

بواسطة العلامة الخضراء نختار الاختيار الصحي

הירחון להזנהصحית
efsharibari.gov.il

الفواكه
والخضروات
الطازجة

الأسماك الطازجة
أو المجمدة

البقوليات

الحليب
الكاملة

الجوز، البذور،
الفستق واللوز
الغير محمصة

البيض الطازج



تظهر العلامة الخضراء على المنتجات والأطعمة المغلفة وغير مغلفة (المفرقة) المستوفية لشروط توصيات التغذية الصادرة عن وزارة الصحة: منتجات طازجة وغير مصنعة أو مرت معالجة/تصنيع بدرجة منخفضة جداً وبدون إضافة مواد مضرة مثل فائض الدهون المشبعة، السكر والملح. وتتوارد أيضاً على مغلفات وعبوات الطهي، منتجات الحليب حتى 5% دسم، منتجات القائمة على البقوليات، الدواجن الطازجة، زيوت نباتية معينة والخبز بأنواعه الذي استوفى شروط العلامة الخضراء.

**فضلوا الأطعمة الطازجة على الأطعمة المعالجة والتصنيع
وابحثوا عن العلامة الخضراء!**

