

MES DÉFIS SANTÉ

BIEN MANGER



- **1 MIN POUR DÉGUSTER**
- **TOUT GOÛTER - SENTIR**
- **REEMPLACER LE SUCRE EN POUDRE**
- **CUISINER AVEC LES PARENTS**
- **CHOISIR LES BONS NUTRISCORES**
- **CHOISIR LE MENU**
- **5 FRUITS ET LÉGUMES + 1,5 L D'EAU MINIMUM**
- **PAS D'ÉCRANS**

