

Jeux d'application : classez les aliments/plats en fonction de leur(s) groupe(s)

- ▶ Un plat peut appartenir à un ou plusieurs groupes d'aliments... à vous de jouer !
- ▶ On estime que l'aliment appartient à un groupe à partir du moment où la quantité est relativement importante (ex : une sauce tomate ne compte pas comme une part de légumes).

Produit/plat	Groupe d'aliments	Produit/plat	Groupe d'aliments
Filet de colin à la provençale		Abricots secs	
Beurre		Chipolatas	
Haricots verts		Chili con carne	
Couscous au poulet		Pizza	
Huile de tournesol		Frites	
Chocolat au lait (chaud)		Salade composée (riz, tomates et thon)	
Omelette nature		Apéritif « sans alcool »	
Pommes de terre vapeur		Moussaka	
Crème fraîche		Crêpes au sucre	
Riz au lait		Quiche lorraine	
Emmental		Ratatouille	
Spaghetti bolognaises		Liégeois au chocolat	
Lentilles au curry		Endives au jambon	
Poire		Compote de pomme	
Confiture		Fromage blanc	