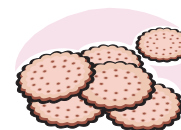


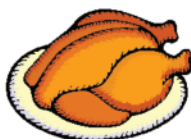
午餐盒食物清單

你的午餐盒內有下列每一類食物嗎？

- 麵包、
穀類麥片
和穀粒類



- 瘦的肉類和其
他營養成份類
同的食物



- 水果



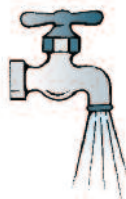
- 蔬菜



- 減脂乳類產品



- 水



健康推廣服務

SYDNEY SOUTH WEST
AREA HEALTH SERVICE
NSW HEALTH