

Le petit déjeuner à l'école

Le jeudi matin, nous avons apporté un bol et une petite cuillère pour prendre le petit déjeuner à l'école.

Au préalable, nous avons travaillé sur le classement des différents aliments en 7 catégories. Ensuite, nous avons étudié la composition d'un petit déjeuner anglais en cherchant à savoir s'il était équilibré et nous l'avons comparé au nôtre.

Pour ce petit déjeuner, nous pouvions choisir ce qui nous plaisait. Chacun d'entre nous devait coller l'illustration correspondant à ses choix et dire si ce repas était ou n'était pas équilibré.

Les sept catégories d'aliments :	Ce que nous pouvions choisir :
Boissons	thé – jus de fruit - eau
Produits céréaliers	Pain – céréales sans sucre
Fruits et légumes	Pomme – banane – orange - kiwi
Produits laitiers	Lait - yaourt
Viande – poisson - oeuf	jambon
Matières grasses	Beurre – chocolat en poudre
Produits sucrés	Sucre en poudre – confiture de fraise – chocolat en poudre

Voici un petit diaporama pour nos parents.

