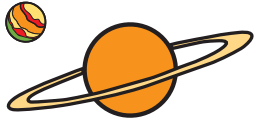




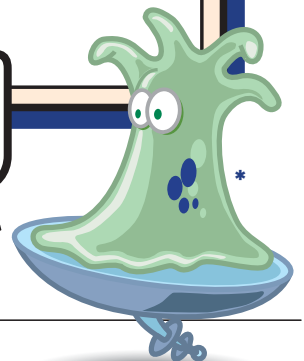
Apprendre en s'amusant, une création
des diététistes canadiennes



Nom : _____

	Menu de dîner	Légumes et fruits	Produits céréaliers	Lait et substituts	Viandes et substituts
Lundi					
Mardi					
Mercredi					
Jeudi					
Vendredi					

Le saviez-vous ? Les meilleurs dîners contiennent des aliments des quatre groupes alimentaires. Visez l'équilibre !



Pour en savoir plus sur les choix alimentaires sains, visitez les sites www.missionnutrition.ca et www.santecanada.gc.ca/guidealimentaire