

อาหารและเครื่องดื่มที่ถูกรับภาพที่มีให้เลือกใน โรงเรียนรัฐออสเตรเลียตะวันตก

กรอกเมนู

อาหารและเครื่องดื่มสีเขียว

- อย่างน้อยที่สุด 60% ของเมนู
- ประกอบรากฐานของโภชนาการที่ถูกรับภาพ
- แหล่งสารอาหารที่ดี
- ควรแก่การส่งเสริม



เลือกอย่างระมัดระวัง

อาหารและเครื่องดื่มสีเหลืองอำพัน

- ไม่มากไปกว่า 40% ของเมนู
- มีคุณค่าด้านสารอาหารบ้าง
- ควรเลือกอย่างระมัดระวัง



เอาออกจากเมนู

อาหารและเครื่องดื่มสีแดง

- เอาออกจากเมนู
- ขาดคุณค่าด้านสารอาหาร
- อาจนำไปสู่พลังงานส่วนเกิน



Department of Health
Department of Education

det.wa.edu.au/healthyfoodanddrink



waschoolcanteens.org.au