

Nutriscore



Les conseils du Professeur G. MOKUP

Pendant le confinement, on fait moins d'activités.

Bien s'alimenter, c'est important en ce moment.

Il existe un logo pour nous aider à choisir des bons aliments.

Ce logo s'appelle le Nutriscore, il est sur beaucoup de produits.

Il classe les aliments en 5 catégories, A → B → C → D → E



Les aliments de catégories A et B sont les mieux pour bien manger.



On peut manger les aliments de catégories D et E mais en petite quantité et pas souvent.

Le Nutriscore permet de comparer les produits **d'un même rayon** :

vous pouvez choisir, parmi vos produits préférés, ceux qui ont la meilleure qualité nutritionnelle.