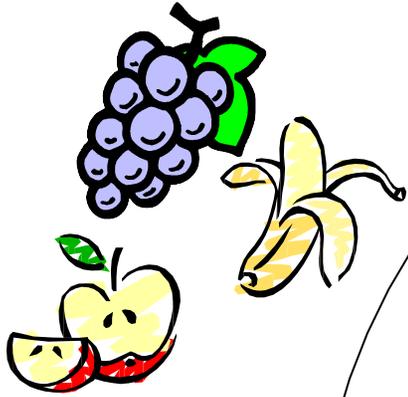


# 건강식품 선택 식사

과일



야채



하루에 3 끼를

드세요

물을 마시세요

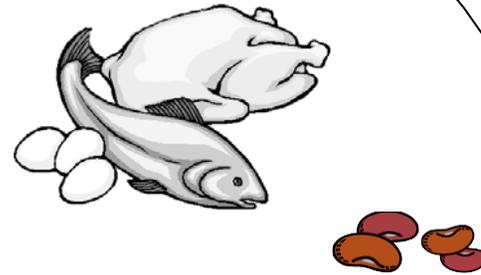
특별식은 피하세요

샌프란시스코 공중보건부  
샌프란시스코 종합병원 의료센터, 2/04,4/11

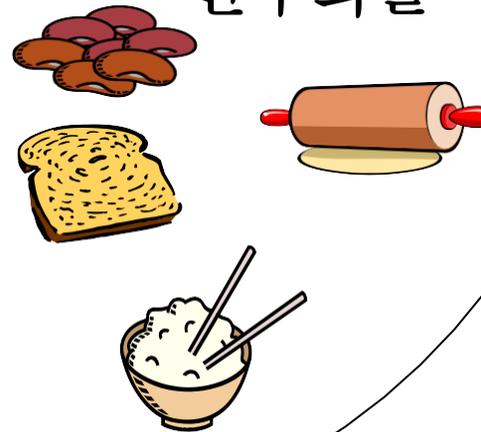
우유



단백질



탄수화물



지방



