

Les habitudes alimentaires :

Compréhension orale :

- 1) Que mange Zoé au petit déjeuner ?
- 2) Que boit Zoé généralement au petit déjeuner ?
- 3) Quels aliments composent le déjeuner de Zoé ?
 - a) Des céréales, du lait, et un fruit
 - b) Des féculents, des protéines, des légumes et un fruit
 - c) Des sandwiches et des chips
- 4) Quel est le goûter préféré de Zoé ?
 - a) Un fruit et un pain au chocolat
 - b) Un fruit et des amandes
 - c) Un smoothie et des chips
- 5) Que boit Zoé au dîner ?
 - a) De l'eau
 - b) Du soda
 - c) Du jus de fruit

Vrai ou Faux ?

- 1) Zoé pense que les produits sucrés sont bons pour la santé.
- 2) Pour le dîner Zoé mange une omelette.
- 3) Zoé préfère les boissons sucrées au dîner.
- 4) Zoé essaie de varier son alimentation pour avoir une alimentation équilibrée.

Attention ! Avec les verbes manger et boire, on utilise les partitifs !

Complétez avec **de la / du / des / de l'**

- | | |
|-------------------|---|
| | parmesan (masculin, singulier) |
| Je mange/ je bois | roquette (féminin, singulier) |
| | ananas (mot singulier commençant par une voyelle) |
| | olives noires (pluriel) |

VOCABULAIRE DE L'ALIMENTATION



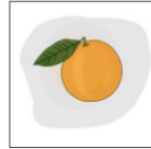
LA BANANE



LE CITRON



LA FRAISE



L'ORANGE (F)



LA PÊCHE



LA POIRE



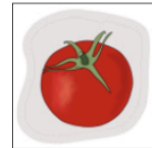
LA POMME



LE RAISIN



LA FRAMBOISE



LA TOMATE



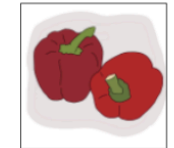
LA CAROTTE



L'OIGNON (M.)



LE POIREAU



LE POIVRON



LA POMME DE TERRE



LA SALADE



LA COURGETTE



LES HARICOTS VERTS



LE SEL



LE POIVRE



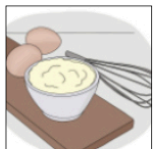
LE SUCRE



LA MOUTARDE



LE KETCHUP



LA MAYONNAISE



LES HERBES



LES ÉPICES



LE LAIT



LE FROMAGE



LE YAOURT



LE CEMBERT



LE BEURRE



LA VIANDE



LE POULET



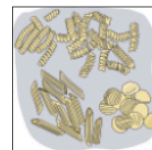
LA SAUCISSE



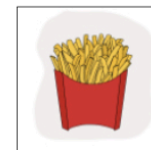
LA CHARCUTERIE



L'ŒUF



LES PÂTES



LES FRITES



LE RIZ



LE GÂTEAU



LA GLACE



LA TARTE



LA BARRE CHOCOLATÉE



L'EAU



LE VIN



LE JUS DE FRUITS



LE SODA



LE CAFÉ



LE THÉ



LE CHOCOLAT CHAUD

MON NUTRITIONNISTE

Questionnaire - Nom du patient :

| Je mange / je bois... | Jamais | Une fois par mois | Une fois par semaine | Plusieurs fois par semaine | Tous les jours |
|------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| de la charcuterie | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de la viande rouge | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de la viande blanche | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de l'eau | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de la bière | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du chocolat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du beurre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du fromage | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des yaourts | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du sucre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du café | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du thé | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des frites | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des hamburgers | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des légumes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des pommes de terre | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des barres chocolatées | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des gâteaux | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du poisson | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des fruits secs | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des fruits frais | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du vin rouge | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des fruits de mer | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des sandwiches | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des kebabs | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des noix | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des œufs | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des jus de fruits | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des sodas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de la soupe | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des pâtes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du riz | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du lait | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| de la vodka | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des boissons énergétiques | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des pizzas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| des céréales | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| du pain | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

BILAN NUTRITIONNEL - Nom du médecin :

| | |
|--|--|
| C'est bien ! <i>Tu manges beaucoup...</i> <i>Tu bois peu...</i> | |
| parce que... | |
| Ce n'est pas bien ! | |
| parce que... | |
| Mes conseils | |
| Avec ton alimentation, tu risques de | |
| Tu dois manger plus | |
| Il faut manger moins | |
| Tu dois boire | |
| Il est important de | |
| Attention à | |
| Et continue à | |