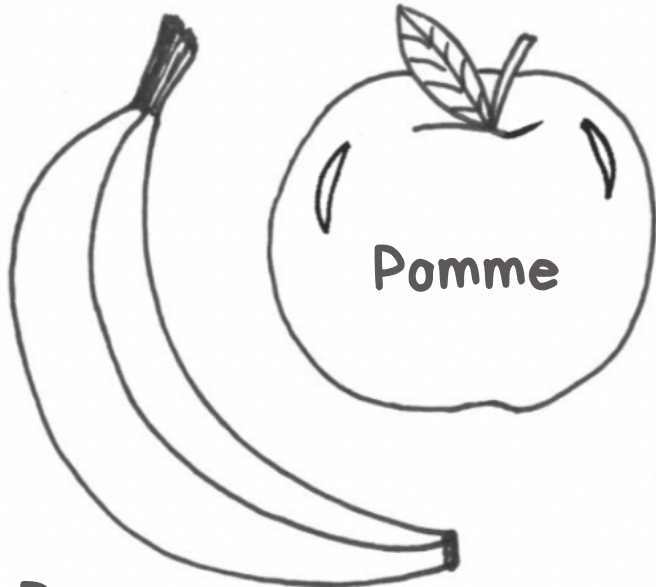




Faire une assiette saine

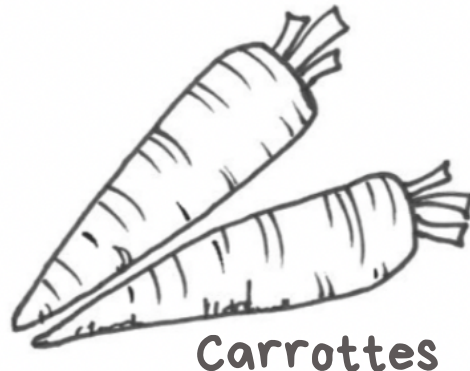
SCHOOL MILK FOUNDATION
OF NEWFOUNDLAND AND LABRADOR

Colorez vos images d'aliments et de boissons sains préférés. À l'aide de ciseaux, découpez soigneusement les images. Collez-les sur l'assiette «Bien manger avec Guide alimentaire canadien» pour préparer un repas sain. Miam!



Banane

Pomme

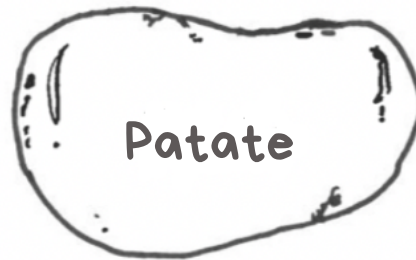


Carottes

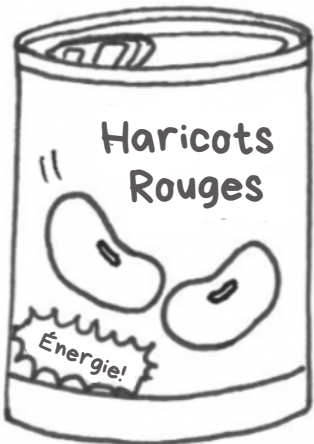


Poires

Miam!



Patate

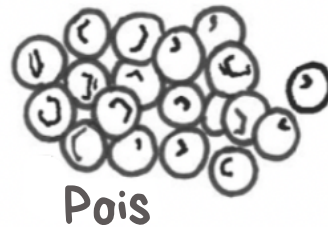


Haricots
Rouges

Énergie!



