Smart DIET

Smart Sandwich

SAVOIR MANGER ÉQUILIBRÉ DANS LES SANDWICHERIES

Menu 01

Sandwich ou Tarte ou Quiche



Sandwich Tarte Quiche



Légumes crus ou cuits



1 Boisson





Sandwich Tarte Quiche



Fruit crus ou cuits



1 Produit laitier

Menu O2

Salade



Salade



Légumes/fruit crus ou cuits



Féculents

ou



Salade



Légumes



et

1 Produit sucré

Menu 03

Soupe



Soupe



Légumes



Féculents



1 Boisson

ou



Soupe

=



Légumes

+



Pain

et



1 Produit laitier