



Education à la santé : l'alimentation

A quoi servent les aliments ?

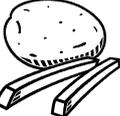
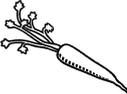
1. A quoi servent les aliments ?

Les aliments servent à :

- _____ ;
- _____ ;

Pour utiliser ces aliments, nous avons besoin d'autres aliments qui servent d'_____.

2. Quel est le rôle de chacune des 7 familles d'aliments ?

Des aliments pour grandir	Des aliments pour avoir de l'énergie	Des aliments outils
		
Le poisson 	Le pain 	La pomme 
La viande 	Les pâtes 	La salade 
Le lait 	L'huile 	L'eau 
Les yaourts 	Les pommes de terre 	Les carottes 
Le fromage 	Le beurre 	Le chou fleur 
Les œufs 	Le sucre 	Les poires 

En t'aidant du tableau, colorie sur la fleur alimentaire :

- **en bleu**, les pétales des familles d'aliments qui servent à grandir ;



- **en rouge**, les pétales des familles d'aliments qui servent à avoir de l'énergie ;



- **en vert**, les pétales des familles d'aliments qui servent d'outils .

