

# Livre

Best-seller et finaliste Prix iGénie 2008

Du plaisir à bien manger

80 recettes gagnantes pour les familles

96 pages couleurs &ndash; 5 7/8" x 9 1/4"

Recettes simples de tous les jours testées auprès des enfants et adopté par plus de 500 centres de la petite enfance et services de garde.

Au menu :

salades,

soupes,

sandwichs,

plats principaux végétariens,

de volaille,

de poisson,

de porc ou

de veau,

collations,

desserts et

de nombreux trucs et conseils d'experts.

[Cliquez ici pour consulter la table des matières](#)

[Cliquez ici pour consulter l'index](#)

↳ auteure, Nathalie Regimbal, est nutritionniste professionnelle et mère de trois enfants. Elle est régulièrement interviewée dans des émissions de télévision et de radio et fait l'objet de reportages dans plusieurs journaux et magazines. Collaboratrice exclusive pour le volet nutrition des cybermagazines Mères et cie et educatout.com, madame Regimbal se consacre à créer des outils futés pour tous ceux qui désirent nourrir sainement les jeunes de 0 &ndash; 12 ans.

"Je suis fière de vous présenter cet ouvrage qui apporte un soutien à toutes les familles qui concilient le travail et la famille et qui ont à coeur la saine alimentation de leurs enfants."

- Pauline Marois, ex-ministre de la Famille et de l'Enfance

"J'ai des enfants qui ont de la difficulté à manger les légumes et fruits, mais avec tes recettes, c'est une réussite à chaque coup. J'ai plusieurs livres de cuisine santé mais le tien est le seul dont j'ai fait plus de la moitié des recettes : elles sont simples à préparer et économiques. J'ai bien hâte à ton prochain livre."

- L. Deschesnes, éducatrice

Cliquez ici pour commander le livre.