



Pluas Su Zoo Hauv Tsev Kawm Ntawv!



Noj mov tom tsev kawm yuav pab rau cov tub ntxhais kawm kom muaj puas mov uas muaj txiaj ntsig zoo uas ua rau tus tub ntxhais kawm tau zoo thaum nyob hau chav kawm los yog sab nraud.

Xav kom koj cov tub kawm mus noj sus tom tsev kawm ntawv thiab thiaj paub tias vim li cas **Pluas Su Hauv Tsev Kawm Hauv Wisconsin Thiaj Zoo!**



Muaj ntau yam khoom noj

Kev noj su tom tsev kawm yuav ua rau cov tub ntxhais paub ntau yam khoom noj, uas suav nrog cov khoom noj tuaj ntawm txhua qhov chaw sib txawv tuaj.



Khoom noj khoom haus

Kev noj sus tom tsev kawm yuav npaj ua kom muaj txhuan yam noj muaj txiaj ntsig zoo raws li MyPlate.

Cov tsev kawm yuav tsum muaj khoom noj xws li nplej pob kws, nqaij, txiv hmab txiv ntoo, zaub thiab mis haus.

Niam ua mov yuav tsis txo cov khoom qab zib thiab cov sodium rau cov zaub mob, tab sis tseem yuav tswj kom tau li cov tub ntxhais kawm cov zaub mov xav noj.



Tus nqis pheej-pheej yig xwb

Noj su tom tsev kawm kuj tseem muaj tus nqi pheej yig xwb.



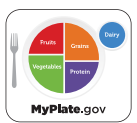
Khoom Noj Hauv Zej Zog

Ntau lub tsev kawm nyob thoob plaws lub xeev tau pab txhawb cov neeg ua liaj ua teb nyob rau Wisconsin kom lawv muaj tej khoom noj tuaj mus koom rau tom tsev kawm ntawv thiab.



Lub chaw ua hauj lwm no yog ib lub chaw uas muaj vaj huam sib luag.

Lub khoos kas no tau txais kev pab nyiaj los ntawm kev siv Teb Chaws Meskas Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm Kev Ua Liaj Ua Teb pob nyiaj pab.



dpi.wi.gov/nutrition