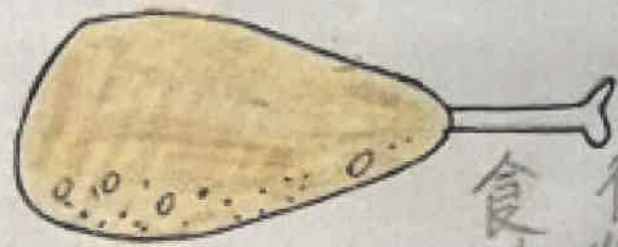


健康飲食 助我成長



均衡飲食的方法

1. 符合「健康飲食金字塔」的建議。
2. 營養食物比例：
3. (穀物類) : 2 (蔬菜類) : 1 (肉類)



食得健康 活得營養



2J14
王鳳儀