

Projet Croqu'Plaisir - Approvisionnement local | 2016

CPE Les Frimousses du fort, Chambly

Directrice – Sylvie Filteau | Responsables à l'alimentation – Carole Lavoie et Rosalie Foucreault

La recette d'un succès bio

S'il fallait décrire une histoire à succès où l'on conjugue alimentation locale et biologique, on pourrait citer en exemple le CPE Les frimousses du fort à Chambly. C'est la directrice Sylvie Filteau qui a instauré le projet d'implanter plus d'aliments locaux et biologiques dans les menus de son établissement, par conviction personnelle, mais aussi par amour des enfants. Avec enthousiasme et curiosité, les deux cuisinières, Carole Lavoie et Rosalie Foucreault, n'ont pas hésité à embarquer dans ce beau projet.

Au quotidien, la direction et l'équipe cuisine travaillent de concert pour amener petit à petit des changements dans l'approvisionnement alimentaire, mais aussi dans les menus et dans la préparation des aliments. Grâce à leurs objectifs ambitieux et leur planification, le CPE est même capable de réduire ses coûts. Comme le souligne la directrice, « En partant on a les mêmes subventions [que les autres CPE]. Si tu veux, tu peux faire des miracles avec du bio! » Chaque jour, les 120 enfants et éducatrices bénéficient d'une nourriture saine, biologique, préparée sur place avec en prime des aliments provenant de producteurs de la région.



Quels sont les ingrédients gagnants?

Une très bonne planification : Le CPE adopte une vision pour l'année, puis ajuste les menus selon les saisons et adapte les quantités en fonction des enfants. Tous les restants sont réintégrés dans d'autres recettes, et il n'y a presque pas de pertes.

Une équipe motivée et curieuse : La direction et les deux cuisinières souhaitent toujours parfaire leurs connaissances. Elles suivent régulièrement des cours, comme ceux de Crudessence, qui ont grandement influencé l'élaboration des menus par l'introduction de la nourriture crue.



Des préparations maison : Oubliez le ketchup et la moutarde Heinz! L'équipe cuisine confectionne ses propres tartinades, craquelins, relish, bouillons, germinations, en plus de tous les menus. En contrôlant tous les ingrédients, elles réduisent considérablement le gaspillage et peuvent de ce fait mieux équilibrer leur budget.

Une adaptation aux goûts des enfants : Écouter les enfants et adapter les recettes selon leur réaction est important aussi. Un smoothie à la teinte verdâtre a fini par devenir le smoothie à Shrek, pour la plus grande joie des enfants! Ou le simple fait de réduire les fruits en compote plutôt qu'en morceaux dans les yaourts a permis de faire manger plus de fruits aux petits.

Une bonne relation avec leurs fournisseurs : Maintenir une bonne relation avec les fournisseurs est essentiel afin de profiter des différentes promotions. Lorsque les fruits et les légumes du Québec sont moins chers, les cuisinières en profitent pour faire des conserves ou encore les congeler. Ainsi, les enfants peuvent consommer des aliments locaux et biologiques même l'hiver !