

Des aliments sains dans les écoles

ENFANTS EN SANTÉ | ÉCOLES EN SANTÉ | COMMUNAUTÉS EN SANTÉ

Fête en classe — Idées de collations pour la Saint-Patrick

À vos fours!

- miniscones irlandais aux flocons d'avoine
- pain au bicarbonate de soude irlandais
- pain à la courgette
- minipizza porte-bonheur



Aliments froids

- verre de pudding de farfadet à la pistache (*contient des noix)
- boisson fouettée verte à la menthe poivrée
- brochettes arc-en-ciel aux fruits accompagnée d'une marmite d'or d'oranges tranchées



Une idée amusante : confectionnez un arc-en-ciel!

Rouge	fraises, framboises, pomme rouge, pamplemousse rose melon d'eau
Orange	cantaloup, orange
Jaune	ananas, pomme jaune
Vert	pomme verte, raisins verts melon miel, kiwi
Violet	raisins violets, prune bleuets, mûres
Marmite d'or	yogourt au citron



Pour obtenir l'aide de l'Équipe de soutien à la nutrition dans les écoles, composez le numéro sans frais suivant :
1 888 547-0535.

Visitez notre site Web : www.gov.mb.ca/healthyschools/foodinschools (ressources en français).