

Feuille d'activités « Construire une boîte de céréales »

Instructions :

1. Découpez le modèle de boîte et les étiquettes.
2. Collez chaque étiquette à sa place sur la boîte.
3. Pliez les lignes pointillées du modèle de boîte et collez-les ensemble.

Date : Septembre 2025

Extrait de l'activité « Détective des emballages alimentaires » provenant des [ressources d'enseignement et d'apprentissage en alimentation et nutrition de 4^e année](#)

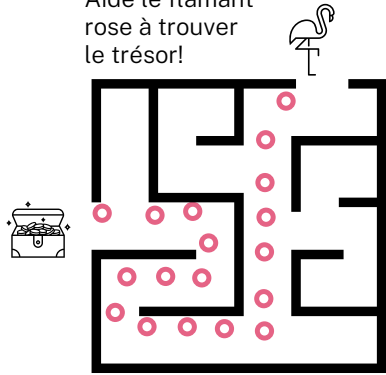
Le Réseau santé Alberta est fier de s'associer à AHS et d'avoir financé la traduction en français de ce document.



Date jusqu'à laquelle un aliment est le plus frais, lorsqu'il est conservé correctement.

Instructions de conservation.

Aide le flamant rose à trouver le trésor!



Saisissez votre nouvelle idée de saveur en ligne pour gagner des céréales gratuites pendant un an!

Indique les types de nutriments que fournit un aliment.

Présente les ingrédients utilisés pour fabriquer l'aliment.

Flamingos

Goût fraise!



Surprise à l'intérieur!

Comment un nutriment aide le corps.

Sécurité liée aux habitudes alimentaires

Conservez à l'abri de la chaleur dans un endroit sec.

Meilleur avant
26 JA 22

Les fibres de l'avoine contribuent à la santé du cœur.



Valeur nutritive	
pour 3/4 tasse (175 g)	
Calories 180	% valeur quotidienne*
Lipides 2 g	3 %
saturés 0,4 g	2 %
+trans 0 g	
Glucides 35 g	15 %
Fibres 4 g	7 %
Sucres 7 g	
Protéines 5 g	
Cholestérol 0 mg	5 %
Sodium 120 mg	10 %
Potassium 450 mg	2 %
Calcium 30 mg	45 %
Fer 8 mg	

*% ou moins, c'est peu. 15% ou plus, c'est beaucoup.

Ingrédients : Avoine en grains entiers, sucre, huile de soja, purée de fraises, sel, tocophérols (ajoutés pour préserver la fraîcheur), Vitamines et minéraux : Fer, zinc, vitamine B9 (acide folique), vitamines B12, vitamines D, Contient : Cacahuètes, soja.