

Je retiens

Les aliments

Sciences



Pour rester en bonne santé, il faut respecter un avec des à chaque repas.

Attention ! Un équilibre alimentaire signifie .

Il faut donc éviter les aliments trop gras, trop sucrés ou trop salés.

Il est important au cours d'une journée de manger un aliment de chaque .

En effet, les aliments sont classés en .

On peut les classer dans une « ».

La fleur des aliments

