

Qu'y a-t-il au menu?

1. A l'aide des étiquettes, compose un menu que tu consommerais à la maison et dessine-le sur les assiettes.
2. Indique le nom et la provenance de chaque aliment.
3. Evalue la transformation de chaque aliment en entourant un chiffre selon l'échelle suivante: pas transformé 1 \longleftrightarrow 5 très transformé



Lorsqu'un aliment a subi une préparation (cuisson, congélation, ajout d'autres ingrédients, etc.), on dit qu'il est transformé.

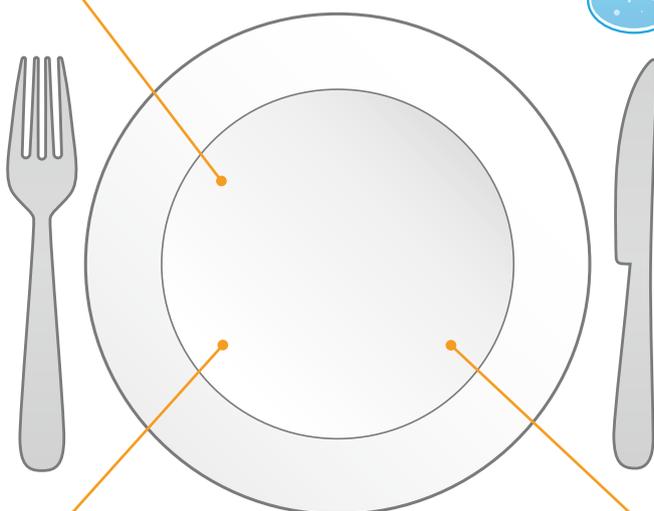
Les féculents sont notre principale source d'énergie. Les céréales, les légumineuses (lentilles, haricots secs, etc.) et les tubercules (pommes de terre, patates douces, etc.) en font partie.



Féculent		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5

Boisson		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5

Pain		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5



Fruit ou fromage		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5

Légume		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5

Viande ou poisson		Provenance (d'ici ou d'ailleurs)		
Transformation de l'aliment				
1	2	3	4	5