

RATION							REPARTITION					
ALIMENTS	QUANTITE (g)	P (g)	L (g)	G (g)			Petit déjeuner	Collation	Déjeuner	Collation	Diner	Collation
Lait ½ écrémé												
Fromage (moy)												
Yaourts												
VPO												
Céréales												
Pain												
Légumes												
Fruits												
Huiles												
Beurre												
Sucre et produits sucrés												
<b>QUANTITES TOTALES</b>												
<b>APPORT ENERGETIQUE (kJ)</b>												
<b>% de l'AET</b>												
<b>APPORT ENERGETIQUE TOTAL (kJ) :</b>												