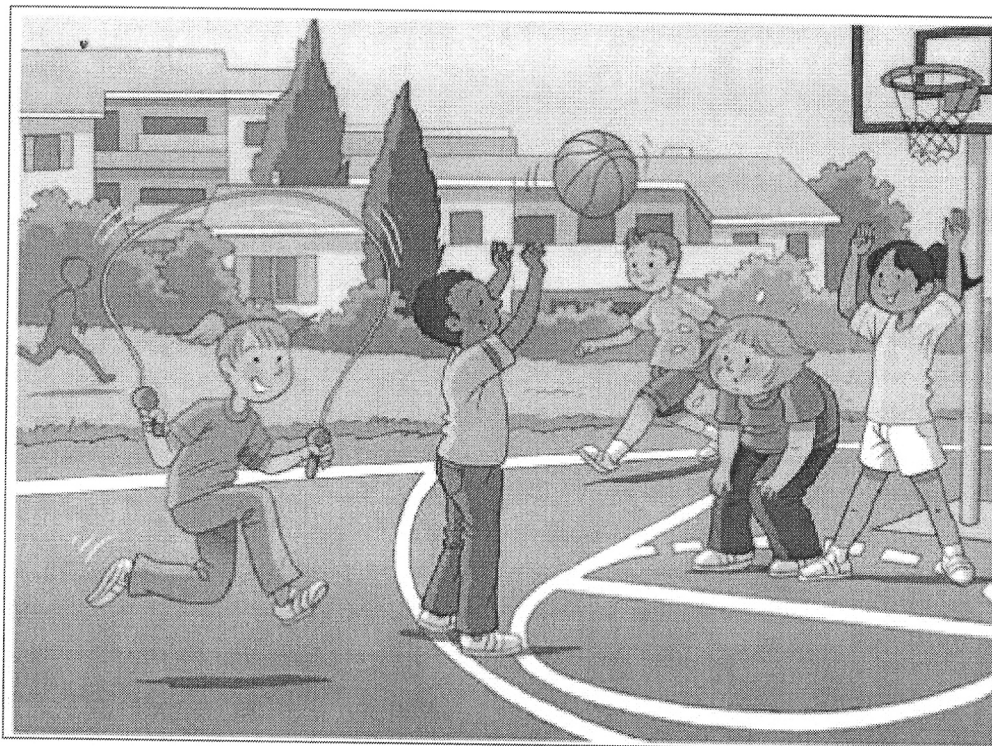


Prénom :

Date :

## Comment équilibrer ses repas ?

Voici deux copines : Inès et Sarah. Lors de la séance de sport de l'après midi, Inès reste en forme alors que Sarah est rapidement essouffée et manque d'énergie.



1. Colle les plateaux-repas d'Inès et les repas de Sarah du matin et du midi, qui expliquent pourquoi elles n'ont pas la même énergie pendant la journée :

Inès



Sarah



Matin



Midi