

# Snek sihat untuk si manja

Pemakanan Kanak-kanak: Mesej Kepada ibu bapa

- Sediakan snek yang kurang minyak, lemak, gula dan garam
- Sediakan buah-buahan segar sebagai pilihan
- Elakkan menghidang makanan terproses seperti sosej, nuget, kentang goreng
- Contoh snek sihat: sandwic, jagung, kacang rebus, biskut tanpa krim dan susu

