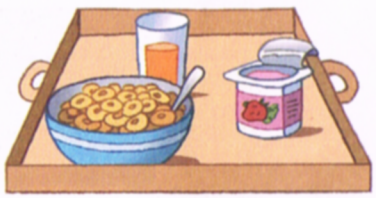
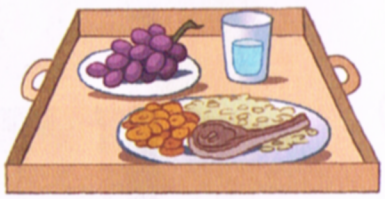
12 Quels aliments sont bons pour ma santé ?

J'observe

Voici les repas de deux enfants :

	Inès	Sarah
Matin	 ☐	☐
Midi	 ☐	☐

A **Fais une croix sous les repas qui sont les meilleurs pour la santé.**

B **Que remarques-tu ?**

Relie chaque enfant à sa façon de manger.

Inès mange • • beaucoup de sucreries et de produits gras.

Sarah mange • • un peu de chaque sorte d'aliment.

Que faut-il manger pour être en bonne santé ?