



# اختيار الماء

قم باختيار المياه التي لا تحتوي على اضافات من السكر  
والمطيبات والسعرات الحرارية.



ان دليل المواد الصحية المقدمة لك تأتي استنادا على برنامج نبراسكا اكستنشن.