

4
1 fois par jour:

Viande, poisson ou œuf

Matières grasses

5
2 à 4 fois par jour:

Lait et produits laitiers

Sucre et produits sucrés

**limiter la
consommation.**

2

6
5 fois par jour:

Légumes et fruits

**Les élèves de
l'école d'Audaux**

n°

7
A chaque repas.

Les féculents

Les boissons

De l'eau à volonté.

Appartient à : _____

Édité par : rpidugaveausset

Année scolaire 2013-2014