



CYCLE 1

Veiller à sa santé

PRÉNOM _____

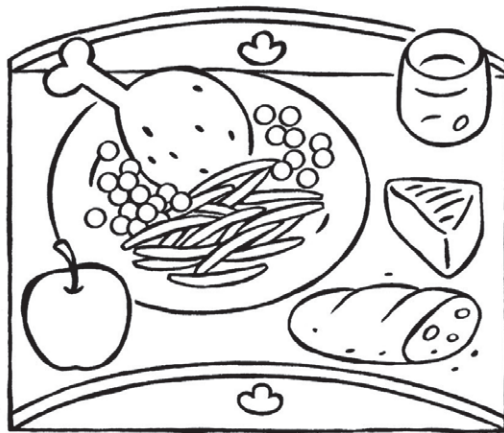
DATE _____



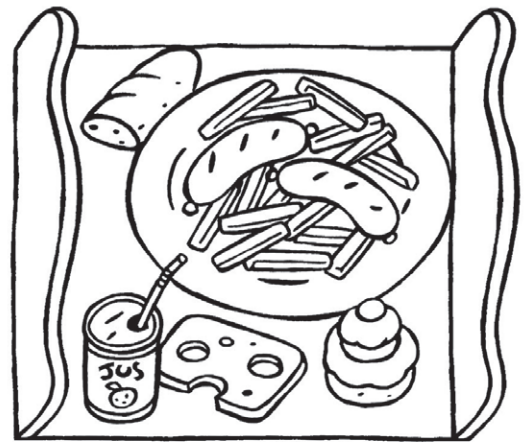
Se sentir bien, du soir au matin

- 1 Voici deux plateaux-repas. **Colorie** en **rouge** le plat principal, en **vert** les aliments qui contiennent du lait et en **bleu** le dessert.

DÉCOUVRIR



1



2

- 2 Quel repas est bien équilibré ?

- 3 **Entoure** ce que tu dois faire avant chaque repas, et **colorie** ce que tu dois faire après chaque repas.





CYCLE 1

Veiller à sa santé

PRÉNOM _____

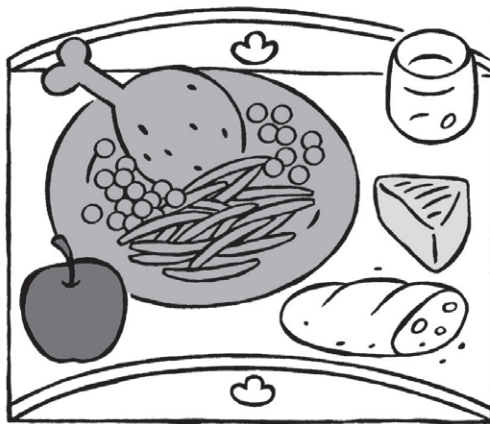
DATE _____



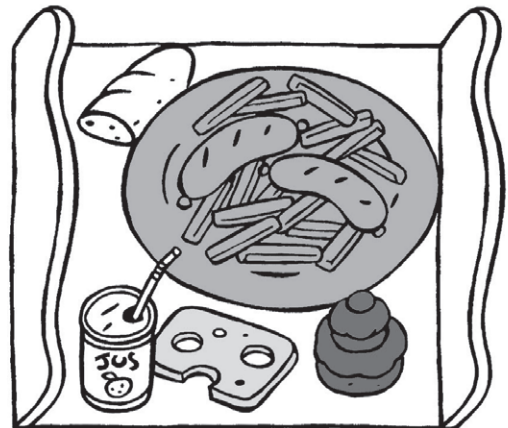
Se sentir bien, du soir au matin

- 1 Voici deux plateaux-repas. **Colorie** en **rouge** ● le plat principal, en **vert** ● les aliments qui contiennent du lait et en **bleu** ● le dessert.

SE CORRIGER



1



2

- 2 Quel repas est bien équilibré ?

le repas numéro 1

- 3 **Entoure** ce que tu dois faire avant chaque repas, et **colorie** ce que tu dois faire après chaque repas.

