

LUNCHS ET COLLATIONS

Pendant la journée, une période est réservée pour une collation en avant-midi, et les enfants sont libres de prendre une autre collation vers la fin de la journée.

Pour des raisons d'allergies, nous ne permettons pas l'échange ou le partage de nourriture.

Suggestion de boîte à lunch:

- 2 jus de fruits et une bouteille d'eau
- Nourriture santé, c'est-à-dire des bons aliments (fruits, légumes, barres tendres, etc.)*
- Un repas principal santé qui saura soutenir l'enfant le restant de la journée

Pour prévenir tout incident en lien avec les allergies alimentaires, il est interdit de mettre dans la boîte à lunch des produits contenant des noix ou des arachides. Les contenants de verre sont également interdits.

RÉFÉRENCES POUR IDÉES DE BOITE À LUNCH SANTÉ

[HTTPS://WWW.IGA.NET/FR/ARTICLES/LA BOITE A LUNCH LABC DUN DINER SANTE](https://www.IGA.NET/FR/ARTICLES/LA_BOITE_A_LUNCH_LABC_DUN_DINER_SANTE)

[HTTP://WWW.MAPAQ.GOUV.QC.CA/FR/CONSOMMATION/BOITELUNCH/PAGES/BOITELUNCH.ASPX](http://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/consommation/boitelunch/pages/boitelunch.aspx)

[HTTPS://WWW.MONCHIRO.CA/BLOGUE/UNE-BOITE-A-LUNCH-SANTE-ET-EQUILIBREE-VOICI-NOS-MEILLEURS-TRUCS](https://www.monchiro.ca/blogue/une-boite-a-lunch-sante-et-equilibree-voici-nos-meilleurs-trucs)

