



SCHOOL MILK FOUNDATION
OF NEWFOUNDLAND AND LABRADOR

Mon assiette en bonne santé

Dessinez des aliments et des boissons sains pour chaque section de l'assiette
Bien manger du Guide alimentaire canadien.

Légumes et
fruits
Dessiner 6
aliments

Aliments
protéinés
Dessiner 3 aliments
et boissons

N'oubliez pas
de boire de
l'eau!

Aliments à
grains entiers
Dessiner 3 aliments

