



# НЕ САТЫП АЛЫП ЖАТҚАНЫҢДЫ ОҚЫ



АЗЫҚ-ТҮЛІК



## ҚҰРАМЫН ҚАЛАЙ ОҚУ КЕРЕК?



### ҚҰРАМЫНА ҚАРА

Ингредиенттер массасының азақ ретімен көрсетіледі: тізімнің басында тұрғандары өнім құрамында ең көп мөлшерде болады. Құрамы қысқа әрі түсінікті болса, бұл өнімнің өнеркәсіптік өңдеу деңгейі төмен екенін білдіреді



### ҚАНТҚА НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ

Егер қант, шәрбаттар немесе фруктоза тізімнің басында тұрса, өнімнің құрамында қосылған қант мөлшері көп екенін білдіреді



### ҚОСПАСЫ АЗ ӨНІМ — ПАЙДАЛЫ

Дәм күшейткіштер, бояғыштар, хош иістендіргіштер және консерванттардың көп мөлшері – ультраөңделген өнімнің белгісі



### ӨНІМДЕРДІ САЛЫСТЫРЫҢЫЗ

Ұқсас өнімдерді салыстырып, құрамы қарапайым әрі түсінікті өнімді таңдаңыз

