

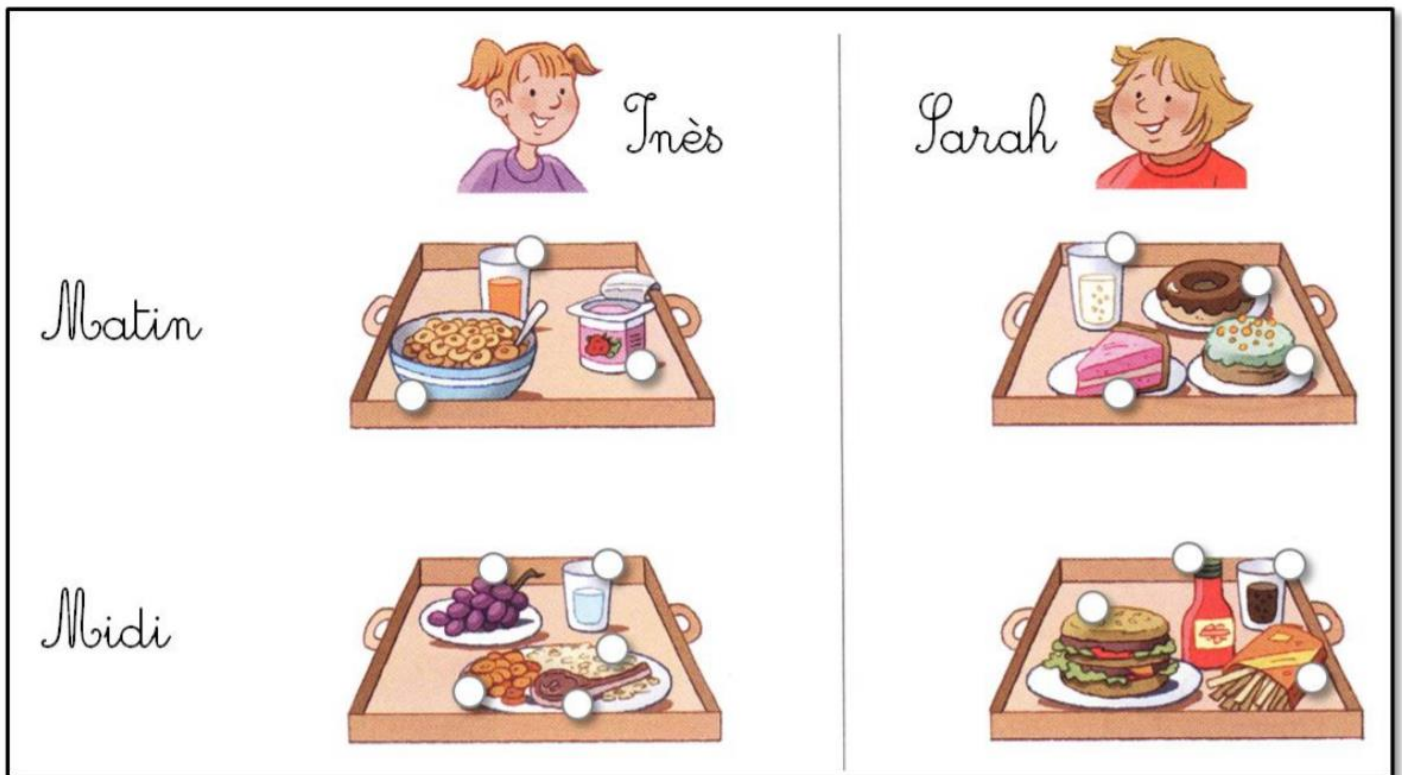
Fiche 3

Questionner le monde

Les aliments

1) Inès et Sarah nous ont partagés leurs menus du matin et du midi.

Colorie avec la couleur qui correspond chaque aliment (voir le code couleur sur le mémo 4).



2) Inès mange-t-elle des repas équilibrés ? Pourquoi ?

Inès mange effectivement des repas équilibrés. On peut voir qu'elle consomme des aliments provenant de la famille des produits laitiers, des fruits et légumes, des féculents, des viandes. Son alimentation est variée, elle est donc équilibrée.

3) Sarah mange-t-elle des repas équilibrés ? Pourquoi ?

Sarah ne mange pas de repas équilibrés. On peut voir qu'elle consomme très peu d'aliments variés. Les produits présentés sont issus de la famille des sucres et des matières grasses.

4) Quels sont les aliments qu'il faut manger en quantités limitées ?

