

## UNE JOURNÉE ALIMENTAIRE À CRITIQUER

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

LÉA
<b>Petit déjeuner</b> Chocolat au lait, céréales
<b>Déjeuner</b> Friand au fromage Escalope de dinde Riz Camembert Flan Eau
<b>Gouter</b> Pain au lait, chocolat
<b>Diner</b> 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 ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....