

PIRING MAKANANKU

Hidup Sehat dengan Gizi Seimbang

Buah-Buahan

Sumber Vitamin

Protein

Sumber Protein

Sayuran

Sumber Serat

Makanan Pokok

PESANG

makan se
rut
untuk me
lebih se

ISI PIRINGKU

Hidup Sehat dengan Gizi Seimbang

Buah-Buahan

Sumber Vitamin

Lauk Pauk

Sumber Protein

Sayuran

Sumber Serat

Makanan Pokok

Sumber Karbohidrat

PESAN GIZI SEIMBANG

Ayo jadikan pola makan sehat bagian dari rutinitas harian kita untuk menciptakan generasi Indonesia yang lebih sehat dan kuat!