

ATELIER 3

Cartes Sources de fer alimentaire



Foie



Rognons



Boudin noir



Moules



Agneau



Canard



Poulet



Porc



Poisson



Lentilles



Algues



Chocolat noir

Cartes Sources de fer alimentaire



Tofu



Épinards



Champignons



Haricots secs



Viande rouge



Lapin



Flocon d'avoine