

Prénom :

Date :

# L'alimentation

## Savoir équilibrer un repas



S'entraîner

### À table !

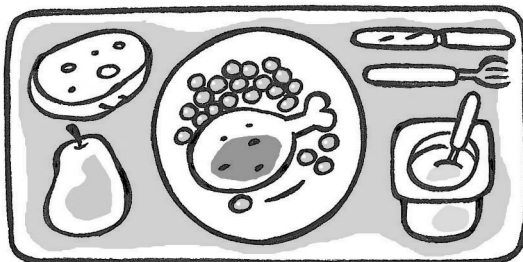
a. Dessine sur l'affiche un aliment supplémentaire dans chaque catégorie.

*Équilibrez vos menus!*

lait, fromage, yaourt	▶	
pain, pâtes, riz, pommes de terre, légumes secs	▶	
viande, poisson, œuf, saucisse	▶	
légumes verts, fruits	▶	
boissons	▶	

b. Anaïs et Mourad mangent à la cantine. En choisissant leur menu, ils ont chacun oublié un aliment indispensable à l'équilibre de leur repas. Que manque-t-il sur chaque plateau : des fraises, du pain ou de l'eau ?

Complète les phrases.



Anaïs a oublié de prendre

---



Mourad a oublié de prendre

---

Prénom :

Date :

# L'alimentation

## Savoir équilibrer un repas

Note :



### À table !

a. Dessine sur l'affiche un aliment supplémentaire dans chaque catégorie.

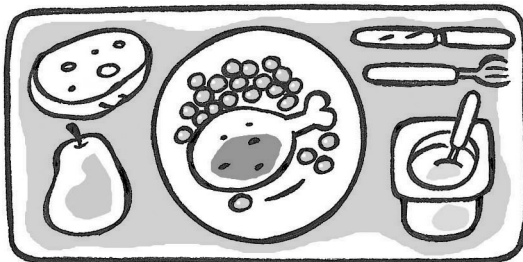
**Se corriger**

*Équilibrez vos menus!*

lait, fromage, yaourt	▶	
pain, pâtes, riz, pommes de terre, légumes secs	▶	
viande, poisson, œuf, saucisse	▶	
légumes verts, fruits	▶	
boissons	▶	

b. Anaïs et Mourad mangent à la cantine. En choisissant leur menu, ils ont chacun oublié un aliment indispensable à l'équilibre de leur repas. Que manque-t-il sur chaque plateau : des fraises, du pain ou de l'eau ?

Complète les phrases.



Anaïs a oublié de prendre de l'eau.



Mourad a oublié de prendre du pain.