



KURANG GULA LEBIH SIHAT

7 Langkah Bijak Kurangkan Pengambilan GULA

Langkah

Kurangkan

penggunaan
gula di dalam
masakan



TAHUKAH ANDA?

Masakan yang kurang gula adalah kurang kalori dan lebih sihat.

www.moh.gov.my • www.infosihat.gov.my • www.myhealth.gov.my

