



2/5 DE LÉGUMES
2/5 DE FÉCULENTS
1/5 DE PROTÉINES

La formule la plus simple
pour une alimentation saine.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und
Veterinärwesen BLV
Office fédéral de la sécurité alimentaire et
des affaires vétérinaires OSAV
Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV



Voici comment composer
une assiette équilibrée.