

**Regardez le reportage avec le son et choisissez le bon résumé. Soulignez les éléments faux.**

Tous les jours, le petit déjeuner est à l'honneur dans cette famille, surtout le weekend. La mère fait attention à ce que toute la famille mange sain, ce qui est la garantie de leur bonne santé. Fruits, céréales, produits laitiers sont présents sur leur table bien garnie. Le petit déjeuner est le repas le plus important de tous les Français depuis la nuit des temps. Grâce à cela, le premier repas de la journée ne contient que des aliments sains.

Les petits déjeuners du weekend sont de véritables fêtes pour cette famille, car la maman apporte des douceurs qu'ils ne mangent pas tous les jours. Leur petit déjeuner est bien équilibré, le gras des viennoiseries est compensé par des fruits de saison. Le concept du petit déjeuner a beaucoup changé à travers les différentes époques. Aujourd'hui, un petit déjeuner équilibré veut dire céréales, produits laitiers et vitamines.

Le petit déjeuner de cette famille nombreuse semble un peu particulier dans le pays des viennoiseries. Grâce aux expériences des dernières décennies, de plus en plus de nouveaux aliments se font une place sur la table des Français, tels que les œufs et les charcuteries. Manger équilibré, c'est d'intégrer tout ce qui peut apporter de l'énergie. Les nutritionnistes travaillent pour redécouvrir tous les jours ce qui est bon pour la santé.