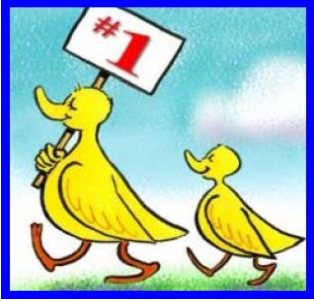




BESİN DEDEKTİFLERİ™ için 5 İpucu



1. Ön yüzdeki DİKKAT ÇEKİCİ “BÜYÜK “ kelimelere kanmayın! Arka etikette minnacık harflerde gizlenmiş gerçeği bulun!



2. İLK içerik her zaman en ÇOK olandır!



3. Orada bulunmaması gereken içeriklerden kaçın! Tuzlu bir yiyecekteki şeker, tatlı bir yiyecekteki fazla tuz, veya uzun kimyasal içerikler bizim kurnaz tilki gibi yiyeceğinde saklı olabilir!



4. Çok uzuuuun içerik listesinden sakın!



5. Lifler arkadaşımızdır! Tam tahıllı yazısına bak. Porsiyon başına en az 2gr lif içeren ekmekleri, krakerleri, makarnaları kahvaltılık gevrekleri seç.