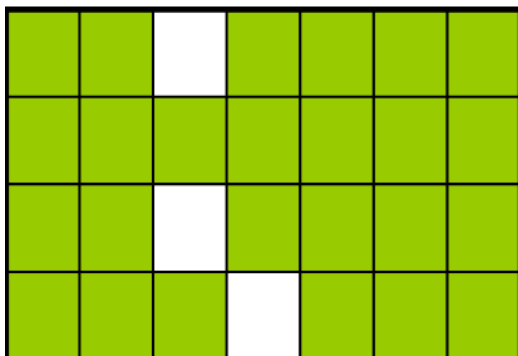
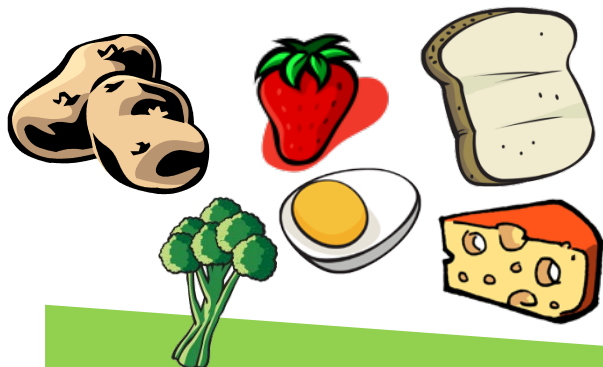


## Aliments quotidiens

D L M M J V S



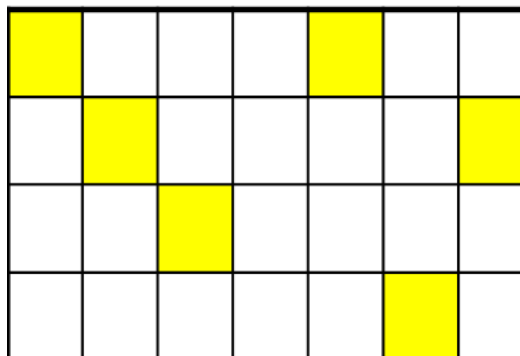
Aliments du Guide alimentaire canadien



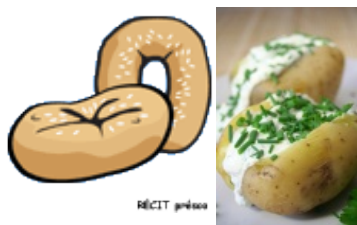
Plus souvent

## Aliments d'occasion

D L M M J V S

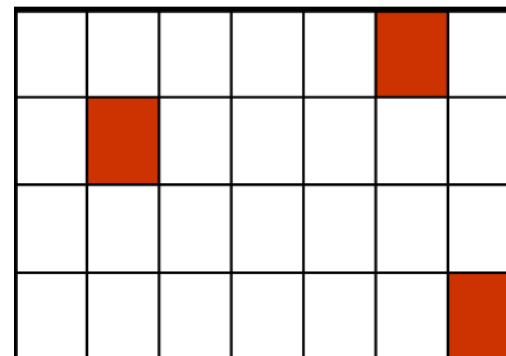


Aliments du Guide alimentaire canadien  
avec des ajouts de sucre, de matière  
grasse ou de sel



## Aliments d'exception

D L M M J V S



Aliments transformés par l'industrie  
alimentaire, contenant peu d'éléments nutritifs  
(vitamines, minéraux, etc.) et beaucoup de  
sucre, matière grasse ou sel ajouté



Moins souvent