LE 08 OCTOBRE 2026

7e EDITION

Le Grand Repas



Aujourd'hui, tu participes au Grand Repas !

L'occasion de bien manger et manger bon avec des produits de saison et de ta région. C'est très important pour la planète, pour ta santé et pour vivre le mieux possible.

Bon appétit !



MAINTENANT, À TOI DE CUISINER (avec un adulte) !



LE GRANOLA MAISON

Il te faut :

- 100g de banane (1 banane)
- 100g de flocon d'avoine
- 40g de morceaux de chocolat

Comment t'y prendre ?

- Écraser la banane et ajouter les autres ingrédients.
- Mélanger et former des biscuits ronds
- Enfourner 15 minutes à 180 degrés.

Soutenu par MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE ET DE LA SOUVERAINETÉ ALIMENTAIRE

À TOI DE JOUER !

ENTOURE l'aliment principal du guacamole





Réponse : Avocat

SELON TOI...

Que signifie l'expression « tomber dans les pommes » ?

- Tomber malade
- S'évanouir
- Avoir faim

Réponse : S'évanouir

QUI SUIS-JE ?

Je suis ronde, orange et pleine de jus.

On me presse souvent pour faire une boisson le matin.

Je suis pleine de vitamine C

Réponse : L'orange

RELIE CHAQUE ALIMENT À SON ORIGINE






- Poule
- Arbre
- Vache
- Terre

L'ASTUCE DU GRAND REPAS

Sépare les bananes et les pommes des autres fruits.

Elles les font mûrir plus vite !



Ne pas jeter sur la voie publique