**Rôles des principaux nutriments**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nutriments** | **Classification** | **Rôles** |
| **Protéines****Eau** | AnimalesVégétales | **CONSTRUCTION****C:\Documents and Settings\User\Mes documents\My PageManager\docu0006.JPG** |
| **Lipides****Glucides** | AnimalesVégétalesSucres simples (à l’état naturel dans les fruits)Sucres composés (amidon dans le pain…)Sucres de table | **ENERGIE****C:\Documents and Settings\User\Mes documents\My PageManager\docu0005.JPG** |
| **Vitamines****Sels minéraux** | Liposolubles (ADEK)Hydrosolubles(BC)Ca, P, K, Fe, … | **PROTECTION****C:\Documents and Settings\User\Mes documents\My PageManager\docu0007.JPG** |