outil est élaboré dans le cadre d'un financement de la  
**TIR-SHV Montérégie**

