

MA ROUTINE DE PETIT DÉJEUNER

1 JE LAVE MES MAINS



2 JE RÉCUPÈRE MON DÉJEUNER



3 JE PEUX PRENDRE :
1 PRODUIT PROTÉINÉ,
1 PRODUIT GRAINS ENTIERS,
1 PRODUIT FRUITÉ



ATTENTION,
JE NE TOUCHE
À RIEN D'AUTRE !

JE NE PARTAGE PAS
MES ALIMENTS



4 JE GARDE CE QUE JE N'AI
PAS MANGÉ



5 LORSQUE J'AI TERMINÉ, JE LAVE
MES MAINS

