

Les pommes du Québec... pour le plaisir!



Pour les centres de la petite enfance



Quoi? une boîte POMPOUCE qui contient environ 60 petites pommes, soit de variétés Paulared, McIntosh, Cortland, Spartan, Empire ou Gala... toutes des pommes provenant du Québec offertes exclusivement aux CPE dans les boîtes POMPOUCE

Qui? tous les enfants d'âge préscolaire qui fréquentent des services de garde

Quand? en collation, en dessert, en boîte à lunch, lors des sorties...

Comment? une petite pomme entière se tenant facilement par de petites menottes, une pomme coupée en demies, en quartiers, en cubes ou râpée... présentée en bonhomme sourire ou en forme de soleil...

Où? à table sur l'heure du midi ou dehors en faisant un pique-nique

Pourquoi? pour habituer les enfants dès leur jeune âge à manger des fruits frais du Québec, bons pour la santé, nutritifs, savoureux et croquants. Parce qu'il n'y a pas de préparation à faire, c'est simple comme ça! Pour leur donner de saines habitudes de vie. Pour faire goûter et faire découvrir aux enfants différentes variétés de pommes...

Veuillez appeler votre distributeur de fruits et légumes pour plus de renseignements.



P pour... Plaisir... Pimpante... Pause... Papilles...
Polyvalence... Pelure... Pratique... Petite... Pérennité...
Préférée... Profusion... Populaire... Popote...



P pour Pensez-y,
P pour Pommes
Qualité Québec!!!



Les pommes du Québec, croquez-les à longueur d'année!

Connaissez-vous les pommes du Québec?

P pour Pommes du Québec,
P pour...

**Pommes
Qualité Québec:**

la renommée des pommes fraîches produites au Québec n'est plus à faire. La qualité des pommes gardées en atmosphère contrôlée s'est grandement améliorée au cours des dernières années, notamment grâce à des procédés de conservation avant-gardistes. Les inspecteurs d'un organisme indépendant, Gestion Qualiterra, effectuent des contrôles de qualité dans les postes d'emballage. Plusieurs critères d'évaluation sont pris en compte, entre autres le calibre, la fermeté et la coloration des pommes mises en marché.

**Production
fruitière intégrée
(PFI):**

la PFI est un concept novateur qui vise la connaissance et l'adoption des meilleures pratiques en pomiculture, pratiques qui font partie d'un audit et qui sont étroitement surveillées par des inspections régulières. Les producteurs de pommes qui adhèrent à Pommes Qualité Québec devront produire selon un cahier de charges dans lequel sont favorisées des pratiques durables, la protection de l'environnement, la salubrité, la traçabilité, la qualité des fruits mis en marché, la sécurité et la santé des employés dans les vergers et des citoyens.

Produit d'ici:

en choisissant une Pomme Qualité Québec, vous utilisez un fruit local qui a peu voyagé et qui est produit selon des standards d'innocuité élevés, tout en respectant l'environnement. Par le fait même, vous choisissez de soutenir les producteurs agricoles de chez nous, qui produisent en respectant des normes environnementales parmi les plus sévères au monde.

**Producteurs
Pomiculteurs
de chez nous:**

plus de 600 producteurs de pommes sont établis dans les cinq grandes régions pomicoles du Québec. Ce sont vos voisins, vos concitoyens.

| Valeur nutritive Nutrition Facts | % valeur quotidienne / % Daily Value |
|--|--------------------------------------|
| Portion: 1 fruit moyen | |
| Serving Size | |
| Portions par contenant / Serving Per Container | |
| Teneur par portion / Amount Per Serving | |
| Calories / Calories 70 | |
| Calories des lipides / Calories from fat 2 | |
| Calories des lipides saturés et trans / Calories from Saturated + Trans 0 | |
| | % valeur quotidienne / % Daily Value |
| Lipides / Total Fat 0.2 g | 0 % |
| saturés / Saturated 0 g | 0 % |
| + trans / Trans 0 g | 0 % |
| polysaturés / Polyunsaturated 0.1 g | |
| oméga-6 / Omega-6 0 g | |
| oméga-3 / Omega-3 0 g | |
| monosaturés / Monounsaturated 0 g | |
| Cholestérol / Cholesterol 0 mg | 0 % |
| Sodium / Sodium 1 mg | 0 % |
| Potassium / Potassium 150 mg | 4 % |
| Glycides / Total Carbohydrate 19 g | 6 % |
| Fibres alimentaires / Dietary Fibre 3 g | 11 % |
| Sucres / Sugars 14 g | |
| Protéines / Protein 0.4 g | 0 % |
| Vitamine A / Vitamin A | 0 % |
| Vitamine C / Vitamin C | 10 % |
| Calcium / Calcium | 0 % |
| Fer / Iron | 2 % |
| | % valeur quotidienne / % Daily Value |
| Vitamine D / Vitamin D | 0 % |
| Vitamine E / Vitamin E | 2 % |
| Vitamine K / Vitamin K | 6 % |
| Thiamine / Thiamine | 2 % |
| Riboflavine / Riboflavin | 2 % |
| Niacine / Niacin | 0 % |
| Vitamine B ₆ / Vitamin B ₆ | 4 % |
| Folate / Folate | 2 % |
| Vitamine B ₁₂ / Vitamin B ₁₂ | 0 % |
| Pantothénate / Pantothenate | 2 % |
| Phosphore / Phosphorus | 2 % |
| Magnésium / Magnesium | 2 % |
| Zinc / Zinc | 0 % |
| Sélénium / Selenium | 0 % |
| Cuivre / Copper | 2 % |
| Manganèse / Manganese | 2 % |
| * Pourcentage de la valeur quotidienne selon un régime alimentaire de 2000 Calories. Vos valeurs quotidiennes peuvent être plus ou moins élevées selon vos besoins énergétiques. | |
| | Calories 2 000 2 000 |
| Lipides | moins de 65 g 65 g |
| Saturés + Trans | moins de 20 g 20 g |
| Cholestérol | moins de 300 mg 300 mg |
| Sodium | moins de 2 300 mg 2 300 mg |
| Potassium | 350 g 350 g |
| Fibres alimentaires | 25 g 30 g |
| Calories par gramme | |
| Lipides 4 | Glucides 4 |
| Protéines 4 | |
| * Percent | |
| the higher or lower depending on your Calorie needs. | |
| | Calories 2 000 2 000 |
| Total Fat | Less than 65 g 65 g |
| Saturated + Trans | Less than 20 g 20 g |
| Cholesterol | Less than 300 mg 300 mg |
| Sodium | Less than 2 300 mg 2 300 mg |
| Potassium | 350 g 350 g |
| Dietary Fibre | 25 g 30 g |
| Calories per gram | |
| Fat 4 | Carbohydrate 4 |
| Protein 4 | |

P pour... Plaisir... Pause santé...
Papilles... Polyvalence... Provenance...
Parfum... Profusion... Populaire...

P pour Pensez-y,
P pour Pommes Qualité Québec!!!

www.lapommequebec.ca



Pommes
POUPE
POUCE

Petites
pommes
pour
petites
menottes