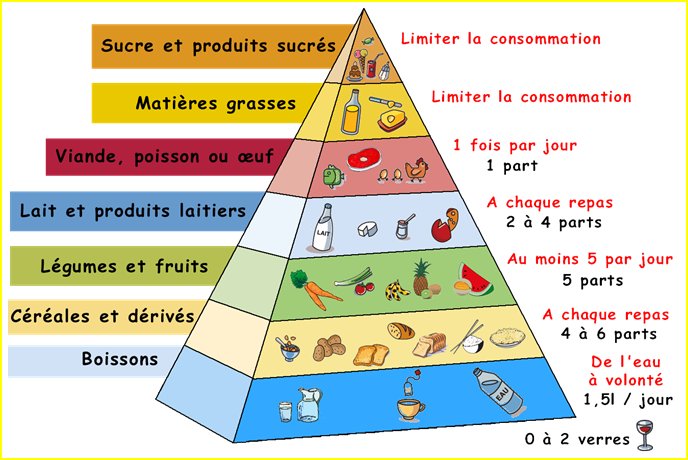
**ACTIVITE N° 8 : LES PRINCIPALES FAMILLES D’ALIMENTS**

Le document ci-dessous indique les 7 principales familles d’aliments ainsi que les quantités respectives, les besoins qui doivent être approtés à l’organisme pour son bon fonctionnement.



***Quels sont les aliments que l’on peut consommer à volonté ?***

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

***Quels sont les aliments que l’on peut consommer à chaque repas ?***

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………

***Quels sont les aliments dont on doit limiter la consommation ?***

………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………