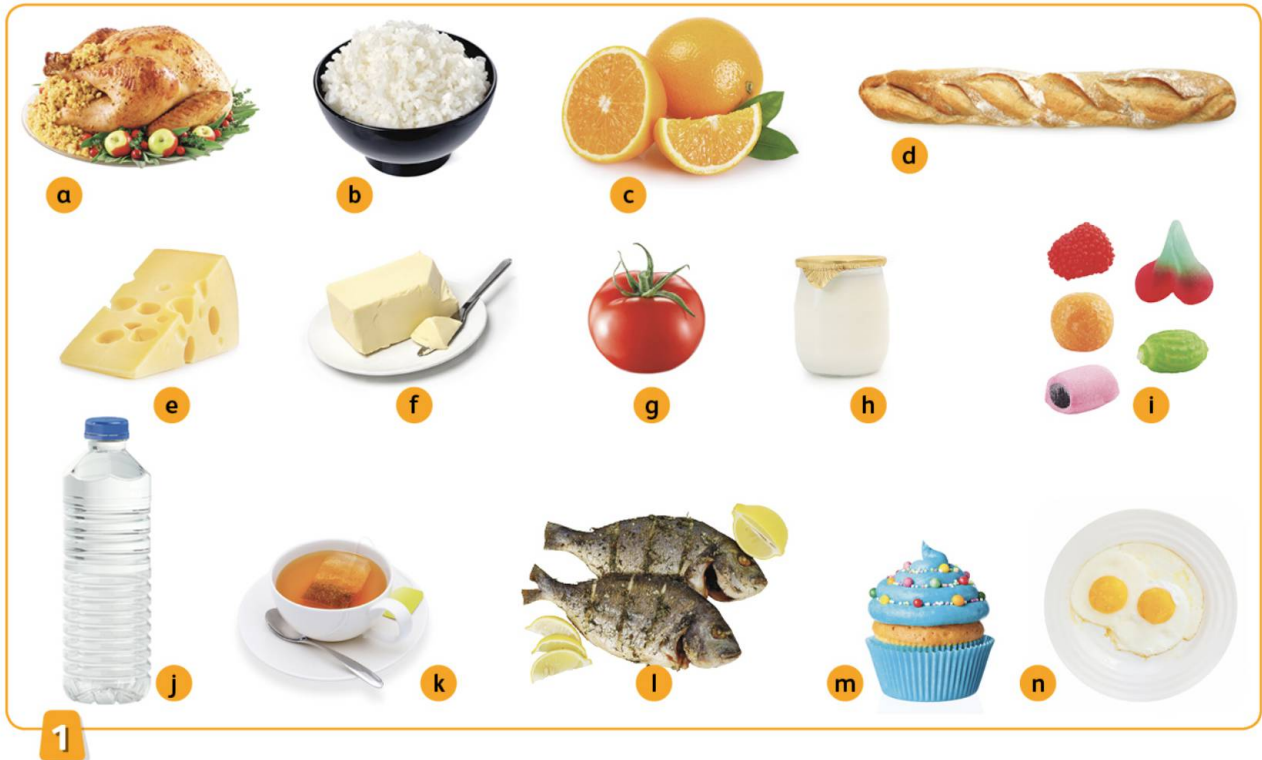


SC

Pourquoi ne peut-on pas manger
que des desserts?

Les différents types d'aliments.

