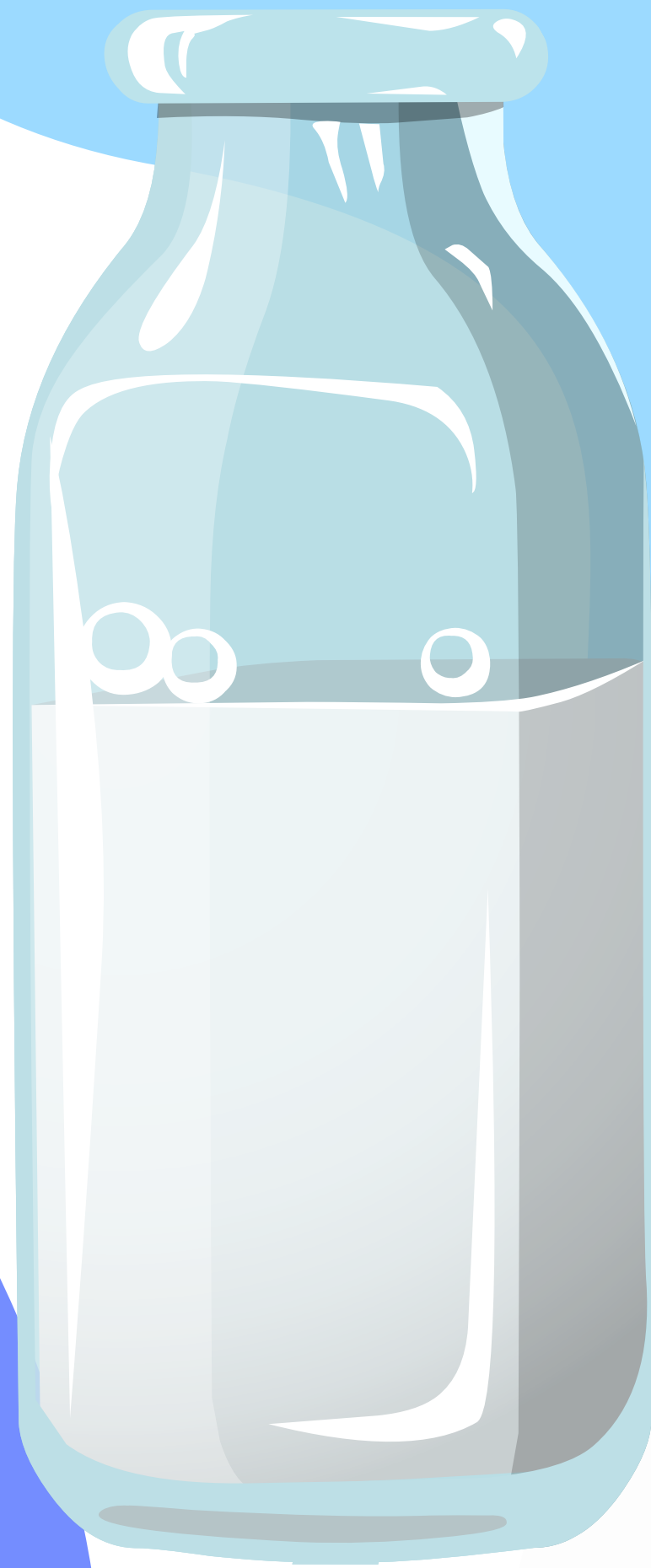
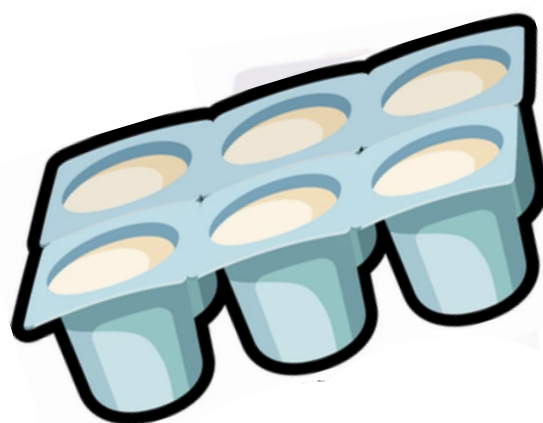


# LES PRODUITS LAITIERS



Yaourt, fromage blanc,  
verre de lait, petit suisse,  
gruyère, camembert ...

Privilégiez les produits laitiers  
naturels  
+ 1 cuillère à café de sucre ou  
de miel ...



**Source de  
Protéines, de  
Calcium et de  
Vitamine D**

## Recommandations

Pour bien grandir il est  
conseillé de consommer 3  
produits laitiers par jour



J'♥ ma cuisine d'ici

Cuisine centrale  
1 Boulevard de Stockport  
34500 BEZIERS