

Un petit-déjeuner à la française

« French breakfast »

Je te propose maintenant d'imaginer et d'illustrer ce qu'est pour toi un bon petit déjeuner français. Fais comme si tu le présentais à un élève Anglais...

Essaie de te souvenir de ce que nous avons appris sur l'équilibre alimentaire et propose un petit déjeuner équilibré. Je te rappelle les 4 éléments à respecter !

- un produit céréalier (idéalement du pain)
- un produit laitier (lait, beurre, yaourt, etc.)
- une boisson (café, thé, eau ou chocolat)
- un fruit (frais ou en jus de fruits)

Tu peux y ajouter un aliment « plaisir » bien de chez nous tel que le miel, la confiture ou encore la pâte à tartiner... On se régale 😊 !!!

Et maintenant, c'est à toi de jouer. Tu peux coller ou dessiner les aliments que tu proposes...

