

# Pour avoir un régime équilibré.....(to have a balanced diet...)

<p><b>il est nécessaire de</b> <i>(it is necessary to )</i></p>	<p><b>manger</b> <i>(to eat)</i></p>	<p><b>beaucoup de</b> <i>(lots of)</i></p>	<p><b>matières grasses</b> <i>(fats)</i></p>			<p><b>la santé</b> <i>(health)</i></p>
<p><b>il est important de</b> <i>(it is important to)</i></p>	<p><b>boire</b> <i>(to drink)</i></p>	<p><b>assez de</b> <i>(enough (of)</i></p>	<p><b>sucreries</b> <i>(sugary foods)</i></p>		<p><b>c'est bon pour</b> <i>(it is good for)</i></p>	<p><b>le corps</b> <i>(the body)</i></p>
<p><b>il est essentiel de</b> <i>( it is essential to)</i></p>	<p><b>avoir</b> <i>(to have)</i></p>	<p><b>trop de</b> <i>(too much (of)</i></p>	<p><b>protéines</b> <i>(proteins)</i></p>	<p><b>car</b></p>	<p><b>c'est mauvais</b></p>	<p><b>les dents</b> <i>(the teeth)</i></p>
<p><b>il faut</b> <i>( you must)</i></p>	<p><b>prendre</b> <i>(to take)</i></p>	<p><b>plus de</b> <i>(more (of)</i></p>	<p><b>légumes</b> <i>(veg)</i></p>	<p><b>parce que</b> <i>(because</i></p>	<p><b>pour</b> <i>(it is bad for)</i></p>	<p><b>les os</b> <i>(the bones)</i></p>
<p><b>il ne faut pas</b> <i>(you must not)</i></p>		<p><b>moins de</b> <i>(less (of)</i></p>	<p><b>fruits</b> <i>(fruit)</i></p>			<p><b>les cheveux</b> <i>(the hair)</i></p>
		<p><b>boissons sucrées</b> <i>(sugary drinks)</i></p>	<p><b>produits laitiers</b> <i>(diary products)</i></p>			<p><b>le cœur</b> <i>(the heart)</i></p>
						<p><b>il y a des risques d'obésité</b> <i>(there are risks of obesity)</i></p>
<p><b>je mange</b> <i>( I eat)</i> <b>je ne mange pas</b> <i>(I don't eat)</i> <b>je bois</b> <i>( I drink)</i> <b>je ne bois pas</b> <i>(I don't drink)</i></p>						<p><b>il y a des risques de surpoids</b> <i>(there are risks of weight gain)</i></p>