



526437 - ENT.S. DRUMETTAZ MOUXY

Alimentation et Nutrition

ACTION

Nom de l'action

Alimentation et Nutrition

Date de l'action

20/11/2025

Public cible

U10-U13

Nombre de participants

30

Thème de l'action

Santé

Fiches liées

Bien manger, c'est mieux jouer

Foot et santé combinés

Garder la ligne d'eau

S'alimenter pour jouer

S'hydrater pour jouer

Descriptif de l'action

Lors des semaines de stage foot cette saison, nous mettons un point d'honneur sur l'alimentation. Les enfants auront des plats préparés par nos dirigeants chaque jour et nous leur servons un goûter équilibré. Nous prenons le temps de leur expliquer les taux de sucre par aliments et le nutriscore indiquer sur chaque boîtes et aliments.

Commentaire

Les parents nous ont dit que ça avait eu un impact, le soir les enfants expliquaient aux parents et demandait de l'eau à la place du soda ou grenadine. Ils changeaient leurs habitudes. Nous allons continuer lors des prochains stage foot. Nous prenons également en cours de route avec sport santé.

Photo(s)





comptote (30g) | Prince (20g)

62 Kcal

12 g sucre

A

93 Kcal

6,3 g

D

Coca: 1 verre

105 Kcal

27 g sucre

E

