



Extrait du Ecole élémentaire de l'Abbaye - PASSY (74)

<http://www.ac-grenoble.fr/ecole/74/abbaye.passy/spip.php?article347>

# Pour les inconditionnels du goûter

- Le rendez-vous des parents - Le goûter à l'école -



Date de mise en ligne : dimanche 6 août 2006

## **Description :**

Si malgré tout cela...

---

**Ecole élémentaire de l'Abbaye - PASSY (74)**

---

Si malgré tous les articles précédents ...

[Textes à méditer sur le goûter à l'école](#)

[Lettres officielles et recommandations](#)

[Quelques arguments contre les collations](#)

vous souhaitez tout de même donner un goûter à votre enfant, il est possible de constituer un goûter équilibré et [écologique](#).

Quelques idées :

Par exemple des fruits faciles à transporter dans le cartable, et pour qu'ils soient plus faciles à manger, pelés et coupés en quartiers (pour les pommes par exemple) dans une boîte plastique (non jetable) comme ...

des pommes,



des poires,



Des abricots,



des cerises,



des bananes,



du pain avec du chocolat

<span class='spip\_document\_771 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left; width:131px;\*>



ou bien des fruits secs.



Et pour les boissons préférer l'eau (en bouteille ou du robinet) évitant ainsi les sodas ou autres eaux aromatisées et sucrées pouvant comporter jusqu'à 6 morceaux de sucre par canette de 33 cl.

<span class='spip\_document\_769 spip\_documents spip\_documents\_left' style='float:left; width:96px;\*>

