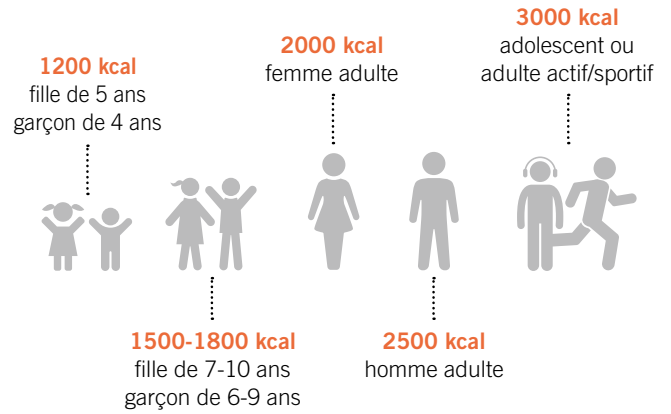
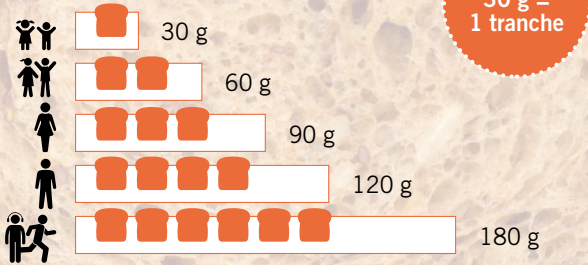


Quelles quantités de pain ou de céréales au petit-déjeuner?

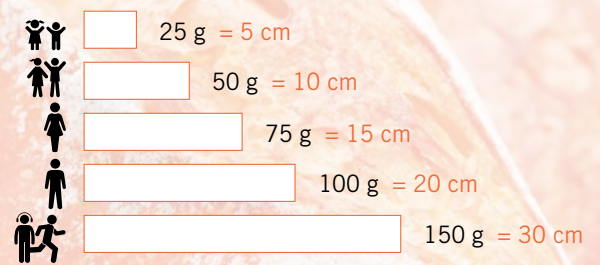
Pour des besoins énergétiques quotidiens de:



PAIN COMPLET

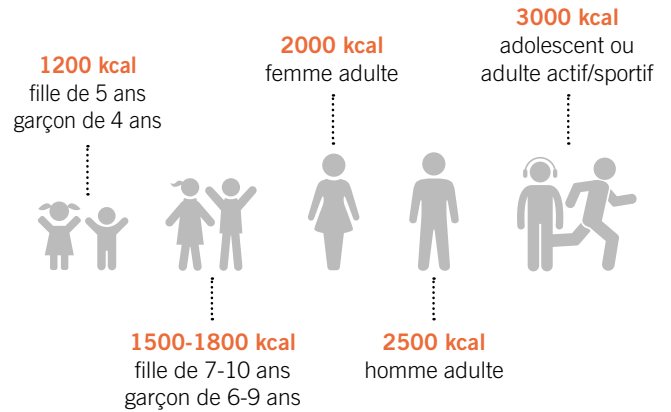


BAGUETTE MULTI-CÉRÉALES

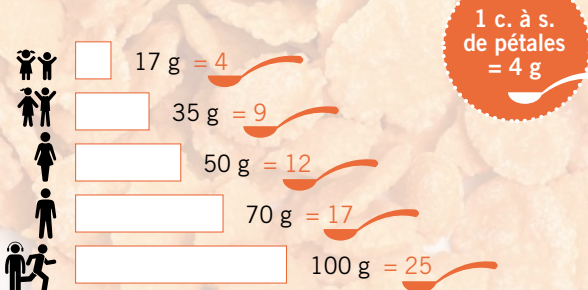


Le saviez-vous?

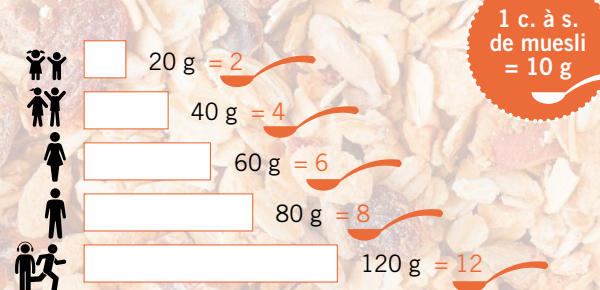
Avec l'activité physique, ce sont surtout **les besoins en glucides** qui augmentent.



CÉRÉALES PETIT-DÉJEUNER



MUESLI



Ce memo a été réalisé par des diététiciens et vous est offert par Nestlé

Réalisé à l'initiative de NESTLÉ et de ses marques:

