

100 % de nos crèches font du bio

Focus alimentation

Jeudi 28 novembre 2019



Chaque enfant est unique : people&baby fait du sur-mesure



Parce que l'alimentation est le plaisir de tous avec les **besoins de chacun**, people&baby propose de faire du sur-mesure dans les propositions de menus servis aux enfants.

Dans le cadre du **respect des habitudes familiales mais aussi des préconisations médicales**, nous attachons une grande importance à garantir au plus près l'alimentation servie à la maison.

Service Qualité & Relation Client

4 menus pour s'adapter aux besoins des enfants étape par étape :

- Les repas des tout-petits sont servis avec un **grammage adapté** à la période de **diversification alimentaire** avec un complément de lait infantile ou maternel,
- Les repas bébés sont préparés en **texture lisse** avec une purée de légumes, de la protéine et de la pomme de terre fraîche accompagné pour le dessert d'une **compote de fruits bio française**,
- Les repas des enfants de la tranche d'âge moyenne sont élaborés avec des **protéines égrenées** servies dans un bouillon de légumes avec une **purée moulinée** de légume, des féculents, un laitage et une **compote ou entrée découverte**...
- Les repas des grands sont servis avec **une texture morceaux comme les papas et mamans !**

De quoi **réjouir toutes les papilles** et assurer l'éveil au goût **des consommateurs de demain**



Menu type pour bébé 12 mois-3 ans

Petit déjeuner

Le lait maternel ou un biberon* de lait de croissance + 20 g de céréales infantiles ou un morceau de pain + 1 fruit

Déjeuner

20 à 40 grammes de viande ou de poisson en petits morceaux ou un demi œuf dur + des légumes* + des féculents + 1 fruit ou un laitage

Goûter

Le lait maternel ou un biberon* de lait de croissance ou un laitage + 1 fruit +/- 1 ou 2 biscuits adaptés aux enfants en bas âge

A noter

- ✓ Les plats peuvent commencer à contenir des petits morceaux à mâcher
- ✓ Avec le lait, l'eau est la seule boisson dont bébé a besoin. Aucune boisson sucrée n'est adaptée à son âge

Dîner

une purée de légumes** ou une soupe** + des féculents + 1 fruit et/ou le lait maternel ou un biberon* de lait de croissance

*Quantité variable selon bébé, 500ml en moyenne par jour à cet âge là
Des tétées supplémentaires peuvent être nécessaires)

**Si le repas est fait-maison, les fruits et les légumes doivent être lavés, épluchés et cuits (à l'eau légèrement salée ou à la vapeur) et pour les légumes on ajoute une cuillère à café d'huile végétale ou de beurre.

Découverte de repas végétariens

De façon régulière, un **menu ovo-lacto-végétarien** est proposé aux enfants.

Il consiste en un repas sans viande, ni poisson, ni crustacés et fruits de mer. Les **alternatives protéiques** utilisées sont les légumineuses associées à des céréales, des oeufs et des produits laitiers.

Cette pratique végétarienne est une des plus répandues. Elle est facile à suivre et permet de **limiter les carences**. Elle repose sur deux principes :

- un **axe moral** qui refuse de tuer les animaux pour se nourrir,
- un **axe diététique** par la recherche d'une alimentation plus saine.

Elle permet la **réduction des graisses**, principalement celles d'origine animale, mais aussi les **toxines** en cas de consommation excessive de protéines.

Chez l'enfant comme chez l'adulte, la pratique du végétarisme nécessite une vigilance à la fois sur la qualité des aliments consommés mais aussi sur leur association.

Pour une bonne pratique, quelques règles de base doivent être observées :

- garder une **alimentation variée**,
- manger **des fruits ou des légumes crus** à chaque repas,
- manger **des légumes cuits** 1 à 2 fois par jour,
- se servir un **plat protidique** à base de céréales et de légumineuses mais aussi de produits laitiers.

N'oubliez pas de prendre l'avis de votre médecin traitant avant de débiter ce type de régime.

Des produits spécifiques sans allergènes

Face à l'évolution des habitudes alimentaires et à l'introduction de nouveaux aliments sur le marché, les allergies alimentaires demeurent une préoccupation de santé publique.

Afin de répondre aux besoins des enfants présentant des allergies ou des intolérances, people&baby propose une **gamme de produits spécifiques sans allergènes**.

Les allergènes entrant dans la composition de l'ensemble des éléments du repas sont indiqués aux familles par un **affichage quotidien** leur permettant de signaler les menus à éviction.

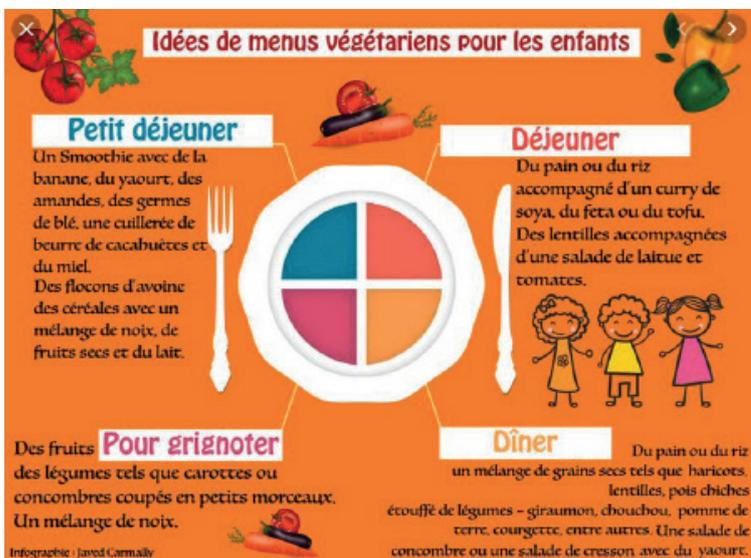
People&baby procède alors à des **alternatives de qualité nutritionnelle égale** au menu initial.

Le projet d'accueil individualisé (PAI) permet également d'accueillir les enfants ayant besoin d'un **régime alimentaire spécifique** pour des raisons médicales.

Les PAI sont validés entre le médecin, la crèche et les parents. Ils déterminent les aliments à mettre en éviction.

Ils n'empêche pas les enfants de **s'éveiller à des saveurs variées** garantissant leur bien-être lors notamment d'**ateliers pédagogiques autour du goût**.

Les **professionnels sont formés** à suivre rigoureusement les réglementations alimentaires et à **faire évoluer leurs pratiques** en fonction des recommandations médicales données par l'ensemble des partenaires des familles et de la crèche : **médecin, nutritionniste, et diététiciens**.



www.people-and-baby.com