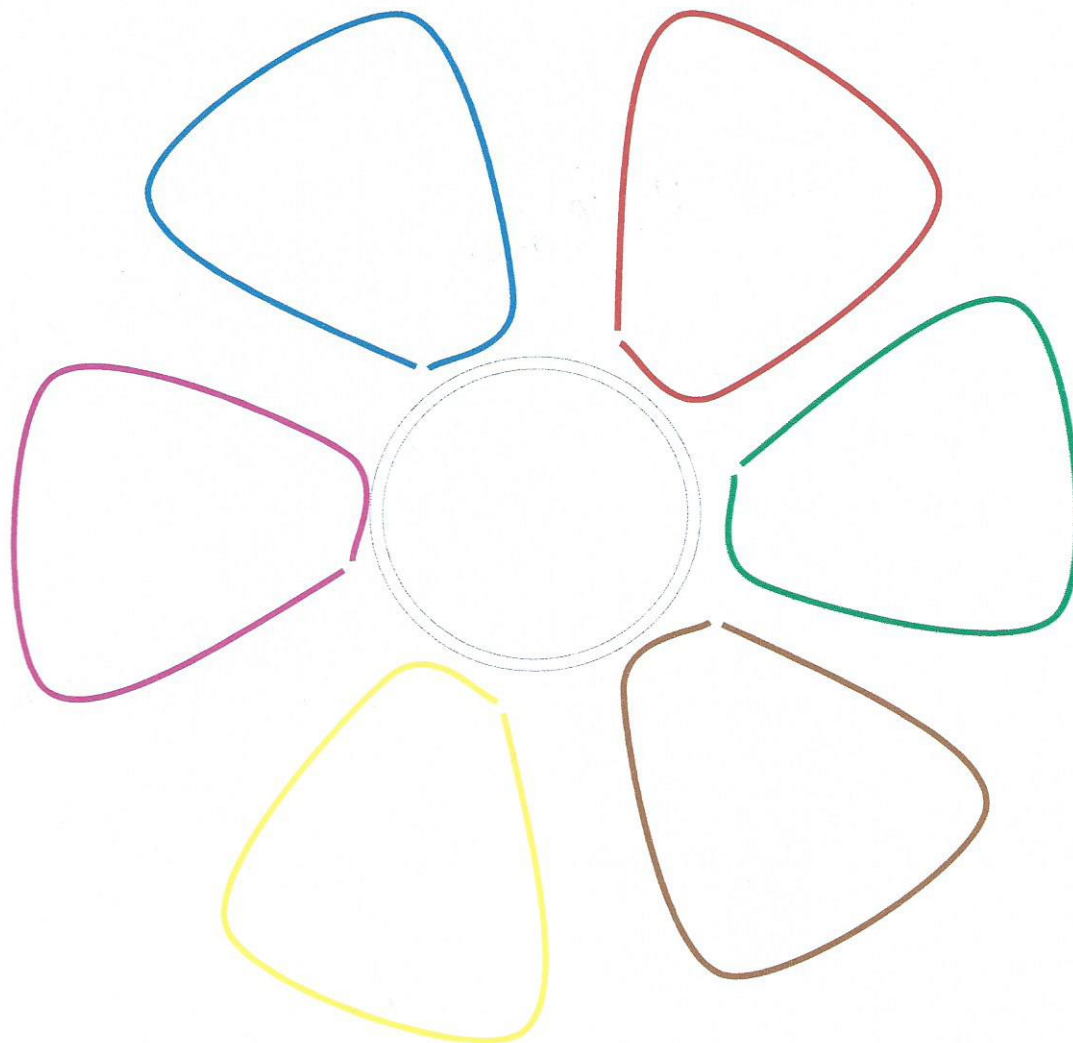


## Les groupes d'aliments

Les aliments qui constituent l'alimentation de l'Homme peuvent être classés en 7 groupes (ou familles) selon leur composition chimique.



Laits et produits laitiers	
Viandes, poissons, œufs	
Fruits et légumes	
Matières grasses	
Céréales et féculents	
Produits sucrés	
Boissons	