



У МОЄЇКОМОРІ є протеїн



Підійдіть до кулінарії творчо!

Протеїн — це не тільки м'ясо. Квасоля, горох, сочевиця й горіхи теж містять протеїн!



Washington
State Department of
Agriculture

Публікація цього матеріалу фінансується Програмою додаткового харчування (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) міністерства USDA. Міністерство USDA є роботодавцем, який забезпечує рівні можливості.

Для людей з обмеженими фізичними можливостями цей документ по запиті доступний в інших форматах.
Щоб подати запит, будь ласка, зателефонуйте за номером 1-800-525-0127 (TDD/TTY 711).



DOH 940-030 Липень 2018 р.