



# Sois futé, bois santé!<sup>MC</sup>

## UNE RESSOURCE POUR RÉDUIRE LA CONSOMMATION DE BOISSONS SUCRÉES



500 ml (2 tasses)



500 ml (2 tasses)



355 ml (1 tasse et demie)



355 ml (1 tasse et demie)



500 ml (2 tasses)



250 ml (1 tasse)



700 ml (2 tasses  $\frac{3}{4}$ )



591 ml (2 tasses et demie)



1 000 ml (4 tasses)

La quantité de sucre varie selon le type de produit. 1 cube de sucre = environ 1 cuillère à thé de sucre.