

Pilihan Berkhasiat, Pilihan Sihat

Snek ialah makanan yang dimakan antara waktu makan utama sekiranya perlu. Yang berikut ialah contoh snek berkhasiat.

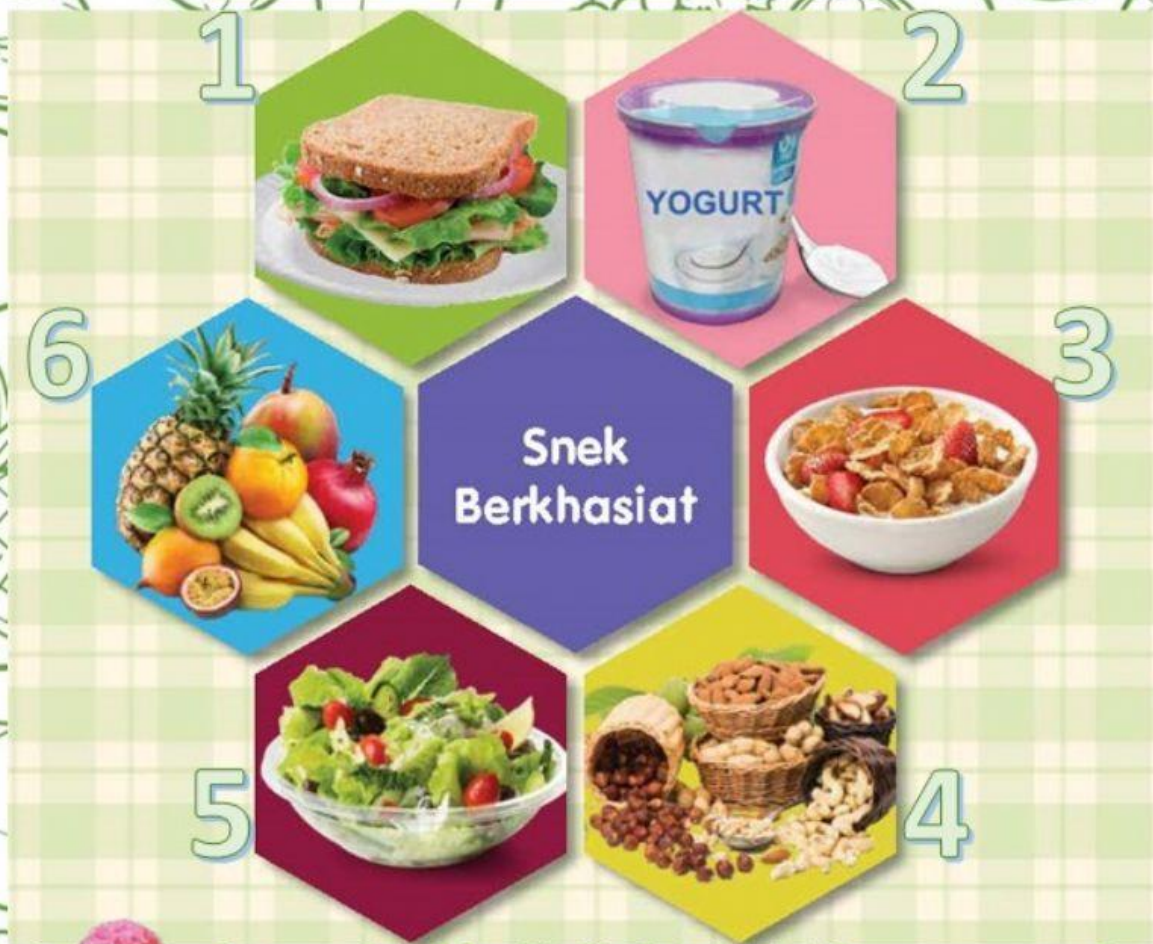
membantu tumbesaran

mengekalkan kesihatan

membantu kecerdasan

membekalkan tenaga

mengelakkan rasa lapar



1. Sandwic :
2. Yogurt :
3. Bijirin : membekalkan tenaga
4. Kekacang :
5. Salad :
6. Buah-buahan :