

Prénom : .....

Date : .....



# LES HOMMES

L'alimentation (1)

- Note dans ce tableau tout ce que tu manges et bois au cours d'une journée :

<b>Le matin</b> <b>6h-8h</b> <b>(Petit-déjeuner)</b>	..... ..... ..... .....
Entre le petit-déjeuner et le déjeuner	..... .....
<b>Le midi</b> <b>12h-13h</b> <b>(Déjeuner)</b>	..... ..... ..... .....
Entre le déjeuner et le goûter	..... .....
<b>L'après-midi</b> <b>16h</b> <b>(Goûter)</b>	..... ..... ..... .....
Entre le goûter et le dîner	..... .....
<b>Le soir</b> <b>18h-20h</b> <b>(Dîner)</b>	..... ..... ..... .....
Après le dîner	..... .....

Essaie de préciser l'heure précise et les quantités, si cela est possible.  
Exemple : 15h30 - 1 verre d'eau