



НЕ САТЫП АЛЫП ЖАТҚАНЫҢДЫ ОҚЫ



АЗЫҚ-ТҮЛІК



ҚҰРАМЫН ҚАЛАЙ ОҚУ КЕРЕК?



ҚҰРАМЫНА ҚАРА

Ингредиенттер массасының азаю 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

