

JE SAIS PARLER DE ... LA NOURRITURE

Dessin: Ulla Hieber, Fb/Spaolka

JE MANGE...

DES BOUBONS
DES GÂTEAUX
DU RIZ
DES GLACES
DES BANANES
DU CHOCOLAT
DES CAROTTES
DES CREVETTES
DU FROMAGE
DES Frites
DES PÂTES
DU POISSON
DES TOMATES

RAREMENT
DE VIANDE

DE TEMPS EN TEMPS
DE LA SALADE
DU RAISIN / DES POIRES
DU POIREAU
DES POMMES
DES TOMATES

SOUVENT
DES OEUFS
DES CONCOMBRES
DE LA PIZZA
DU POIVRON
DE LA SALADE
DU RAISIN / DES POIRES
DU POIREAU
DES POMMES
DES TOMATES

DE LA SALADE
DE LA PASTÈQUE
DES YAOURTS
DU FROMAGE
DU SAUCISSON
DES TOMATES
UN CHOU-FLEUR
DES OIGNONS
DES POMMES DE TERRE
DES OEUFS
DU JUS D'ORANGE
DU LAIT

DANS MON FRIGO, IL Y A:

AU PETIT-DÉJEUNER, JE PRENDS TOUJOURS:

DU JUS D'ORANGE
DE LA CONFITURE
DU MIEL
DU BEURRE
UN CROISSANT
DE LA BAGUETTE
UN CAFÉ

MON PLAT PRÉFÉRÉ

DU POISSON ET DES FRIES
MA SOEUR AIME LES PÂTES (SANS SAUCE).
MON FRÈRE ADORE LA PIZZA.

AVEC MA GRAND-MÈRE, ON PRÉPARE DES CONFITURES DE FRUITS.

UNE FRAISE
UNE FRAMBOISE
UN ABRICOT
UNE PRUNE
UNE PÊCHE
UN CROISSANT
DE LA BAGUETTE
UN CAFÉ
UN CROISSANT
DE LA BAGUETTE
UN CAFÉ
UNE CASSEROLE
UNE CUILLÈRE
LES POTS DE CONFITURES

VAS-Y! MÉLANGE!

J'ADORE LES CRÊPES.

DEUX OEUFS
DU LAIT
DE LA FARINE
DU BEURRE
DU SEL

UN MIXEUR
IL FAUT TOUT MÉLANGER
ET HOP!
UNE RÔTIE

QU'EST-CE QUE TU METS DANS TES CRÊPES?

NUTELLA
CORNICHONS
BEURRE DE CHOCOLATES



Observez le sketchnote et notez :

• 4 fruits	
• 4 légumes	
• 3 boissons	
• 3 ustensiles	
• 3 produits que vous aimez	
• 3 produits que vous n'aimez pas	
• 1 produit que vous ne mangez jamais	

ACTIVITÉ 1 : TABLEAU DE CONSEILS

BILAN NUTRITIONNEL			
Nom du patient		Nom du médecin	
C'est bien !	parce que...	Ce n'est pas bien !	parce que...
<i>Tu manges beaucoup...</i> <i>Tu bois peu...</i>			
Mes conseils			
<p>Avec ton alimentation, tu risques de...</p> <p>Tu dois manger plus...</p> <p>Il faut manger moins...</p> <p>Tu dois boire...</p> <p>Il est important de...</p> <p>Attention à...</p> <p>Et continue à...</p>			



ACTIVITÉ 1 : MON NUTRITIONNISTE

Questionnaire de

Je mange / je bois...	Jamais	Une fois par mois	Une fois par semaine	Plusieurs fois par semaine	Tous les jours
de la charcuterie					
de la viande rouge					
de la viande blanche					
de l'eau					
de la bière					
du chocolat					
du beurre					
du fromage					
des yaourts					
du sucre					
du café					
du thé					
des frites					
des hamburgers					
des légumes					
des pommes de terre					
des barres chocolatées					
des gâteaux					
du poisson					
des fruits secs					
des fruits frais					
du vin rouge					
des fruits de mer					
des sandwichs					
des kebabs					
des noix					
des œufs					
des jus de fruits					
des sodas					
de la soupe					
des pâtes					
du riz					
du lait					
de la vodka					
des boissons énergétiques					
des pizzas					
des céréales					
du pain					

Recette

Ce plat se compose de :

1.
2.
3.
4.
5.

