

# LES FÉCULENTS : DE L'ÉNERGIE EN STOCK !



Ils contiennent de l'amidon qui apporte de l'énergie pendant longtemps.



Ils améliorent ton sommeil.



Ton corps en a besoin à chaque repas.



Ils servent de carburant pour tes muscles et ton cerveau.



FÉDÉRATION  
DES SPORTIFS & SUPPORTERS  
— GOURMANDS —

DÉFI  
N°1

Remets les lettres dans l'ordre afin de retrouver des aliments appartenant à la famille des féculents :

1 : A E B T E U G T

2 : E L O U M S E

3 : E T L I S L E L N

4 : Â S E T P

Réponses : 1 - BAGUETTE / 2 - SEMOULE / 3 - LENTILLES / 4 - PÂTES