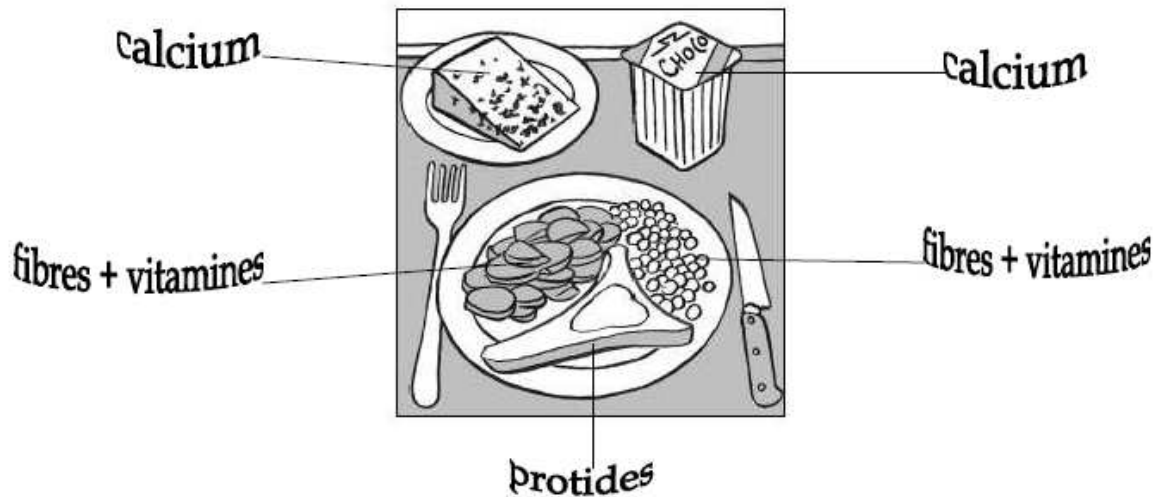
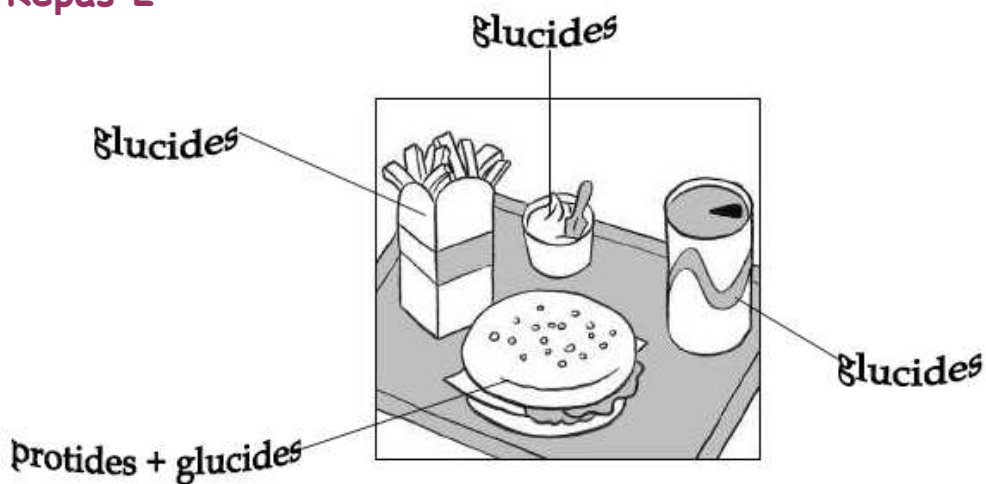


# L'équilibre alimentaire

## Repas 1



## Repas 2



Pour être **équilibré**, un repas doit contenir un élément de chaque groupe. Le repas 1 est équilibré, contrairement au repas 2 qui est trop riche en glucides.