





## NOTRE PROGRAMME SATISFAIT AUX NORMES PROVINCIALES EN MATIÈRE DE NUTRITION EN MILIEU SCOLAIRE

### CHEZ PITA PIT, MÊME SI LE PLAISIR EST AU RENDEZ-VOUS, LA SANTÉ ET L'ALIMENTATION, C'EST SÉRIEUX.

Pour valider la conformité de nos dîners scolaires avec les politiques nutritionnelles de chaque province, nous avons fait appel à la diététicienne Angela Liuzzo et à son équipe de professionnels de la nutrition de Close to the Heart qui en ont déterminé la teneur en nutriments.

Comme elle l'a affirmé, à quelques exceptions près, nos pitas et smoothies répondent à toutes les normes, partout au pays.

En vérité, la plupart de nos pitas destinés aux écoles sont dans la catégorie des aliments les plus sains. Les autres font partie des choix santé ou acceptables. Et il y a toujours l'option végétarienne.



### LE MOT D'ORDRE : DE LA FLEXIBILITÉ!

Si vous désirez avoir ce qui figure sur notre menu habituel et non sur le menu scolaire ( pour une campagne de levée de fonds, par exemple ), demandez-le et nous vous l'offrirons.

### BEAUCOUP DE FLEXIBILITÉ!

Optez pour trois, quatre ou même cinq pitas différents parmi les huit choix offerts. Sur le formulaire de commande, les parents peuvent rayer les garnitures que leurs enfants n'aiment pas. De plus, pour chaque pita, ils peuvent choisir entre deux sauces. Les parents n'ont qu'à préciser celles que leurs enfants préfèrent. Vous voulez quelque chose de spécial? Nous ferons notre possible.

## NOS DÎNERS PITAS À L'ÉCOLE ET LA NUTRITION

L'équipe de professionnels de la nutrition de Close to the Heart a aussi évalué la valeur nutritive de nos pitas en fonction des groupes alimentaires du Guide alimentaire canadien. Les détails complets, y compris la valeur nutritive de tous les pitas et smoothies, peuvent être consultés.\* En bref :

Tous nos dîners scolaires standardisés fournissent 1,7 portion de légumes et fruits (sauf les pitas BLT et dinde de C.-B. qui en procurent 2,4).

Nos pitas avec viande fournissent 0,6/0,7 portion de viandes et substituts (sauf le BLT qui n'en procure que 0,1 et nos choix végés qui n'en fournissent pas).

Nos pitas avec fromage fournissent 0,1 portion de lait et substituts.

Tous nos pitas fournissent 1,7 portion de produits céréaliers.

### BOISSONS ET DESSERTS

Nous offrons du lait 2 %, nature ou au chocolat, ou du jus de pomme ou d'orange. Nos biscuits, si vous souhaitez en avoir, sont exempts de noix, mais nous fournissons aussi des fruits frais. Il vous suffit de nous le demander.

## LES SMOOTHIES DE NOS DÎNERS SCOLAIRES

Tous nos smoothies se composent de yogourt glacé faible en gras, de jus de fruits purs à 100 % Oasis Pause Santé sans sucre ajouté, et de vrais fruits.

Concernant le Guide alimentaire canadien :\*

Tous nos smoothies fournissent de 1,6 à 2 portions de fruits et de légumes et 0,3 portion de lait et de substituts.

Ils s'agit aussi d'excellentes sources de vitamine C.

Bonne nouvelle : ils sont si délicieux que même les plus difficiles en raffolent!

\* Pour obtenir tous les détails sur les valeurs nutritives, veuillez visiter [pitapit.ca/fr](http://pitapit.ca/fr).

### LES PITAS DE NOS DÎNERS SCOLAIRES



	POITRINE DE POULET		POULET CÉSAR		SOUVLAKI AU POULET		BLT		JAMBON		DINDE		THON		HOUMMOS		JARDINIER			
<b>Tous :</b> Laitue*, tomate, concombres, poivrons verts, champignons, fromage	Cheddar Mayo légère	Cheddar César légère	Parmesan César légère	Parmesan Mayo légère	Féta Tzatziki	Féta Sauce maison	Cheddar Ranch légère*	Cheddar Mayo légère*	Ched. Mou-tarde	Ched. Mayo légère	Ched. Tzatziki	Cheddar Mou-tarde*	Sans fromage Mayo légère*	Sans fromage Sauce maison	Cheddar Mayo légère	Cheddar Sauce maison	Cheddar Moutarde au miel	Cheddar Mayo légère	Cheddar Moutarde au miel	Cheddar Sauce maison
<b>CONFORMITÉ</b>																				
COLOMBIE-BRITANNIQUE																				
ALBERTA																				
SASKATCHEWAN																				
MANITOBA																				
ONTARIO																				
QUÉBEC**																				
NOUVEAU-BRUNSWICK																				
NOUVELLE-ÉCOSSE																				
ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD																				
TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR																				

\* En C.-B., les épinards remplacent la laitue dans deux pitas : BLT et Dinde.

\*\* Au Québec, les pitas viennent avec des bâtonnets de carotte et/ou de céleri

CHOISISSEZ/SERVEZ/VEZDEZ :

Fréquemment

À volonté/Conforme

Modérément

Rarement

S/O

La plupart des Pita Pit offrent des smoothies. Vérifiez si le vôtre en sert.



### LES SMOOTHIES TURBO FRAIS 240 ML (8 OZ)

	FRAISES ET BANANES « OH MÉGA » 3	MÛRES PROBIOTIQUES	MANGUE JOUVENCE	BAIES GRENADE ANTIOXIA
Tous nos smoothies sont préparés avec du yogourt glacé faible en gras, des jus de fruits purs à 100 % et de vrais fruits.	Avec du jus Oasis Pause Santé Fraise, kiwi oméga-3 et banane congelée	Avec du jus Oasis Pause Santé Probiotiques et fibres et mûres congelées	Avec du jus Oasis Pause Santé Probiotiques et fibres et mangue congelée	Avec du jus Oasis Pause Santé Baies, grenade antioxia et framboises congelées
<b>CONFORMITÉ</b>				
COLOMBIE-BRITANNIQUE				
ALBERTA				
SASKATCHEWAN				
MANITOBA				
ONTARIO				
QUÉBEC				
NOUVEAU-BRUNSWICK				
NOUVELLE-ÉCOSSE				
ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD				
TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR				

CHOISISSEZ/SERVEZ/VEZDEZ :

Fréquemment

À volonté/Conforme

Modérément

Rarement

## NOS DÎNERS SCOLAIRES SONT BONS EN SVP!