Ce plat est dégusté :

- Au petit-déjeuner
- Au déjeuner
- Au dîner
- une occasion spéciale :

Il y a 4 étapes principales dans sa préparation :

1.
2.
3.
4.

Je voudrais servir ce plat à

parce qu'il/elle/ils/elles

Où faire ses courses ?

1 À VOUS ! Répondez aux questions.

- A. Où est-ce que votre famille fait ses courses ?
1. Dans les hypermarchés / supermarchés.
 2. Dans les supermarchés hard-discount.
 3. Dans les magasins du quartier.
 4. Au marché.
 5. Autre. Où ?
- B. Quelles spécialités françaises est-ce que vous connaissez ?
1. Le cassoulet
 2. La bouillabaisse
 3. La tarte Tatin
 4. Autre. Laquelle ?



Je voudrais... Écoutez. Quels aliments entendez-vous ?

- | | | | |
|--------------|-------------|-----------------|---------------------|
| 1. baguette | 4. chocolat | 7. pain complet | 10. steak haché |
| 2. croissant | 5. kiwis | 8. pommes | 11. tarte au citron |
| 3. escalopes | 6. oranges | 9. poulet rôti | 12. tomates |

A. Au marché

- La cliente** – Bonjour monsieur. Je voudrais des oranges, s'il vous plaît.
- Le vendeur** – Vous en voulez combien ?
- La cliente** – Deux kilos. Et des kiwis, vous en avez ?
- Le vendeur** – Désolé, je n'ai pas de kiwis aujourd'hui. Vous désirez autre chose ?
- La cliente** – Non, ce sera tout. Je vous dois combien pour les deux kilos d'oranges ?
- Le vendeur** – 5 euros 80.
- La cliente** – Voilà, tenez, monsieur.
- Le vendeur** – Merci. Au revoir madame.

B. Chez la boulangère

- La boulangère** – C'est à qui le tour ?
- Le client** – À moi ! Une baguette bien cuite et un pain complet, s'il vous plaît.
- La boulangère** – Et avec ceci ?
- Le client** – J'aimerais aussi trois tartes au citron. Ça fait combien ?
- La boulangère** – 8 euros 50. Et voilà votre monnaie. Bonne journée !

C. À la boucherie

- Le boucher** – Madame, vous désirez ?
- La cliente** – Du poulet...
- Le boucher** – J'ai des poulets rôtis.
- La cliente** – Combien ça coûte ?
- Le boucher** – Seulement 9 euros. Profitez-en, ils sont excellents !
- La cliente** – Très bien, j'en prends un, alors.
- Le boucher** – Voilà. Vous payez en espèces ?
- La cliente** – Non, par carte bancaire.

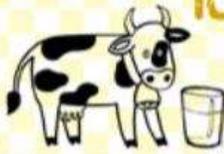
Qui mange quoi ? Écoutez Alice (A) et Chloé (C) qui parlent de leurs habitudes alimentaires, puis associez les aliments des images à la bonne personne.



– Bonjour, moi, c'est Alice et je mange beaucoup de légumes. Je n'aime pas la viande mais j'adore le poisson. J'en mange trois fois par semaine. Je fais du sport tous les jours et quand j'ai des matchs, je mange des pâtes. Le week-end, j'aime bien manger un œuf et un morceau de fromage.

