

Les groupes d'aliments

<i>Groupe 1</i> <i>viandes, oeufs</i> <i>poissons</i>	<i>Groupe 2</i> <i>produits laitiers</i>	<i>Groupe 3</i> <i>matières grasses</i>	<i>Groupe 4</i> <i>céréales</i> <i>légumes secs</i>	<i>Groupe 5</i> <i>légumes et fruits</i> <i>CRUS</i>	<i>Groupe 6</i> <i>légumes et fruits</i> <i>CUITS</i>	<i>Groupe 7</i> <i>produits sucrés</i>	<i>Groupe 8</i> <i>boissons</i>