

# OUTILS - ENQUÊTE SUR LES GROUPES D'ALIMENTS

2<sup>ND</sup> DEGRÉ - COLLÈGE - LYCÉE



## ENQUÊTE SUR LES GROUPES D'ALIMENTS

Indiquez en moyenne par jour, le nombre de parts consommées dans chacun des groupes d'aliments.

1 part =		Petit-déj	Matinée	Déjeuner	Après-midi	Goûter	Dîner	Soirée-nuit
1 fruit ou une compote								
1 assiette								
1 yaourt ou 30 g de fromage								
1/4 de baguette ou 4 biscottes								
1 assiette								
100 g ou 2 œufs								
1 tartelette ou 2 boules de glace								
2 sucres ou 2 carrés de chocolat noir								
10 g de chips ou 6 rondelles de saucisson								
1 cuillère à soupe d'huile ou 10 g de beurre								

Autres, précisez : .....