– Moi, je m'appelle Cloé et je mange des frites tous les jours. Je ne mange jamais de légumes ou de fruits et je déteste le riz. Au petit-déjeuner, je prends des tartines de pain avec du beurre et de la confiture. Parfois, je mange des croissants. Je bois du lait.

la QUANTITÉ



un verre de --> un verre de lait

une tasse de --> une tasse de thé

une bouteille de --> une bouteille d'eau

un pot de --> un pot de confiture

un paquet de --> un paquet de riz

une boîte de --> une boîte de thon

un tube de --> un tube de dentifrice

un flacon de --> un flacon de parfum

un sac de --> un sac de pommes de terre

un sachet de --> un sachet de levure

une tranche de --> une tranche de jambon

une rondelle de --> une rondelle de saucisson

un morceau de --> un morceau de fromage

une part de --> une part de tarte

une tablette de --> une tablette de chocolat

une plaquette de --> une plaquette de beurre

une botte de --> une botte d'asperges

une douzaine de --> une douzaine d'œufs

une livre de (500g) --> une livre de cerises

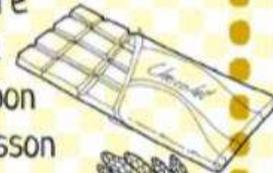
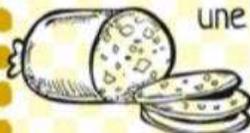
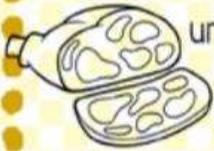
un litre de --> un litre d'huile

un kilo de --> un kilo d'oranges

cent grammes de --> cent grammes de farine

une poignée de --> une poignée de noix

une pincée de --> une pincée de sel



infographie: www.adarve.photocollage.com



CD 058 Les quantités



• une barquette de fraises



• une canette de jus de fruits



• une tablette de chocolat



• un paquet de chips



• un pot de confiture



• une brique de lait

- 500 grammes
- un demi-kilo
- une livre
- 1 kilo
- 1 litre
- une boîte
- une bouteille

- une douzaine
- une goutte
- une pincée
- un morceau
- un sachet
- un tube

1 Associez les éléments des deux colonnes.

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. un kilo de | a. coca |
| 2. un pot de | b. foie gras |
| 3. un tube de | c. fruits rouges |
| 4. une barquette de | d. mayonnaise |
| 5. une canette de | e. moutarde |
| 6. une tranche de | f. pommes de terre |

Écoutez Sophie et cochez les aliments qu'elle achète au supermarché.

