

Petit déjeuner équilibré

Jeudi 19 décembre, nous avons pris notre petit-déjeuner à l'école.

Nous étions deux par deux : un élève de la classe d'Erika et un élève de la classe de Sandra.



Le plus grand portait le plateau puis nous sommes allés tous les deux chercher ce dont nous avons besoin pour composer un petit-déjeuner équilibré.

Chacun a choisi un aliment de chaque famille : un fruit (pomme ou clémentine), une boisson, un féculent (céréales, pain ou biscotte), un produit laitier (lait ou yaourt), un produit gras (beurre ou pâte à tartiner), un produit sucré (sucre, chocolat, confiture).



Puis nous sommes retournés à notre place manger ce que nous avons choisi.

Nous nous sommes régalés !!! Miam, miam !!