

AUX PARENTS DES ÉLÈVES DE MATERNELLE



LES COLLATIONS



Voici une liste d'aliments nutritifs

Fruits frais :

Orange pelée

Pomme

Pêche

Poire

Banane

Clémentine (Tangerine)

Prune ou pruneau

Tranches d'ananas

Tranches de cantaloup

Tranches de melon d'eau

Tranches de melon au miel

Pamplemousse

Raisins

Veillez mettre les fruits mous dans un contenant en plastique (ex. : banane).

Légumes :

Carotte

Céleri

Navet

Laitue

Brocoli

Chou-fleur

Piment

Tomate

Concombre

Radis

Fromage ferme

Nous espérons que ces idées vous aideront pour les collations de vos enfants.