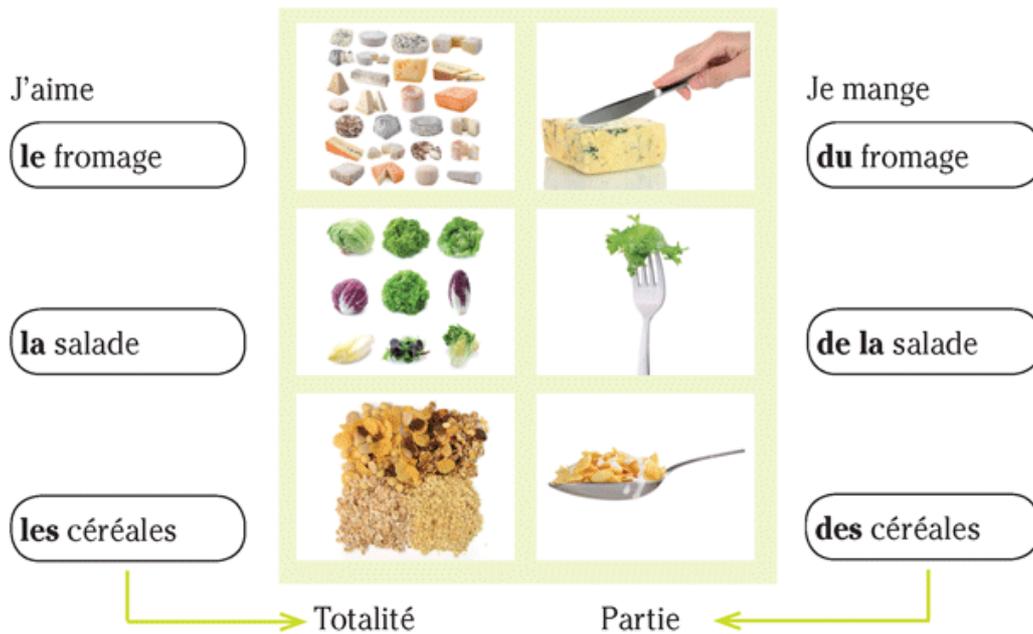
- | | |
|--|---|
| 1. <input type="checkbox"/> six litres de lait | 7. <input type="checkbox"/> du fromage |
| 2. <input type="checkbox"/> deux canettes de coca | 8. <input type="checkbox"/> deux pots de confiture |
| 3. <input type="checkbox"/> trois boîtes de tomates | 9. <input type="checkbox"/> deux oignons |
| 4. <input type="checkbox"/> cinq tablettes de chocolat | 10. <input type="checkbox"/> six bouteilles d'eau |
| 5. <input type="checkbox"/> une douzaine d'œufs | 11. <input type="checkbox"/> une barquette de fraises |
| 6. <input type="checkbox"/> un kilo de farine | 12. <input type="checkbox"/> un pot de miel |

TRANSCRIPTION :

Mon caddie est plein ! J'ai acheté six litres de lait, cinq tablettes de chocolat, un kilo de farine, une douzaine d'œufs, du fromage, deux pots de confiture, deux oignons. Il n'y avait pas de beaux fruits, heureusement demain c'est le jour du marché !

JE MANGE DE LA SALADE ET DU FROMAGE.

« DU », « DE LA », « DES » : les partitifs



Masculin
Féminin
Pluriel

LE
LA
LES

DU
DE LA
DES

- Partitif = « **de** » + article défini

*Je mange **du** pain. Je bois **de l'**eau.*

*J'achète **des** fruits.*



- « Aimer », « adorer », « détester »
+ « le », « la », « les »

*J'aime **le** fromage.
J'adore **le** thé.*

- « Manger », « boire », « acheter »
+ « du », « de la », « des »

*Je mange **du** fromage.
Je bois **du** thé.*

- Question

*Qu'est-ce que vous mangez ?
Qu'est-ce que vous buvez ?*

- Réponse

*Je mange **du** fromage.
Je bois **du** thé.*

E X E R C I C E S

1 Faites des dialogues, selon le modèle.

1. fromage

2. salade

3. pain

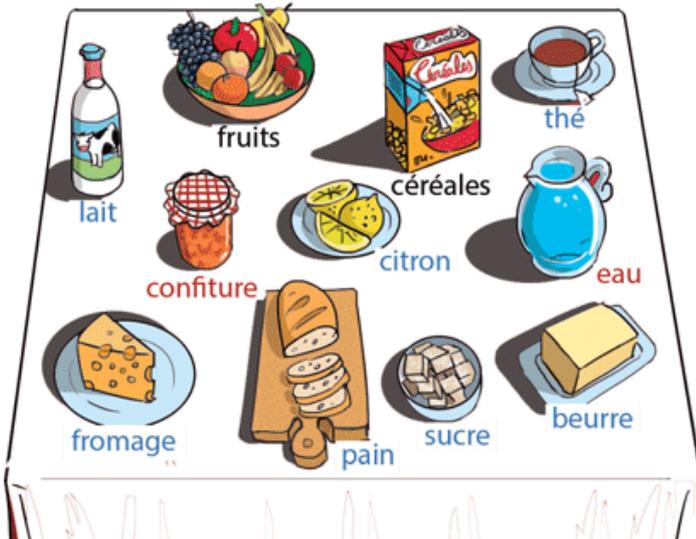
4. fruits



- Vous aimez le fromage ?

