

*

La date : _____

L'alimentation : « Comment peut-on classer les aliments ? »

Fiche :

Leçon

La pyramide des aliments

Je retiens !



Les aliments que nous mangeons sont **variés**.

On les classe en **7 familles** :

- La famille des : bonbons, sodas, chocolat...
- La famille des : beurre, huiles...
- La famille des , œufs et poissons
- La famille des : lait, yaourts, fromages...
- La famille des et légumes
- La famille des : pain, céréales, pâtes, riz...
- La famille des **non sucrées** : eau, thé, café...



sucres



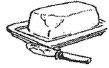
viandes



fruits



féculents



matières grasses



boissons



produits laitiers