

CHINESE

## 午餐盒食物清单

- 面包，谷类麦片和谷粒类
- 瘦的肉类和其他营养成分分类同的食物
- 水果
- 蔬菜
- 减脂乳类产品
- 水

健康推广服务

SYDNEY SOUTH WEST AREA HEALTH SERVICE  
NSW HEALTH