










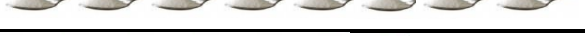




# Bwason k bon pou lasante pou timoun an bòn sante

Kola, ji (menm 100% ji !), bwason fwi yo, bwason espòtif yo ak bwason enèji yo gen plis sik ak kalori pase sa kò w bezwen, Kalori siplemantè yo ka lakoz pran pwa ki pa bon pou lasante.

**Timoun yo dwe bwè dlo lè yo swaf, ak dlo oswa lèt blan lè y ap manje.**

Ki kantite sik ki gen nan bwason w la ?				
		Gwosè (ons)	Sik (gram)	Kiyè a te sik
100% ji zoranj		8 ons	22 g	
Monster Energy (Enèji mons)		16 ons	27 g	
Dlo vitamine		20 ons	32 g	
Gatorade		20 ons	34 g	
Iced Tea (te glase)		16 ons	36 g	
Kola		12 ons	39 g	
Coolatta		16 ons	69 g	

**Chache yon boutèy pou met dlo ki amizan pou pitit ou a al lekòl, nan kan, tout kote !**  
Kite pitit ou a chwazi youn nan sa l renmen yo epi l vle itilize.

**Se pou w yon ekzanp nan bwè bwason ki bon pou lasante pou pitit ou a.**  
Pitit ou a vle fè sa w fè, konsa eseye chwazi dlo ak bwason ki pa gen sik pou tèt ou tou !

**Rann dlo amizan !**

Itilize chalimo epi ajoute glas, sitwon oswa lòt franch fwi.



**Panse a bwason sikre kòm ti gatri - pa kòm bwason pou w pran chak jou.**