



Nom:

La pyramide alimentaire

Exercice 1

Voici une pyramide alimentaire truffée d'erreurs. Quels aliments ne sont pas à leur place? Entoure-les, puis indique à quel étage ils appartiennent.



Aliments mal placés

Étage correct

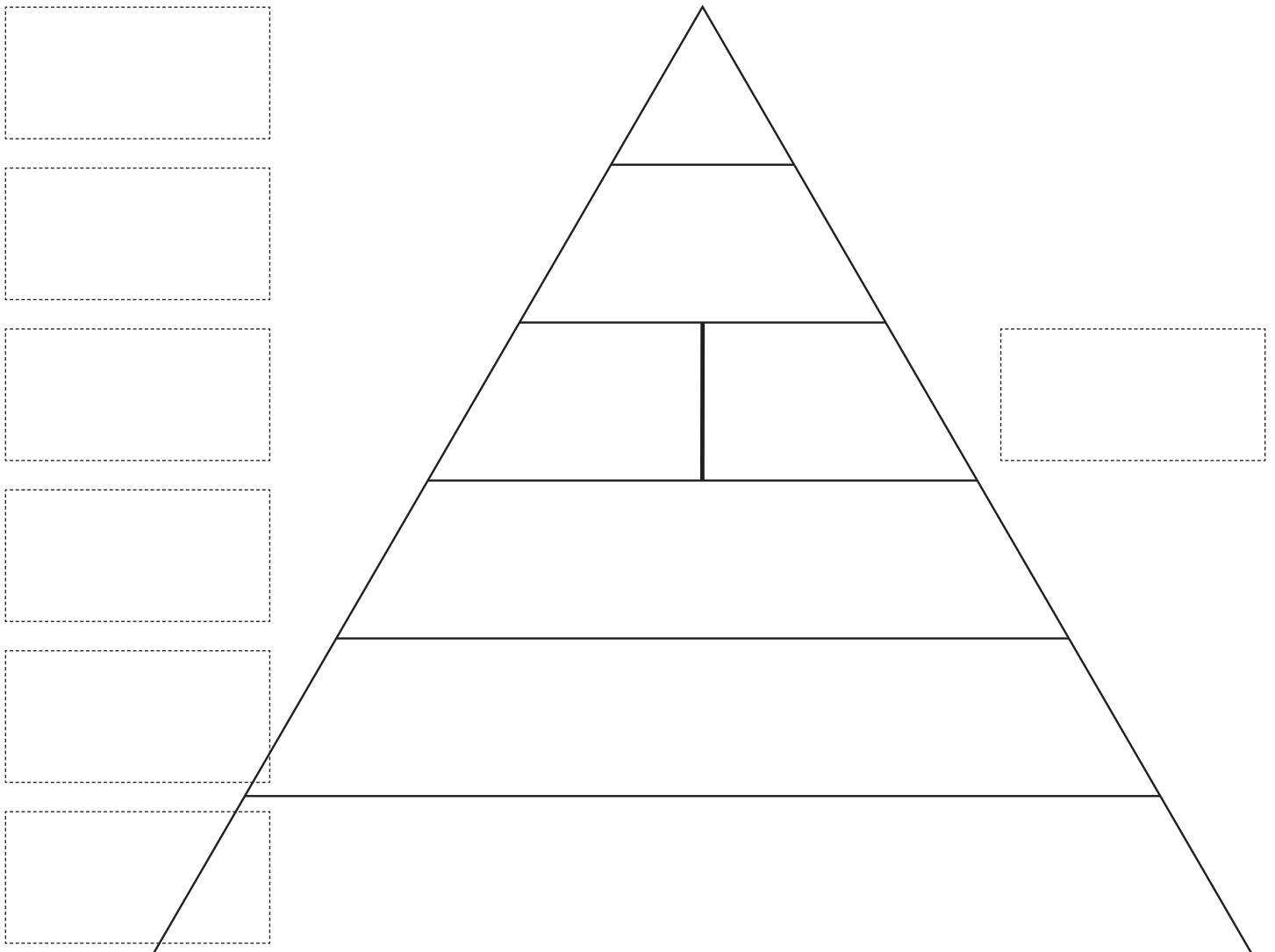


Nom:

La pyramide alimentaire

Exercice 2

La pyramide alimentaire illustre les quantités recommandées de chaque type d'aliments. Dans chaque case, écris le nom du groupe d'aliments correspondant. Pour chaque groupe, inscris aussi la quantité recommandée ou le nombre de portions. Enfin, encadre chaque étage avec la couleur correspondante.





Économie familiale/secondeaire 1

Solution

La pyramide alimentaire

Exercice 1



Aliments mal placés

Lait, fromage et yogourt

Huile et noix

Sucreries et soda

Laitue et carottes

Viande, poulet, poisson et œufs

Eau

Pommes de terre

Pommes et poire

Étage correct

Lait, produits laitiers

Beurre, beurre à rôtir, huile, oléagineux

Sucre, sucreries, sodas

Légumes, salade, fruits

Viande, volaille, poisson, œufs

Boissons

Céréales, pommes de terre, légumineuses

Légumes, salade, fruits



Économie familiale/secondeaire 1

Solution

swissmilk

La pyramide alimentaire

Exercice 1





Solution

swissmilk

La pyramide alimentaire

Exercice 2