- Oui, j'aime le fromage et je mange du fromage à tous les repas.

2 Complétez le texte, selon le modèle. Répondez aux questions.



Le petit déjeuner de Max

- Qu'est-ce que vous buvez le matin, Max ?
- Je bois *du* thé.
- Avec _____ lait ou _____ citron ?
- Avec _____ lait.
- Qu'est-ce que vous mangez ?
- Je mange _____ pain avec _____ beurre et _____ confiture ou _____ céréales.
- Vous mangez _____ fruits ?
- Oui, je mange _____ fruits à tous les repas. J'adore _____ fruits.

1. Le matin, vous buvez du thé ou du café, Max ? - _____
2. Vous mangez du pain ou des céréales ? - _____
3. Est-ce que vous mangez des fruits ? - _____

3 Et vous, qu'est-ce que vous mangez le matin, à midi et le soir ?

Le matin, _____

À midi, _____

Le soir, _____

J'ACHÈTE UN LITRE DE LAIT ET DEUX KILOS DE POMMES.

« UN LITRE DE », « UN PEU DE », « PAS DE »

Achète :

du lait

de la crème

des pommes



Combien ?

un litre
de lait

500 grammes
de crème

2 kilos
de pommes

- Quantité non précisée

DU	lait
DE LA	crème
DES	pommes

- Quantité précisée

1 litre	DE	lait
500 grammes		crème
2 kilos		pommes

- Question : « Quoi ? »

Quoi ?	<i>Du</i> lait
	<i>De</i> l'eau
	<i>Des</i> olives
	<i>De la</i> salade
	<i>Des</i> fruits

- Question : « Combien ? »

Combien ?	<i>1 litre de</i> lait
	<i>1 bouteille d'</i> eau
	<i>2 paquets d'</i> olives
	<i>un peu de</i> salade
	<i>beaucoup de</i> fruits



- « pas de » = quantité zéro

- Vous achetez **du** fromage ?
- Vous mangez **des** légumes ?

- Non, je n'achète **pas de** fromage.
- Non, je ne mange **pas de** légumes.



- de + a, e, i, o, u, h → d'

un litre **d'**eau un peu **d'**huile

E X E R C I C E S

1 Continuez, selon le modèle.



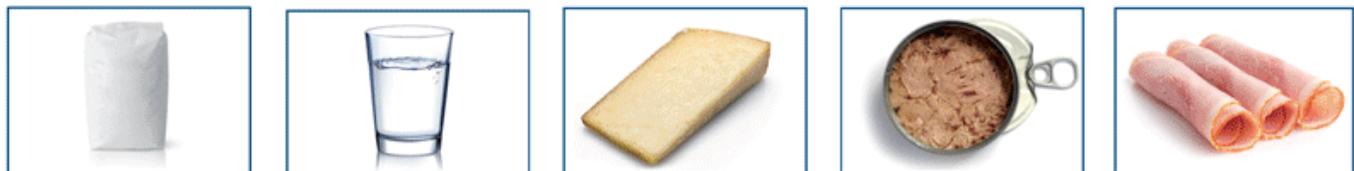
- Achète du lait.

lait	(1 litre)
vin	(1 bouteille)
eau	(6 bouteilles)
confiture	(1 pot)
beurre	(250 grammes)
fromage	(1 morceau)
huile	(1 litre)
pâtes	(2 paquets)

Un litre de lait.

