

Méli-mélo

Exercice

Un verre de lait, c'est une collation idéale parce que celui-ci contient beaucoup de précieux nutriments. Pour avoir de l'énergie jusqu'à midi, il est important que tu manges ou boives quelque chose à la récré. D'autres aliments qui font aussi de très bons dix-heures se sont cachés dans la grille à côté.

Sauras-tu les retrouver? Quand tu les auras tous trouvés, colorie-les dans la couleur correspondante de la pyramide alimentaire: boissons non sucrées en bleu clair, fruits et légumes en vert, produits à base de céréales en brun, produits laitiers, viande, poisson et œufs en rouge, noix et graines en jaune, et les aliments sucrés en bleu.

Carotte
Colrave
Concombre
Crackers
Eau

Fenouil
Fraise
Fromage
Noix
Pain

Poire
Pomme
Séré
Tomate
Yogourt

P	D	S	I	O	X	Y	K	S	C	E	Y	T	U
X	N	E	R	B	M	O	C	N	O	C	P	R	I
C	T	B	P	N	G	W	L	S	A	C	G	V	S
E	V	A	R	L	O	C	S	S	P	A	I	N	J
P	Á	B	A	L	E	H	T	O	M	A	T	E	R
U	C	R	A	C	K	E	R	S	N	O	C	J	K
H	O	Ü	R	H	S	F	R	O	M	A	G	E	G
G	L	I	U	O	N	E	F	O	M	K	A	R	Q
P	S	K	T	W	E	T	T	O	R	A	C	E	X
O	T	R	U	O	G	O	Y	R	X	I	O	N	F
I	Q	D	E	M	M	O	P	S	J	É	R	É	S
R	Y	E	T	A	D	J	T	T	H	S	O	U	H
E	A	A	F	E	F	R	A	I	S	E	W	U	R
P	B	U	W	I	T	I	H	M	D	S	M	E	L

Méli-mélo

P	D	S	I	O	X	Y	K	S	C	E	Y	T	U
X	N	E	R	B	M	O	C	N	O	C	P	R	I
C	T	B	P	N	G	W	L	S	A	C	G	V	S
E	V	A	R	L	O	C	S	S	P	A	I	N	J
P	Á	B	A	L	E	H	T	O	M	A	T	E	R
U	C	R	A	C	K	E	R	S	N	O	C	J	K
H	O	Ü	R	H	S	F	R	O	M	A	G	E	G
G	L	I	U	O	N	E	F	O	M	K	A	R	Q
P	S	K	T	W	E	T	T	O	R	A	C	E	X
O	T	R	U	O	G	O	Y	R	X	I	O	N	F
I	Q	D	E	M	M	O	P	S	J	É	R	É	S
R	Y	E	T	A	D	J	T	T	H	S	O	U	H
E	A	A	F	E	F	R	A	I	S	E	W	U	R
P	B	U	W	I	T	I	H	M	D	S	M	E	L