



SOMMAIRE

1 COURS	9
CHAPITRE 1 L'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE	11
EXERCICE 1	18
CHAPITRE 2 L'ALIMENTATION VÉGÉTARIENNE	19
EXERCICE 2	23
EXERCICE 3	26
QCM	28
CHAPITRE 3 ALIMENTATION ET PETIT BUDGET	29
EXERCICE 4	35
CHAPITRE 4 L'ALIMENTATION EN HORAIRES DÉCALÉS	37
EXERCICE 5	42
CHAPITRE 5 L'ALIMENTATION DU SPORTIF	43
EXERCICE 6	55
QCM	56
CHAPITRE 6 LE PROJET D'ACCUEIL INDIVIDUALISÉ	57
2 EN ROUTE POUR L'EXAMEN	63
SUJET 2016	65
SUJET 2017	67
SUJET 2018	69
3 POUR S'ENTRAÎNER	71
4 CORRECTION DES EXERCICES	121