

MON ASSIETTE ÉQUILIBRÉE

A noter : Il n'existe pas d'aliments parfaits ni d'aliments interdits, l'équilibre est dans la variété.



Protéines



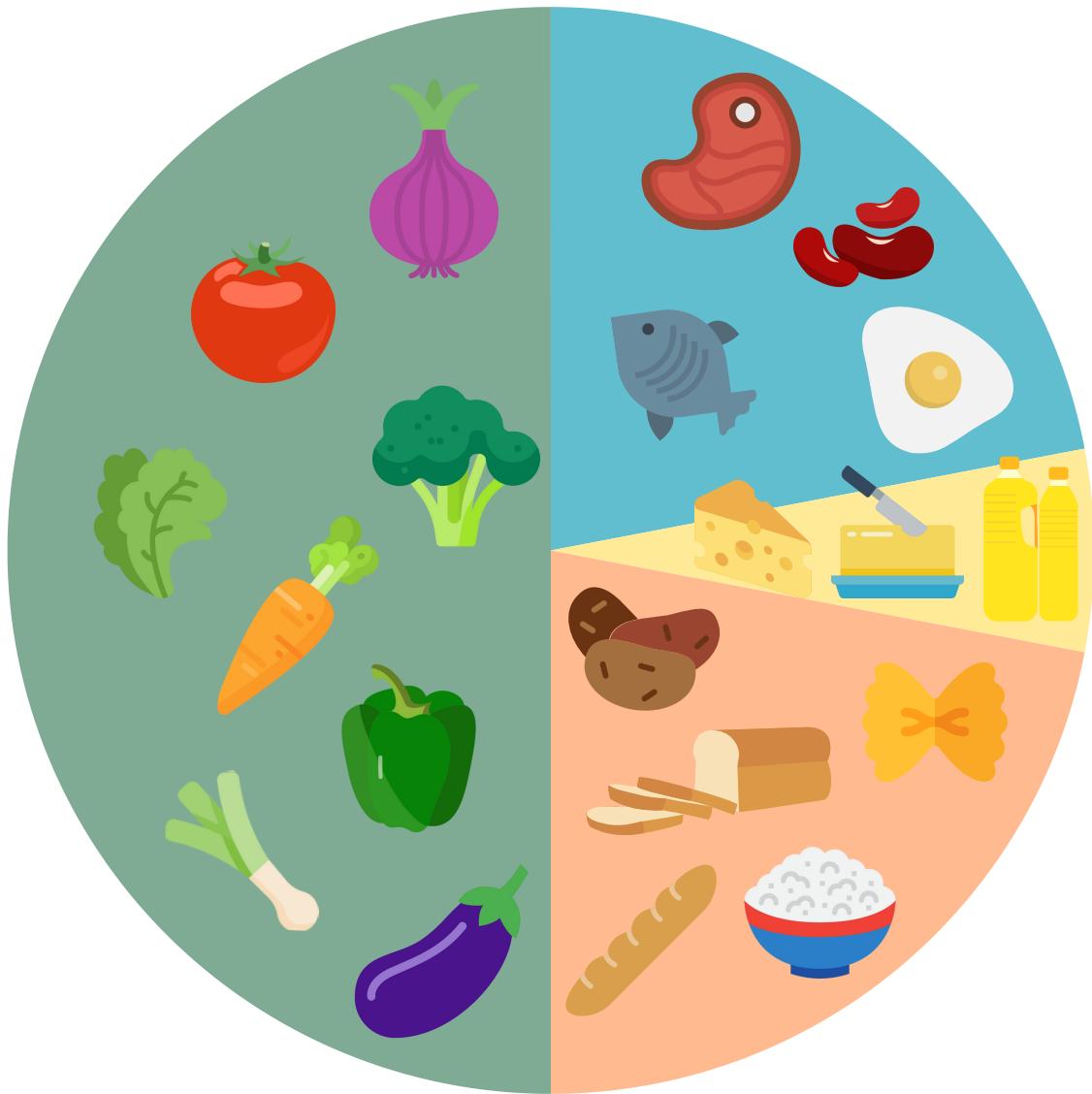
Matières grasses



Féculents



Légumes



Marie Scapin

Diététicienne nutritionniste

www.mariescapin.fr

06 25 26 58 30

contact@mariescapin.fr

[f](#) [o](#) @marie.scapin