

C'est bon ou mauvais ?

Classe les aliments dans la bonne colonne



la glace
le thon
les accras de morue
le sucre
le yaourt
le pain grillé
le beurre
les gateaux secs
le steak de boeuf
la quiche
les céréales
les légumes verts
le steak haché
le gateau
les carottes
le fois gras
les nems
le couscous marrocain
le saumon
les oeufs
la mergez
les champignons
la salade composée
la salade de fruits

(tu peux en manger tous les jours sans problèmes)	quantité et fréquence	(tu NE peux PAS en manger tous les jours!)
bon pour la santé	ca dépend	mauvais pour la santé



