

UNE JOURNÉE ALIMENTAIRE À CRITIQUER

① Observe, ci-dessous, la composition des repas de Léa sur une journée :

LÉA
Petit déjeuner Chocolat au lait, céréales
Déjeuner Friand au fromage Escalope de dinde Riz Camembert Flan Eau
Gouter Pain au lait, chocolat
Diner Salade de pâtes Gratin de pommes de terre Banane Eau



② En te basant sur les repères de consommation, dis ce que tu penses des repas de Léa ?
Que pourrais-tu lui conseiller de manger en priorité le lendemain ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....