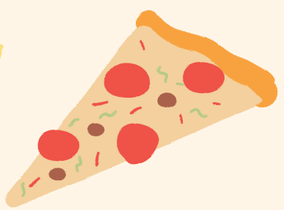
LA CAPSULE PARENT-ENFANT

Numéro 2

COMMENT OFFIR DES REPAS NUTRITIFS AUX ENFANTS QUI DEMANDENT SEULEMENT DE MANGER DU FAST-FOOD ?



Fast-Food	Substituts santé
Hot dog	Pain de blé entier et saucisses au tofu
Pâtes alimentaires	Pâtes alimentaires au blé entier ou aux légumes
Jell-O	Jus de fruits avec gélatine
Crêpes de farine blanche	Crêpes à la farine de blé entier ou aux bananes

Centre de la petite enfance de la Petite-Nation