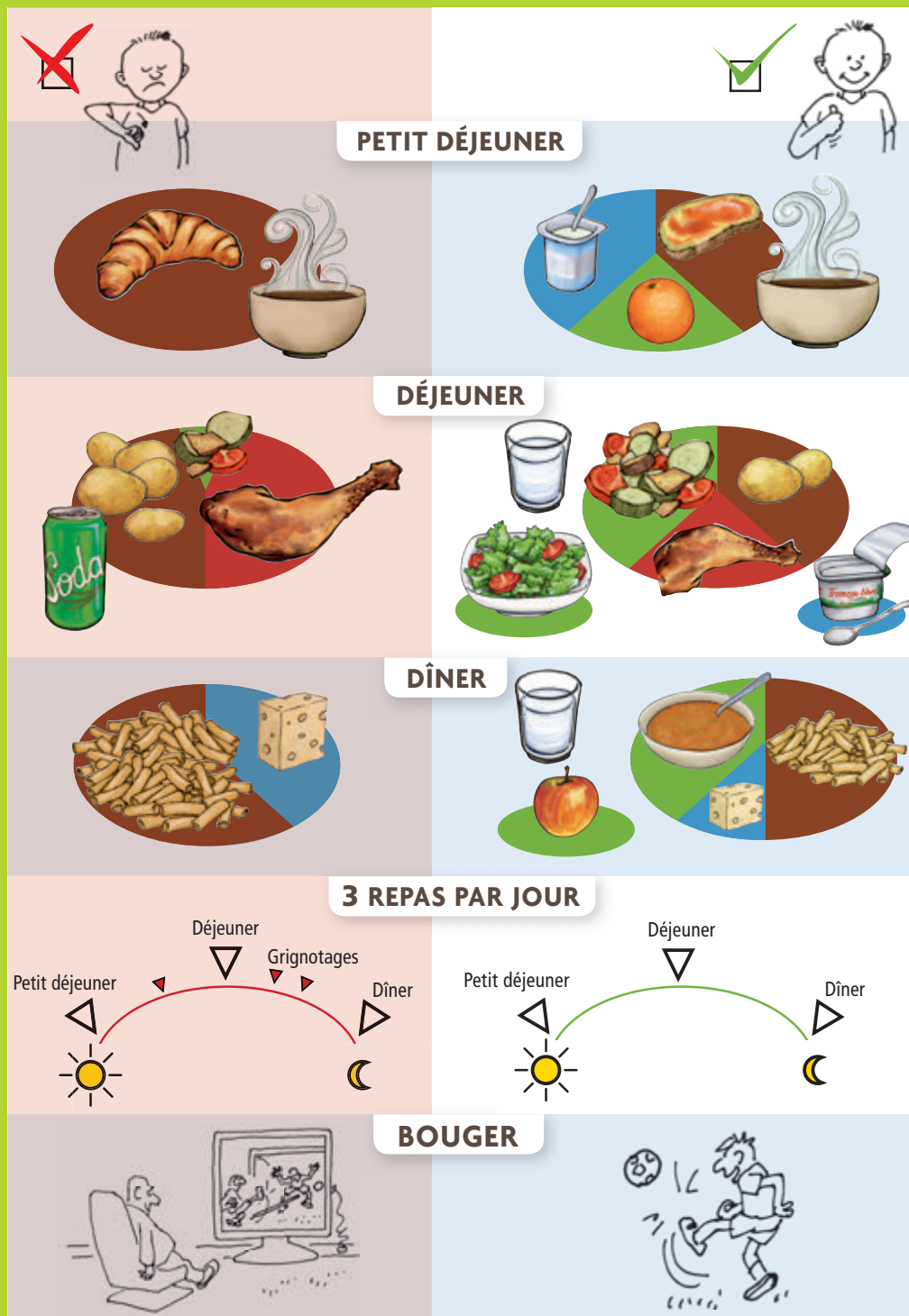
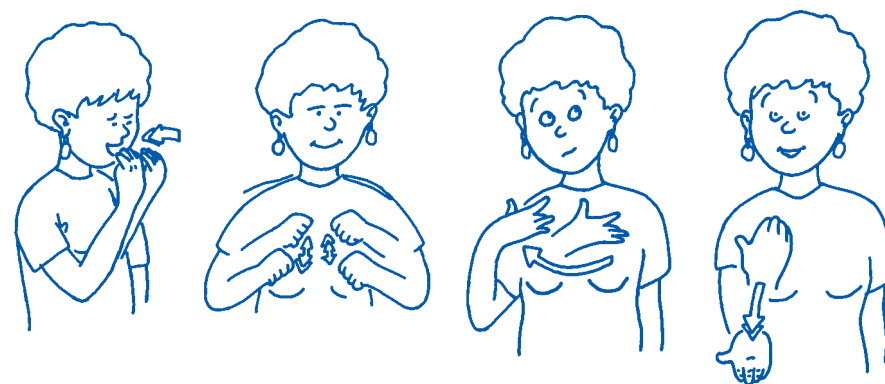




DT05-012-16DE - Conception et réalisation graphique : **PARIMAG** - Illustrations François Maret (nutrition) et Pat Mallet (personnages)

Manger bouger c'est la santé !



inpes.santepubliquefrance.fr/accessible

Manger, bouger c'est la santé !

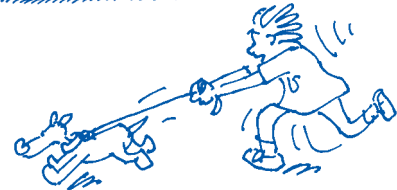
FRUITS ET LÉGUMES



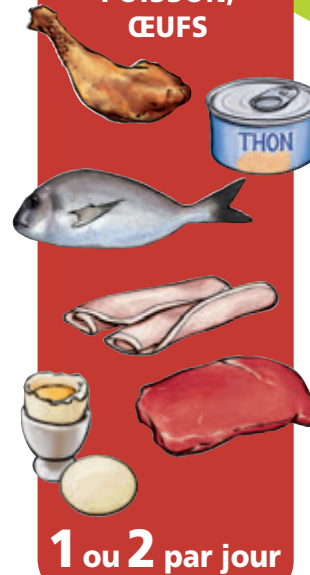
CÉRÉALES, FÉCULENTS



LAIT, YAOURT, FROMAGE



VIANDE, POISSON, ŒUFS



GRAISSES



SUCRÉ



SEL



Eau à volonté



Limitier
les graisses,
sucres et
sel cachés

