

# Liste d'épicerie



Choisissez une alimentation équilibrée en mangeant une variété d'aliments en vous servant du Guide alimentaire canadien pour manger sainement

## Viandes et substituts

---

---

---

---

---

---

---

---

## Produits laitiers

---

---

---

---

---

---

---

---

## Fruits et légumes

---

---

---

---

---

---

---

---

## Boissons

---

---

---

---

---

---

---

---

## Pains et céréales

---

---

---

---

---

---

---

---

## Aliments surgelés

---

---

---

---

---

---

---

---

## Autre

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Liste d'épicerie



Choisissez une alimentation équilibrée en mangeant une variété d'aliments en vous servant du Guide alimentaire canadien pour manger sainement

## Viandes et substituts

---

---

---

---

---

---

---

---

## Produits laitiers

---

---

---

---

---

---

---

---

## Fruits et légumes

---

---

---

---

---

---

---

---

## Boissons

---

---

---

---

---

---

---

---

## Pains et céréales

---

---

---

---

---

---

---

---

## Aliments surgelés

---

---

---

---

---

---

---

---

## Autre

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---