

## COMPOSANTES VISÉES :

- Engagement de l'élève
- Environnement physique et milieu social

## RESSOURCES

- [Ontario Terre nourricière : Faits sur les légumes et les fruits](#)
- [Découvrez les aliments : Transformation de recette](#)
- [Renseignements du Bureau de santé sur la salubrité alimentaire \(en anglais\)](#)
- [Salubrité des aliments \(Gouvernement du Canada\)](#)
- [Découvrez les aliments : Salubrité des aliments](#)
- [Partnership for Food Safety Education](#)

## Créer et produire un livre de recettes de l'école

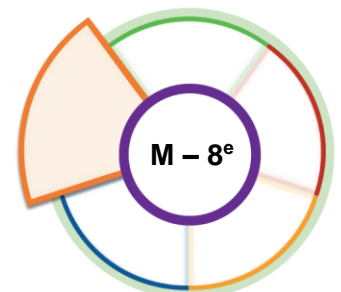
**OBJECTIF DE L'ACTIVITÉ :** Enrichir les connaissances des élèves et les sensibiliser à l'importance de savourer les aliments et de manger des aliments traditionnels et culturels en faisant participer la communauté scolaire à la création d'un livre de recettes de l'école.

## INSTRUCTIONS

1. Formez une équipe qui sera chargée de créer un livre de recettes de l'école (p. ex. le comité École saine pourrait en faire un de ses projets).
2. Si possible, envoyer une photo du plat préparé à inclure avec la recette. Vous pourriez aussi demander d'inclure une phrase ou deux qui expliquent pourquoi la famille aime la recette.
3. Songez à attribuer différents repas à différentes années d'études. Par exemple, les élèves de la maternelle à la 3<sup>e</sup> année pourraient présenter des recettes de déjeuner, et ainsi de suite. Vous vous assurez ainsi que votre livre contient des recettes pour tous les repas. Songez à inclure des recettes de diverses cultures.
4. Fixez une date limite pour présenter les recettes et donnez des instructions sur la façon dont les élèves et leur famille doivent présenter leurs recettes.

### Liens avec le curriculum

- Maternelle et jardin d'enfants à temps plein : Attente 7 Manifeste une conscience de sa santé et de son bien-être
- 1<sup>re</sup> année : D1.1 Alimentation pour un corps et un esprit sain; D2.1 Guide alimentaire canadien
- 2<sup>e</sup> année : D3.2 Habitudes alimentaires saines; D2.2 Choix de nourriture (repas et collations)
- 3<sup>e</sup> année : D1.1 Provenance des aliments, valeur nutritionnelle et conséquences pour l'environnement; D3.1 Aliments locaux, aliments importés
- 4<sup>e</sup> année : D1.1 Nutriment; D2.1 Habitudes alimentaires personnelles
- 5<sup>e</sup> année : D2.1 Valeur nutritionnelle, information fournie sur l'emballage et les étiquettes
- 6<sup>e</sup> année : D2.1 Alimentation saine – facteurs d'influence; D2.2 Signes de faim, de soif et de satiété et bonnes habitudes
- 7<sup>e</sup> année : D3.1 Choix alimentaires – facteurs personnels et externes
- 8<sup>e</sup> année : D2.1 Habitudes alimentaires; D3.1 Promotion – alimentation saine



### Créer et produire un livre de livre de recettes de l'école – suite

5. Envoyez à la maison les critères d'inclusion et une lettre destinée aux parents et aux tuteurs pour leur expliquer l'initiative.
6. Incluez dans le livre de recettes des conseils de sécurité et des renseignements, p. ex. des faits sur la salubrité des aliments ou la température interne de cuisson des aliments, entre autres. Pour obtenir des renseignements crédibles sur la salubrité des aliments, consultez la page Web du [Bureau de santé de Middlesex-London sur la salubrité des aliments](#) ou le site Web du [Partnership for Food Safety Education](#).
7. Vous pouvez inclure, dans le livre de recettes, des conseils culinaires pratiques et des conversions. Pour trouver des idées et des renseignements à ce sujet, visitez le site Web [Découvrez les aliments](#).
8. Songez à utiliser la vente du livre de recettes comme activité de financement.
9. Les élèves de 7<sup>e</sup> ou de 8<sup>e</sup> année pourraient concevoir le livre de recettes, rassembler les recettes et faire la relecture. Ou, vous pourriez trouver des modèles de livre de recettes en ligne et vous en inspirer pour concevoir le vôtre.
10. Cette activité offre diverses possibilités transdisciplinaires intéressantes. Demandez aux élèves de lire différentes recettes et de créer un glossaire des termes culinaires (p. ex. mélanger) et une liste du matériel nécessaire à la préparation d'aliments (p. ex. couteau d'office). En plus de l'élaboration de la recette, vous pouvez incorporer des compétences mathématiques en demandant aux élèves de modifier la quantité d'ingrédients selon le nombre de portions que donne la recette et le nombre de personnes à servir.

Pour découvrir des idées de recettes, visitez les sites [DécouvrezLesAliments.ca](#), [Cuisinidées](#) et [Ontario Terre nourricière](#)

