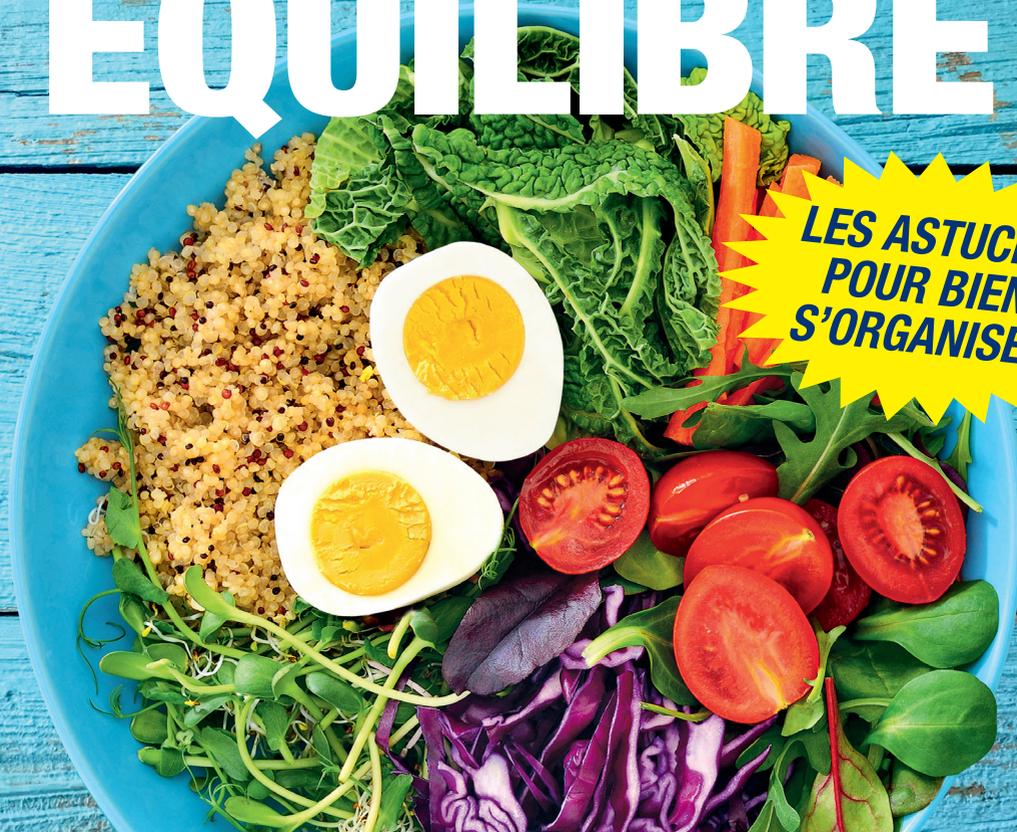


60
millions
de consommateurs

Méditerranéen, microbiote,
à indice glycémique bas...

**À CHAQUE SAISON
SON RÉGIME SANTÉ**

MANGER ÉQUILIBRÉ



**LES ASTUCES
POUR BIEN
S'ORGANISER**

ÉTÉ, AUTOMNE, HIVER, PRINTEMPS
Les courses, les menus et les recettes

6,90 € INSTITUT NATIONAL DE LA CONSOMMATION

www.60millions-mag.com