

Choisissez des aliments à grains entiers

Ils sont remplis de fibres qui peuvent
contribuer à une bonne santé.



© Sa Majesté le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2024 | Pub : 240705

En savoir plus : **Canada.ca/GuideAlimentaire**



Santé
Canada

Health
Canada

Canada