



Cycle 1

Veiller à sa santé

Prénom _____

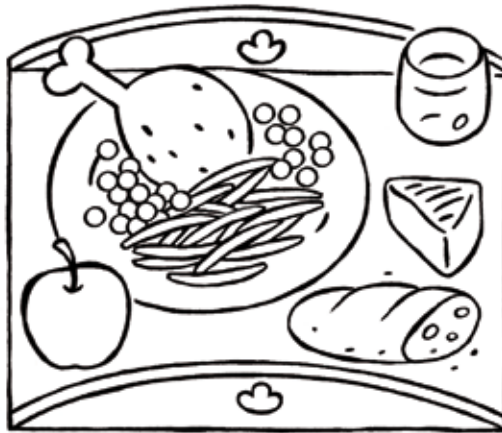
Date _____



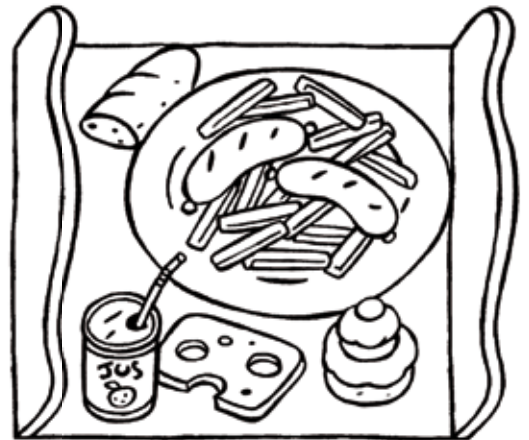
Découvrir

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.



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.



Note :

Cycle 1

Veiller à sa santé

Prénom _____

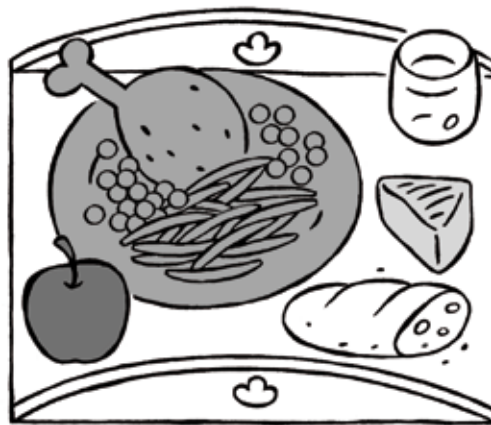
Date _____



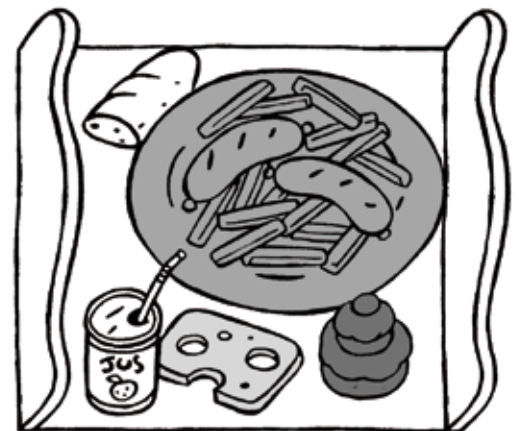
Se corriger

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.



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.