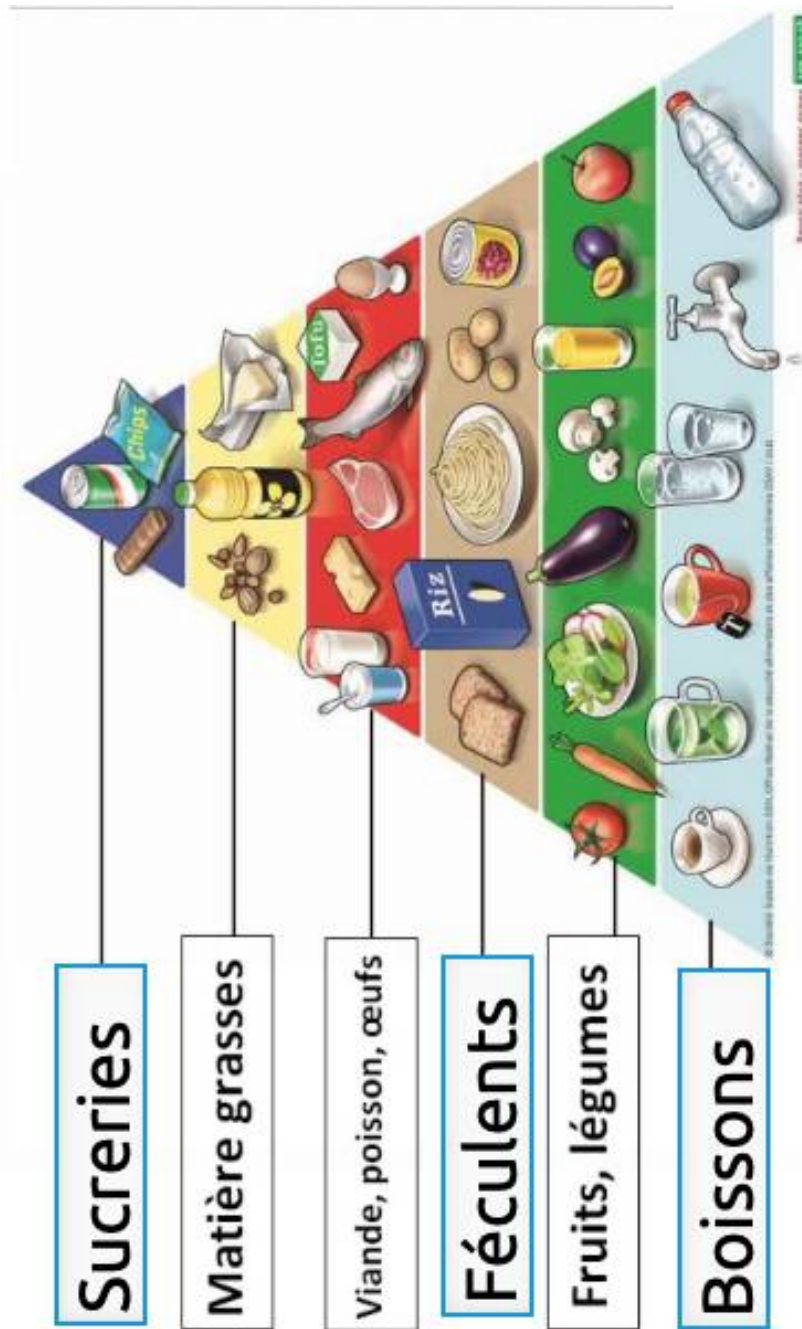


Nomme ce que tu vois sur chaque photographie :

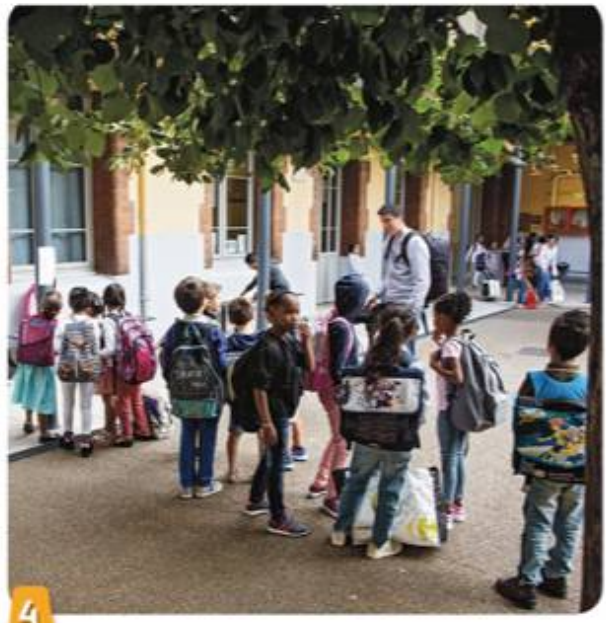
a		h	
b		i	
c		j	
d		k	
e		l	
f		m	
g		n	

Propose un trie pour ces aliments.

Retrouve dans la pyramide à quelle ligne appartient chaque aliment du document 1.



L'importance de l'alimentation sur l'organisme :



a. Décris ces quatre photographies.

Décris ces quatre photographies :

1

2

3

4

Complète avec les mots-clés :

• *bâtisseurs* • *équilibré* • *énergétiques* • *catégorie*
• *protecteurs* • *animaux* • *végétaux*

Pour être en bonne santé, je dois manger

Je dois manger des aliments de chaque : des fruits, des légumes, des féculents (à chaque repas), de la viande, du poisson, des œufs (une fois par jour), des matières grasses en petite quantité et les sucreries occasionnellement.

Les aliments proviennent des (comme la viande, les œufs ou le lait) ou des (légumes, fruits mais aussi les céréales cultivées dans les champs).

Les aliments ont différents rôles :

- les aliments qui servent à grandir (poisson, viande, lait...) ;
- les aliments qui servent à donner de l'énergie (pain, pâtes, sucre...) ;
- les aliments qui permettent le bon fonctionnement du corps (fruits, légumes).

Colle les vignettes dans la bonne colonne :

Boissons	
Fruit/légumes	
Féculents	
Produits laitiers	
Œufs/viandes/ poissons	
Matières grasses	
Sucreries	

