

Prénom : _____

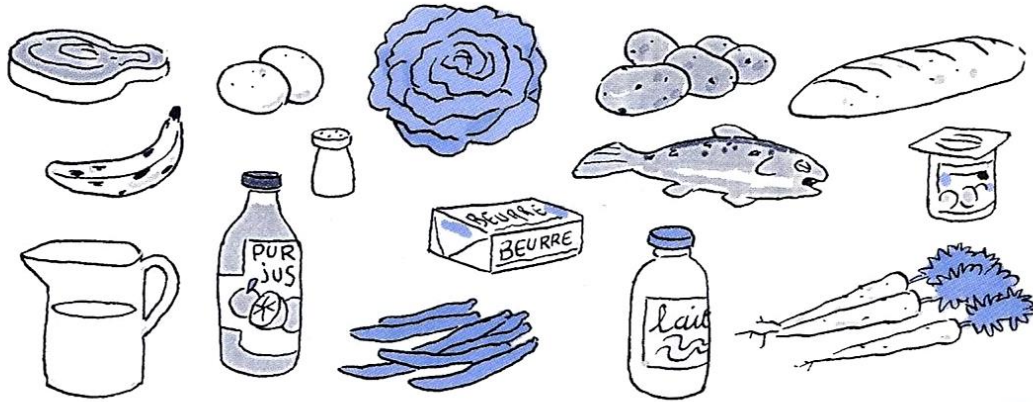
Date : _____

Si tu peux imprimer, complète la fiche, demande à tes parents de vérifier puis range-la dans ton classeur, dans la partie Sciences.

Si tu ne peux pas imprimer, indique les réponses à un adulte.

Je me nourris

1 – Ecris le nom de chaque aliment dans la case qui convient.



Vient d'une plante
Vient d'un animal
Je ne sais pas où le mettre

2 – Numérote les étapes de la fabrication du fromage puis du pain.

Le fromage



Le lait caillé devient petit à petit du fromage.

La traite de la vache donne le lait.

Le lait caillé : il forme une pâte molle.

Le lait caillé est versé dans des moules.

Le pain



Le blé moulu produit de la farine.

Le pain est cuit au four.

Le blé est récolté.

La pâte est pétrie et moulée.

3 – Ecris la lettre de chaque étiquette à sa place dans le tableau.

a Yaourt Pomme Jus de fruit	b Salade de tomates Escalope Haricots verts Fromage Poire	c Potage Filets de poisson Riz Compote	d Lait Céréales Tartines Beurre
e Dîner	f Petit déjeuner	g Déjeuner	h Goûter

Repas				
Moment	matin	midi	après-midi	soir
Menu				

4 – Compose le menu d'un repas de midi et d'un repas du soir, en suivant les indications.

- Dans chaque menu, on doit trouver au moins : un végétal cru, un produit d'origine animale, un légume cuit, un produit laitier.
- Un des deux repas doit comporter un légume vert, et l'autre un légume féculent (par exemple : lentilles, riz, pâtes, pommes de terre).

Menu du midi

.....

.....

.....

.....

Menu du soir

.....

.....

.....

.....

5 – **Coche la bonne case.**

- Les yaourts sont fabriqués avec le lait d'animaux.
- Il vaut mieux faire deux gros repas par jour que quatre petits.
- Si on aime bien un aliment, on peut en manger à chaque repas.
- Un bon repas doit avoir des aliments d'origine variée.
- Si on mange trop d'aliments sucrés, on risque d'être malade.

Vrai

Faux

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>