

Le bateau des aliments

FRUITS & LÉGUMES
au moins 5 fois par jour

PRODUITS GRAS, SALÉS ET/OU SUCRÉS
rarement

FÉCULENTS
à chaque repas

PRODUITS LAITIERS
3 à 4 fois par jour

VIANDES, POISSONS, ŒUFS
1 à 2 fois par jour

MATIÈRES GRASSES AJOUTÉES
à limiter

EAU
à volonté

Direction Provinciale de l'Action
Sanitaire et Sociale (DPASS)
Service de Prévention et de Promotion de la Santé (SPPS)
5, rue Gallieni, immeuble Gallieni - Nouméa
Tél. 20 44 00



 province-sud.nc
 webtv.province-sud.nc

