

## Quiz « Pyramide alimentaire »

### En savoir plus sur ce sujet :

Eau, thé ou boissons pour sportifs ? (<https://coolandclean.ch/fr/themen/sporternaehrung/Wasser--Tee-oder-Sportgetr-nke->)

Energie fournie par les hydrates de carbone (<https://coolandclean.ch/fr/themen/sporternaehrung/Kohlenhydrate-geben-Energie>)

Protéines et développement musculaire (<https://coolandclean.ch/fr/themen/sporternaehrung/Eiweiss-und-Muskelaufbau>)

Restauration rapide, boissons protéinées et autres (<https://coolandclean.ch/fr/themen/sporternaehrung/Fastfood--Proteinshakes---Co.>)