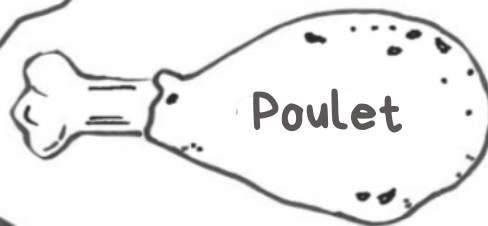
des
Oeufs



Pois



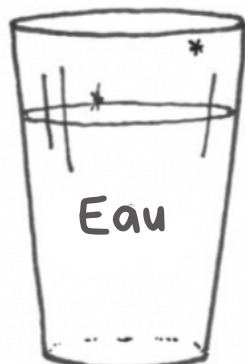
Lait



Poulet



des Noisettes



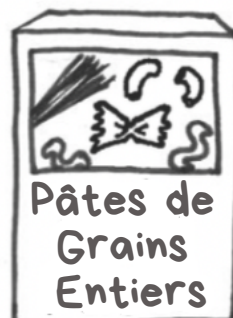
Eau



Pain de
Grains Entiers



Riz à Grain
Entiers



Pâtes de
Grains
Entiers



Céréale Complète

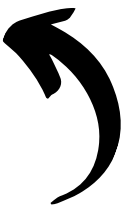
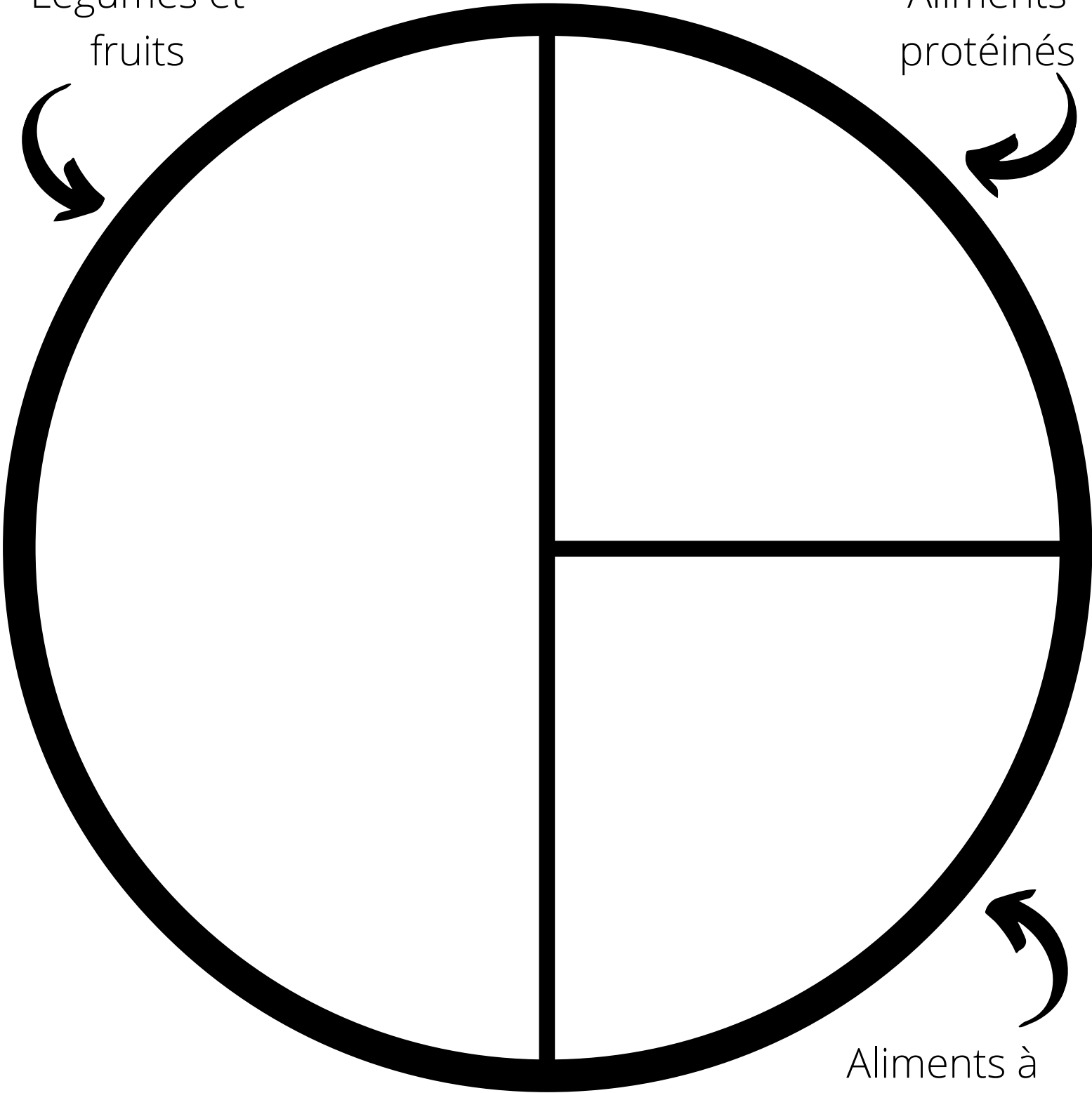


L'Assiette bien manger du Guide alimentaire canadien

SCHOOL MILK FOUNDATION
OF NEWFOUNDLAND AND LABRADOR

Légumes et
fruits

Aliments
protéinés



Aliments à
grains
entiers

N'oubliez pas
l'eau!

