

# Yogourt aux fruits maison

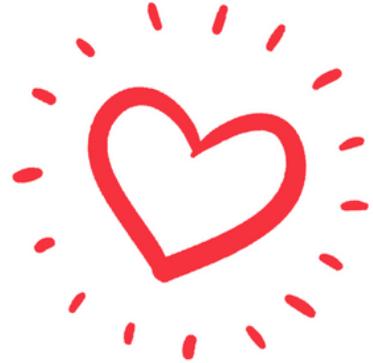
(total de glucides ~ 12g)



Yogourt Nature Grec  
(1/2 tasse / 125ml = ~5g)

Framboises surgelées  
(1/4 tasse / 60ml = ~2g)

Sirop d'érable  
(1 c. thé / 5ml = ~5g)



FONDATION  
RESSOURCES  
POUR LES  
ENFANTS  
DIABÉTIQUES