



## Des légumes & des fruits

### Soupe de légumes et salade de fruits multicolores

La nature nous offre une multitude de fruits et de légumes colorés. Certains sont juteux, d'autres croquants, certains acides, d'autres presque sucrés. Il y en a certainement pour tout le monde! Confectionnons une soupe de légumes et une salade de fruits multicolores avec le plus grand nombre possible de fruits et de légumes différents.

### Matériel

- ▶ Image d'une casserole ou d'un bol (modèles à la page suivante)
- ▶ Prospectus et journaux avec des images de fruits et de légumes
- ▶ Ciseaux
- ▶ Bâton de colle

### Déroulement

1. Imprimez l'image de la casserole et/ou du bol ou dessinez les vôtres avec les enfants.
2. Découpez ou déchirez ensemble des images de légumes et/ou de fruits que vous trouvez dans les journaux et les prospectus et collez-les dans les récipients.
3. Echangez vos idées: Quelle soupe/salade est en train de naître? Est-ce que ce sera bon? As-tu déjà goûté ces fruits et légumes? Est-ce que tu les aimes?





## Impressum

© **Société Suisse de Nutrition SSN**

Société Suisse de Nutrition SSN  
Eigerplatz 5 | CH-3007 Berne  
T +41 31 385 00 00 | [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch)

 **tabula** | Revue de l'alimentation  
Rédaction T +41 31 385 00 17 | [www.tabula.ch](http://www.tabula.ch)

 **Test nutritionnel**  
[www.sge-ssn.ch/test](http://www.sge-ssn.ch/test)

 **shop ssn** | Le shop en ligne de la SSN  
T +41 31 385 00 00 | [www.sge-ssn.ch/shop](http://www.sge-ssn.ch/shop)

Retrouvez-nous sur



Avec le soutien financier:



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI  
**Office fédéral de la sécurité alimentaire et  
des affaires vétérinaires OSAV**

