

'INFUSED WATER'



KELEBIHAN 'INFUSED WATER'

- '0' Kalori
- Toksin dalam badan dapat dikeluarkan
- Memperbaiki mood
- Memberi rasa kenyang kerana dengan minum air yang banyak dapat mengurangkan pengambilan makanan yang tidak berkhasiat.
- Badan menjadi lebih sihat kerana berpeluh.
- Dapat mengurangkan rasa penat semasa melakukan senaman.

RESIPI POPULAR

'INFUSED WATER'

- Tembikai + Pudina
- Oren + Lemon + Limau Nipis
- Limau Nipis + Kiwi + Strawberi
- Strawberi + Pudina + Lemon
- Oren + Strawberi
- Lemon + Pudina
- Tlmun + Lemon + Pudina
- Epal + Kayu Manis
- Mangga + Halia

Risalah 1 / 2015

Unit Pemakanan dan Kesihatan
Bahagian Pendidikan Awal Kanak-Kanak