L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Laitue romaine

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Carotte

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Choux chinois
(bok choy, pé-tsaï)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Maïs

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Tomate

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Chou-fleur

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Aubergine

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Brocoli

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fenouil

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Courges
(courge musquée, courge Buttercup, citrouille)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Oignon jaune

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pomme de terre

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Mangue

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Litchis

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Melons
(melon d'eau, cantaloup)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Banane

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Petits fruits
(fraises, bleuets et framboises)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pêche

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Agrumes
(pamplemousse rose, lime, orange, citron)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pomme

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Raisins verts ou rouges

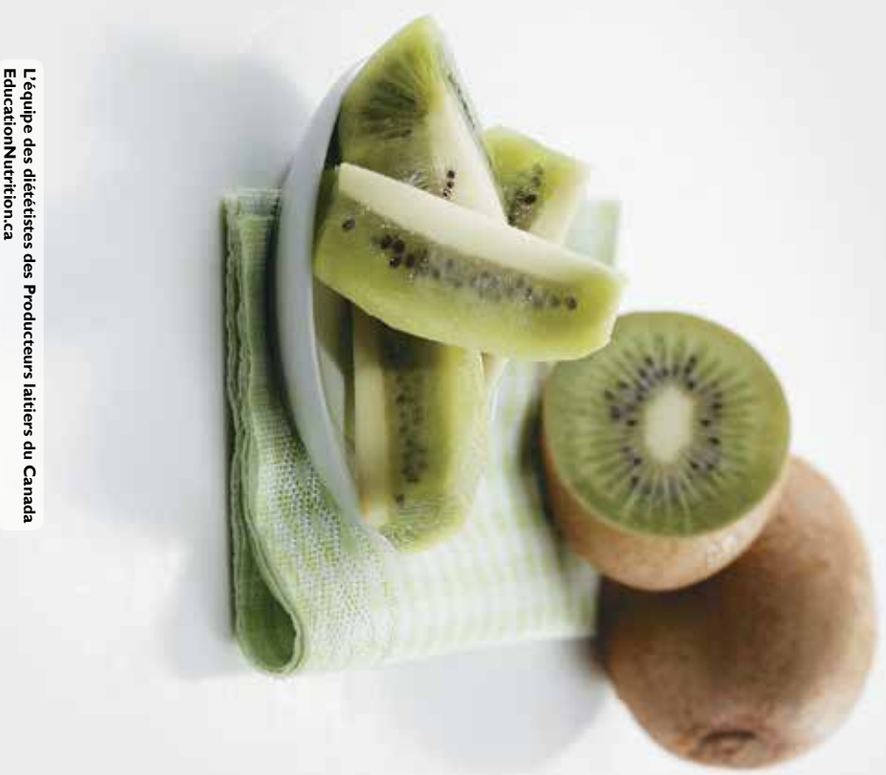
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pain banique

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Kiwi



L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Bagel de grains entiers

Pain naan

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pain de grains entiers

Tortilla de blé entier

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pita de blé entier

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Différents types de céréales
(seigle, orge, maïs, blé, quinoa, riz, avoine)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pâtes alimentaires de grains entiers

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Craquelins de grains entiers

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Céréales à déjeuner de grains entiers

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Lait

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Lait au chocolat

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Lait frappé aux fruits

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Yogourt à boire

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Yogourt

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fromage ricotta

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pouding à la vanille
(préparé avec du lait)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fromage frais à saveur de fruits

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fromage mozzarella

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fromage en grains

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Boeuf

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fromage cheddar

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Agneau

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Crevettes

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Poulet

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Saumon

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Arachides

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Noix
(noix de Grenoble, amandes, pistaches)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Légumineuses
(haricots rouges, pois chiches, lentilles, haricots de Lima)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

OEufs

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Spaghetti avec sauce à la viande

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Tofu

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Sandwich
(pita de blé entier, poulet, laitue, tomate et fromage)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Chili végétarien aux haricots rouges

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Poisson, petits pois et riz brun

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Hamburger maison avec fromage

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Macaroni au fromage gratiné fait maison

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Enchilada au poulet et fromage

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Sandwich au fromage fondant sur pain de grains entiers

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pizza aux légumes

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Potage aux légumes

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Quiche aux légumes

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Mayonnaise, vinaigrette, beurre, huile

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Salade grecque
(fromage Feta, tomates, concombres et olives noires)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Aromates
(gingembre, coriandre, poivre et cannelle)

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Miel, sirop d'érable, confiture

Étape 1 : l'alimentation de la vache

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Étape 2 : la traite

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Étape 3 : la cueillette

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Étape 4 : la transformation

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Étape 5 : la livraison

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Poules pondeuses

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Poisson

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Légumineuse

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pomme de terre
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Chou-fleur
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Asperge
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Carotte
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Laitue
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Tomate
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Oignon
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Fraise
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Raisin
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Pomme
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Blé et ses sous-produits

L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca

Riz
L'équipe des diététistes des Producteurs laitiers du Canada
EducationNutrition.ca