

# المشروبات



اجعل كل شفة متميزة!  
تناول المشروبات الطبيعية المليئة بالغذاء

اشتر كمية أقل



المشروبات  
الغازية



المشروبات  
الرياضية



الحليب  
كامل الدسم

اختر في كل فرصة



الحليب  
الحليب قليل الدسم أو  
المنزوع الدسم



الماء  
بطعم الفاكهة



عصير طبيعي 100%  
مقدار 4-6 أونصات فقط في اليوم  
للأطفال الصغار

ماذا يوجد

في مشروبك؟  
اقرأ الملصق.

## Nutrition Facts

Serving Size 8 fl oz (245g)  
Servings Per Container 3

Amount Per Serving  
Calories 170 Calories from Fat 20

%Daily Value\*

Total Fat 2.5g 4%

Saturated Fat 1.5g 8%

Cholesterol 5mg 2%

Sodium 190mg 8%

Total Carbohydrate 29g 10%

Dietary Fiber 1g 5%

Sugars 27g

Protein 8g

\* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.

• راجع وافهم حجم الحصة "Serving"

• حد من تناولك للسكر المضاف