

有「營」小食 要識揀

適宜選擇

鼓勵
進食



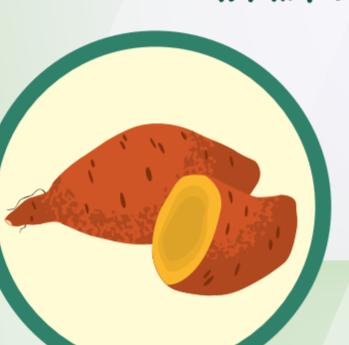
新鮮蔬菜



新鮮水果



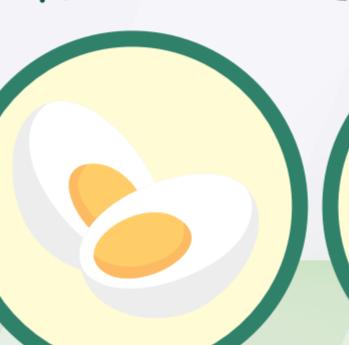
小餐包



焗番薯



低脂奶



蛤雞蛋



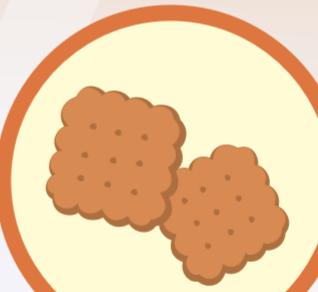
乾焗原味果仁

限量選擇

間中
進食



全脂奶



原味餅乾



燒賣



火腿三文治



純果汁

少選為佳



蛋糕



汽水



薯片



朱古力



糖果



衛生防護中心
Centre for Health Protection

健康飲食在校園
EatSmart@school.hk



「健康飲食在校園」運動



至「營」小食站



《學生小食營養指引》



衛生署
Department of Health