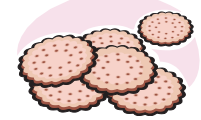


खाने के डब्बे की जाँच-सूची

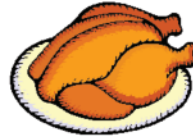
क्या आपके खाने के डब्बे में इन सभी वर्गों में से कुछ सामान है?



डबलरोटी, अन्न से बना नाश्ता तथा अनाज के दाने



बिना चर्बी का गोشت व इसी किस्म के अन्य पदार्थ



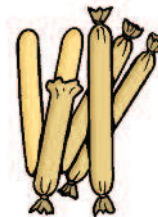
फल



सब्ज़ियाँ



कम चर्बी वाला दूध व दूध से बने पदार्थ



पानी



स्वास्थ्य प्रचार सेवा



Health
Sydney
Local Health District



Health
South Western Sydney
Local Health District