

De nouveaux articles ont été ajoutés à la liste de contribution de Nutrition Nord Canada pour vous aider, vous et votre famille, à acheter des aliments sains et d'autres pro-

Ces changements sont en vigueur

TAUX DE CONTRIBUTION ÉLEVÉ

- ⬆️ Augmentation du taux de 0,50 \$/kg

TAUX DE CONTRIBUTION MOYEN

- ⬆️ Augmentation du taux de 1,00 \$/kg

TAUX DE CONTRIBUTION FAIBLE

- Aucun changement de taux
- ⬆️ Ajout de plusieurs nouveaux articles

Fruits et légumes



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Fruits et légumes surgelés

CONTRIBUTION MOYENNE

- Légumes et fruits frais
- Légumes séchés (sans assaisonnement et non sucrés)
- Fruits séchés (sans assaisonnement et non sucrés)
- Concentrés de jus congelés non sucrés
- Jus non sucré dans des contenants individuels de 250 ml ou moins, à l'exception des canettes
- Frites surgelées, pommes de terre rissolées et autres produits semblables à base de pomme de terre

FAIBLE CONTRIBUTION

- Jus non sucré dans des contenants de plus de 250 ml, sauf les canettes et les contenants en plastique 100 % recyclable
- ⬆️ Jus non sucré en conserve
- ⬆️ Légumes et fruits en conserve
- ⬆️ Sauces à base de tomates

Produits céréaliers



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Fruits et légumes surgelés

CONTRIBUTION MOYENNE

- Pain
- Produits panifiés sans garniture ou glaçage (ex. : brioches, petits pains, bagels, pain pita, tortillas souples)
- Farine tout usage (blanche et de blé entier)
- Céréales prêtes à manger
- Céréales à cuisiner
- Macaronis, spaghettis et lasagnes séchés (blanc ou de blé entier)
- Riz (blanc, blé entier, minute)

FAIBLE CONTRIBUTION

- Craquelins, pain sec croustillant et biscuits Pilot
- Biscuits Arrow-root et Thé social
- Farine de seigle et autres types de farines semi-périssables
- Pâtes fraîches et pâtes surgelées
- ⬆️ Pâtes sèches nature
- ⬆️ Maïs à éclater nature (grains non éclatés)
- ⬆️ Préparations pour bannock et crêpes

Lait et substituts



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Lait (frais)

CONTRIBUTION MOYENNE

- Lait (en poudre, en conserve, évaporé, stérilisé à ultra haute température (UHT))
- Lait au chocolat
- Babeurre
- Boisson au soja enrichie
- Fromages et tranches de fromage fondu
- Fromage cottage
- Yogourt et boissons au yogourt

FAIBLE CONTRIBUTION

- Crème
- Crème sure
- Fromage à la crème
- Tartinade de fromage fondu
- Crème glacée, yogourt glacé, sorbet et lait glacé

Viande et substituts



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Fruits et légumes surgelés

CONTRIBUTION MOYENNE

- Viande, volaille, poisson et fruits de mer frais et surgelés
- Charcuterie
- Œufs et substituts d'œufs
- Noix et graines non sucrées
- Haricots séchés (rouges, noirs et pinto)
- Orge, lentilles et pois cassés, séchés
- Beurre d'arachide et autres beurres de noix ou de graines
- Produits « végétariens » (ex. : tofu et boulettes à base de légumes)

FAIBLE CONTRIBUTION

- Bacon
- ⬆️ Poisson et fruits de mer en conserve
- ⬆️ Légumineuses en conserve (ex. : haricots, pois, lentilles)

Autres aliments



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Préparations lactées
- Céréales pour nourrissons
- Autres aliments pour nourrissons

CONTRIBUTION MOYENNE

- Beurre et saindoux
- Huiles de cuisson (canola, olive, végétale)
- Poudre à pâte
- Sel
- Levure

FAIBLE CONTRIBUTION

- Margarine (molle et non hydrogénée)
- Vinaigrette, mayonnaise et trempettes périssables
- Graisse végétale
- Toutes les huiles de cuisson sauf celles incluses dans les contributions élevées (ex. : tournesol, arachide, lin)
- Pizzas surgelées
- Plats cuisinés frais, congelés et réfrigérés, à l'exception des plats qui contiennent des produits panés, mis en pâte à frire ou en pâte à tarte, des desserts, de la poutine, des sandwiches préparés, des hamburgers, des hot-dogs, des salades préparées
- ⬆️ Assortiments de salades contenant des vinaigrettes et/ou des croûtons
- ⬆️ Pizzas fraîches
- ⬆️ Mélanges à pizza
- ⬆️ Édulcorants artificiels
- ⬆️ Épices, aromatisants et extraits

Produits non alimentaires



CONTRIBUTION ÉLEVÉE

- Fruits et légumes surgelés

CONTRIBUTION MOYENNE

- Couches
- Produits d'hygiène menstruelle

FAIBLE CONTRIBUTION

- Médicaments en vente libre approuvés par Santé Canada
- ⬆️ Lingettes et compresses d'allaitement
- ⬆️ Sous-vêtements absorbants jetables, papier hygiénique et papiers- mouchoirs
- ⬆️ Pâte dentifrice, brosses à dents, soie dentaire, ciment et produits de nettoyage pour prothèses dentaires
- ⬆️ Désinfectant pour les mains, savon, déodorant, shampoing et lotions pour les mains et le corps
- ⬆️ Détergents à lessive et pour vaisselle et lave-vaisselle

