

J'APPRENDS À BIEN MANGER

# NOA & PAPILLE

dans

## CHIC ! UN PIQUE-NIQUE



C'est une tradition, tous les ans, au mois de juin, la ville organise un grand pique-nique avec toutes les classes de l'école primaire...



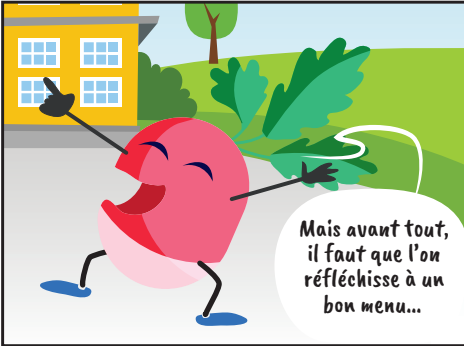
... et demain, c'est le grand pique-nique !



Chouette ! On va pouvoir jouer à chat perché !



On pourra faire aussi une grande partie de cache-cache !



Mais avant tout, il faut que l'on réfléchisse à un bon menu...



... car on peut jouer à saute-mouton, mais pas question de sauter un repas !



Vite ! Rentrons à la maison pour préparer tout cela !



D'abord, il nous faut un bon sandwich avec du pain, du fromage, du blanc de poulet, des tomates et de la salade !



Je découpe des bâtonnets de carottes et de concombres, à partager avec les copains !



Et si on mangeait des radis ?



On met les pommes dans le panier, et on a fini notre pique-nique frais et vitaminé !

Je rajoute une gourde d'eau fraîche, et c'est prêt !



Même assis dans l'herbe, on peut bien manger !

**BRAVO NOA, IL FAUT MANGER ÉQUILIBRÉ À TOUS LES REPAS POUR ÊTRE EN FORME TOUTE LA JOURNÉE !**