

## Quiz sur le petit déjeuner



**1/ Le petit déjeuner est le repas le plus important de la journée pour sa santé : VRAI / FAUX**

**2/ Manger du beurre en quantité raisonnable est bon pour la santé : VRAI / FAUX**

**3/ Le petit déjeuner suivant est déséquilibré : VRAI / FAUX**

- Fruit secs (dattes, raisins...)
- Oeuf à la coque
- Tartine de pain au fromage
- Banane
- Eau

**4/ La vitamine « C » sert à grandir : VRAI / FAUX**

**5/ Les vitamines peuvent être stockées en réserve dans le corps : VRAI / FAUX**

**6/ Toutes les calories d'un petit déjeuner seront dépensées en fin de journée : VRAI / FAUX**

**7/ Quand on est grand, on n'a pas besoin de prendre un petit déjeuner : VRAI / FAUX**

**8/ Si je ne consomme pas de petit déjeuner, je risque de grignoter plus : VRAI / FAUX**

**9/ Boire seulement un verre de jus d'orange le matin peut irriter l'estomac : VRAI / FAUX**

*Tu pourras vérifier tes réponses au quiz grâce à la correction dans le classeur de SVT disponible au CDI. Bonne chance ;)*

**Mr LHOMME**