2 Continuez, selon le modèle.

1. sucre/paquet 2. eau/verre 3. fromage/morceau 4. thon/boîte 5. jambon/3 tranches



1. Je voudrais un paquet de sucre. 2. _____ 3. _____
4. _____ 5. _____

3 Complétez librement.

- | | | |
|--------------------------|---------------------|----------------------|
| 1. un verre <i>d'eau</i> | 2. un paquet _____ | 3. une tasse _____ |
| 4. une bouteille _____ | 5. un morceau _____ | 6. une tranche _____ |
| 7. un kilo _____ | 8. beaucoup _____ | 9. un peu _____ |

4 Qu'est-ce qu'il y a dans la maison ?

beurre	lait	vin	fromage	eau	pain	pâtes	légumes
+	-	+	-	-	-	+	-

Il y a du beurre.

Il n'y a pas de lait.

_____ :

_____ :



QU'EST-CE QU'IL FAUT MANGER...

Il faut manger... .. du / de la / des ...
 boire... .. plus de / moins de / beaucoup de / assez de / un peu de ...
 Il ne faut pas manger / boire de ...

- ... pour faire plaisir à sa maman ?
- ... pour (ne pas) être cruel ?
- ... quand on a seulement 5 minutes ?
- ... pour poster son repas sur Facebook ?
- ... pour vivre 150 ans ?
- ... pour sauver la planète ?
- ... quand on aime prendre des risques ?
- ... pour grossir / maigrir ?
- ... pour mourir jeune ?
- ... pour être à la mode ?
- ... quand on est enceinte ?
- ... quand on est bébé ?

Parler des repas

1 Je suis végétarienne

- Tu prends encore du poulet à la cantine !
 - Oui. **J'adore** le poulet. Surtout avec des olives.
 - Moi **je prends** une salade de tomates.
- Je n'aime pas** la viande. Je suis végétarienne.



2 J'adore le saumon

- Tu prends du riz ?
- Oui. Du riz et du poulet aussi. **J'aime** le poulet.
- Moi, **je prends** du poisson. **J'adore** le saumon.



On le dit comme ça

J'aime / j'adore { le poulet, le saumon.
les frites, les olives...

Je n'aime pas la viande.

Tu prends du poulet et du riz ?

Je prends une salade de tomate et **du** poisson.

Je prends / mange des olives, des frites, des pâtes...

Les consonnes finales

Écoutez et observez.

Tu prends encore du poulet !

Surtout avec des olives.

Tu prends du riz ?

Ça se passe comme ça

Il y a plusieurs plats dans **un repas traditionnel**.



l'entrée



le plat principal



le fromage



le dessert

ACTIVITÉS

1 Vrai ou faux ? Écoutez les dialogues de la leçon et cochez.

Dialogue 1	VRAI	FAUX	Dialogue 2	VRAI	FAUX
1. Alice et Laurent aiment le poulet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. La 1 ^{re} personne prend du saumon.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Alice aime les olives.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. La 2 ^e personne prend du riz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2 Écoutez et entourez les consonnes muettes.

Au restauran(t), je prends du riz et du poulet avec des olives. Mes enfants mangent des frites. Ils aiment les frites et le saumon. Mon mari prend des oranges comme dessert.

3 Écoutez et séparez les mots.

- Avec / mon / a minous mangeons des pâtes avec de la viande et des légumes verts.
- Je prends des tomates à midi et mes enfants prennent de la salade avec du coca.
- J'aime les frites mais je n'aime pas les olives.

4 Et vous ? Complétez les phrases avec les expressions.

Exemple : Au petit-déjeuner, moi je mange des œufs et du bacon. Je bois du jus d'orange.



des œufs et du bacon



des céréales et du lait



du pain et de la confiture

Au petit-déjeuner, je mange _____



de l'eau



du jus d'orange



du lait

et je bois _____

5 À vous ! Complétez.

Je n'aime pas _____

J'aime _____

J'adore _____

5 pays, 5 cuisines

Qu'est-ce qu'on mange là-bas ?



- Qu'est-ce qui est bon et mauvais pour la santé ?
- Les habitants de ton pays, qu'est-ce qu'ils mangent ?
- Et les habitants de la planète Xanox ?