Les aliments qu'il faut manger en quantités limitées proviennent de la familles des sucres et des matières grasses (exemple : gâteau, hamburger, frites, coca, ...). Il faut en limiter la consommation pour être en bonne santé.

5) Je te propose de réaliser un repas équilibré pour toute ta famille, que vous dégusterez dans la semaine !

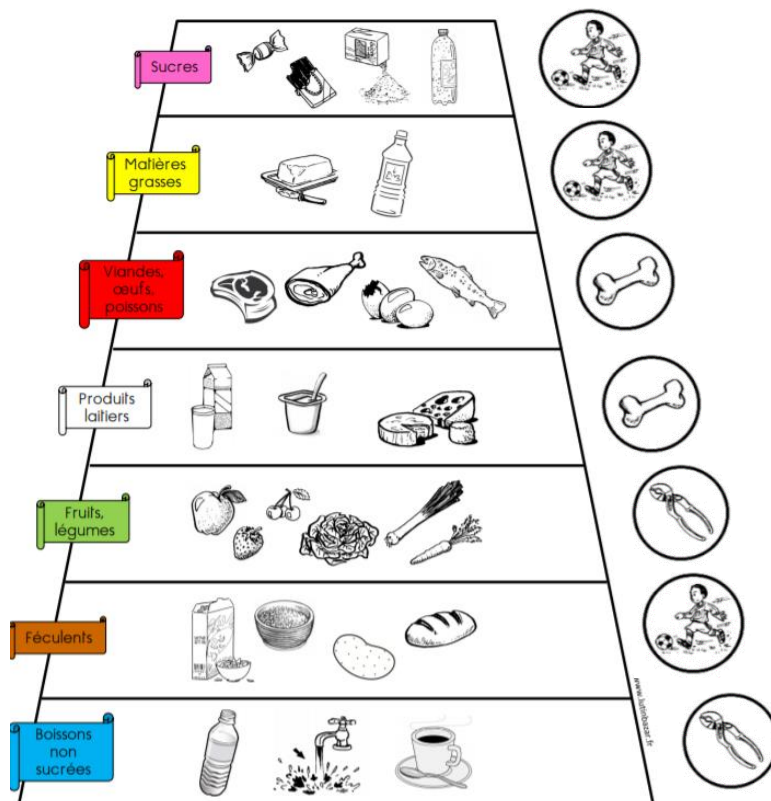
N'oublie pas de m'envoyer le menu accompagné de photos pour que l'on puisse tous voir ce que tu as préparé de bon.. ! A toi de jouer !

La pyramide des aliments

QLM n°4

Les aliments sont classés en 7 familles :

- La famille des **sucres** : bonbons, sodas, ...
- La famille des **matières grasses** : beurre, huile, ...
- La famille des **viandes, œufs et poissons**
- La famille des **produits laitiers** : fromage, yaourt, lait, ...
- La famille des **fruits et légumes** : épinard, banane, ...
- La famille des **féculents** : pâtes, riz, pains, ...
- La famille des **boissons non sucrées** : eau, thé, café, ...



Fiche 3 Orthographe

1) Complète par « in », « ain » ou « ein »

Mon copain a vingt ans. Il est entrain de faire de la peinture.

Il y a plein de lapins dans le jardin !

J'ai la main verte.

Hier, j'ai acheté une jolie ceinture marron.

2) Complète avec « n » ou « m ».

Alain est tombé dans le champ.

Nous passons toujours nos vacances à la montagne.

Maman trempe sa tartine de confiture dans son café.

En CP, j'apprends à compter.

Il fait sombre au fond de la cave.

3) Ecris correctement les mots représentés par les images. Attention, ces mots doivent contenir l'un des sons que tu as appris !

Tu peux t'aider du dictionnaire !



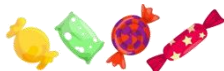
Une tempête



Un tambour



Une lampe



Des bonbons

Grammaire

Exercice 8 page 25

Thomas, le plus jeune fils de ma voisine, portait des lunettes rondes. Il avait un nez pointu et les joues rouges. De sa casquette s'échappait quelques mèches brunes.

Exercice 9 page 25

Ma trousse contient :

- des stylos (GN masculin pluriel)
- des ciseaux (GN masculin pluriel)
- une gomme (GN féminin singulier)
- un taille-crayon (GN masculin singulier)
- des feutres (GN masculin pluriel)
- des crayons (GN masculin pluriel)
- une colle (GN féminin singulier)
- un effaceur (GN masculin singulier)