



Predimo na 1% mlijeko i/ili obrano mlijeko

Isti super okus i ishrana, samo manje masti!

1% i obrano mlijeko je za odrasle i djecu od 2 godine starosti i više.

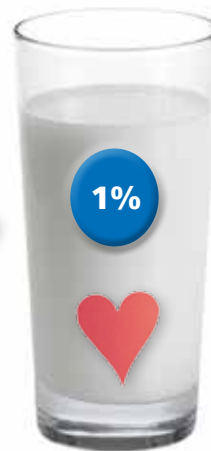
1 šoljica punomasnog
mlijeka =
8 grama masti



1 šoljica mlijeka 2% =
5 grama masti



1 šoljica mlijeka 1% =
2.5 grama masti



1 šoljica obranog mlijeka =
0 grama masti



1 čajna kašikica putera = 4 grama masti

Izvor: USDA National Nutrient Database

Missouri
WIC
Eat Healthy. Stay Well.

health.mo.gov/wic

Odsjek za zdravlje i usluge starijim osobama države Mizuri • WIC i nutricionističke usluge • 573-751-6204

Prilagođeno uz dopuštenje od Odjela za zdravlje Florida, Ured za usluge WIC programa.

DHSS je poslodavac jednakih prilika/afirmativnih aktivnosti. Usluge koje se pružaju na nediskriminirajućoj osnovi.

USDA je pružalac i poslodavac jednakih prilika.



WIC-402 Bosnian (06-14)