

Ecole Primaire

Ce 6 septembre 2018

Chers Parents,

Votre enfant vous en a sans doute parlé : nous avons pris la décision de repenser en ce début d'année les goûters à l'école.

Ce que nous visons s'articule autour des quatre recommandations suivantes émanant du Comité de nutrition de la Société Française de Pédiatrie, de l'Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments,

-prendre de bonnes habitudes en terme de petit-déjeuner

-ne pas prendre l'habitude de grignoter

-améliorer au déjeuner la consommation de légumes, fruits, produits laitiers, féculents, pain

-diminuer les apports en graisses et sucres

Concrètement, désormais, les enfants pourront porter une collation pour la récréation du matin en particulier les enfants ayant consommé leur petit-déjeuner très tôt et ceux qui ont des difficultés avec ce premier repas de la journée.

Les produits conseillés par l'Association Française des Diététiciens Nutritionnistes et dont nos élèves pourront profiter sont :

Les fruits crus, les compotes, le pain, la confiture, le miel.

En ce qui concerne l'après-midi, aucun goûter pendant la récréation sauf pour les élèves qui restent à l'étude et qui entre 16h30 et 17h00 pourront consommer leur collation.

Restant à votre disposition pour de plus amples renseignements, veuillez recevoir, chers Parents, l'expression de mon entier dévouement.

Le Chef d'Etablissement

P.Desmet