



## Goûter collectif du matin

Comme annoncé lors de la réunion de rentrée, nous avons mis en place, à partir du lundi 17 septembre 2018, une collation matinale à la fin de l'accueil, dont le principe

serait le suivant : chaque jour, **un parent apporterait 15 fruits ou légumes de deux sortes ou plus différentes pour toute la classe**. L'idée est de nous approcher le plus possible du petit déjeuner en respectant les besoins nutritionnels des enfants en supprimant un apport inutile en sucre et en limitant les quantités.

Les fruits possibles sont : pommes, poires, raisins (une grappe moyenne correspondant à deux fruits), oranges, mandarines, clémentines, bananes, ananas (3), mangues, kiwis, carottes, radis, concombre, tomates, etc. L'idée est de diversifier le plus possible. Les salades de fruits frais sont également les bienvenues.

**La seule entorse que nous proposons d'apporter à ce principe est celui des gâteaux d'anniversaire. Il faudra néanmoins se limiter à deux gâteaux pour ne pas en exagérer la consommation et vous inscrire les mercredis matins, jour que nous réservons aux anniversaires.**

Comme nous ne sommes qu'à deux encadrants avec les 24 élèves, nous vous remercions de pré-couper ou d'éplucher

les fruits quand cela est possible (à l'exception des bananes, pommes et poires). À ce titre, les salades de fruits sont un moyen idéal et pratique de manger des fruits frais.

Nous avons en outre choisi d'avancer le moment de cette collation. L'idée est de la proposer assez rapidement à la fin de l'accueil, soit à 8h50, de façon à laisser un temps suffisant avant le repas de midi. Enfin, veuillez nous préciser quotidiennement si votre enfant ne prend pas de petit-déjeuner : nous pourrions alors lui proposer une collation plus importante.

Non seulement notre goûter collectif répond aux recommandations des organismes de santé publique, mais il est aussi avantageux pour vous : au lieu d'apporter un fruit tous les jours, vous en apporterez pour la classe un seul jour toutes les 5 semaines (c'est-à-dire, deux à trois fois par trimestre).

Dans ce but, veuillez nous faire savoir rapidement si vous êtes d'accord, en remplissant l'autorisation suivante :

Je soussigné ..... déclare avoir pris connaissance des termes du goûter collectif et m'engage à y participer en respectant son principe (**QUE des fruits ou des légumes**). En outre, j'autorise - je n'autorise pas (1) mon enfant ..... à y participer. Mon enfant est allergique à .....

Date : .....

Signature :

(1) rayer la mention inutile