



Lis les questions ci-dessous et essaye de répondre, au crayon à papier, à celles dont tu penses connaître les réponses. Compare tes réponses avec celles de tes camarades. Visionne ensuite le documentaire intitulé "La nutrition, mangeons équilibré" et complète le questionnaire au fur et à mesure.



En quoi sont transformés les aliments ?

.....



En moyenne, de combien de calories a besoin un adulte par jour ?

.....

.....



De quels nutriments a besoin notre corps ?

.....

.....



Donne deux exemples d'oligo-éléments ?

.....

.....



Dans quels aliments trouve-t-on les sucres lents ?

.....

.....



Par quelle étape commence la digestion ?

.....

.....



Par quoi sont aspergés les aliments dans l'estomac ?

.....



Que fait le foie ?

.....

.....



Un menu fast-food apporte plus d'énergie qu'un menu équilibré ?

Vrai Faux



Combien apporte-t-il de lipides et de glucides en plus ?

.....

.....



Que deviennent les lipides en trop dans l'organisme ?

.....

.....



Qu'arrive-t-il avec le cholestérol en trop dans le sang ?

.....

.....