

Selin ve Selim ile Sağlıklı Beslenme Yolculuğu

Çizgi Roman Serisi



SELİN VE SELİM İLE SAĞLIKLI BESLENME YOLCULUĞU

-TATLI TUZAK-

Ayy... Bu 'meyveli
yoğurt'lar
ne kadar tatlı görünüyor!
Hangisini alsam, karar
veremiyorum...



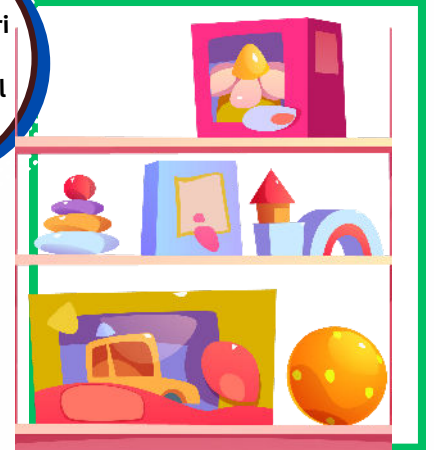
Etiketine bakalım mı
önce?
'Şekersiz' yazıyor ama
geçen gün
öğretmenimiz
çok ilginç şeyler anlattı!

Glikoz şurubu
fruktoz
mısır şurubu



"Hmm... Glikoz
şurubu, fruktoz, mısır
şurubu... Şekersiz
diyorsun ama tatlılığı
nereden geliyor
peki?"

İşte bu! 'Gizli
şeker' dedikleri
şey buymuş.
Adı şeker değil
ama etkisi
aynı!"



Bu üründe de
tatlandırıcılar yazıyor:
Aspartam, sukraloz...
Bunlar ne acaba?

Yapay tatlılık veriyorlar
Ama bazı
araştırmalarda
çocuklarda dikkat
dağınıklığına, baş ağrısına
neden olduğu yazıyor.

"aspartam",
"sukraloz" içerir.

ASPARTAM

Yani... Şekersiz diye
aldığımız şeylerde
aslında başka türlü
şekerler mi var?

Aynen öyle. Gerçek
tatlılık elmadadır,
muzda, balda. Paket
değil doğa tatlandırır.

Bak! Ben dün akşam
elmalı yulaflı bar
yaptım. Hem tatlı
hem katkısız!

Vay be! Sen tam bir
temiz atıştırmalık
şefi olmuşsun!



Bence bu gizli
şeker oyununu
arkadaşlarımıza
da anlatmalıyız

Yeni tim kuruldu!
'Tatlı Tuzak
Dedektifleri' görevi
başlıyor!



Bu isimlere dikkat!

Glikoz şurubu,
fruktoz,
mısır şurubu,
aspartam...



Etiketlerde artık
sadece 'şeker'
aramıyoruz, gizlenmiş
şekerin de peşindeyiz!



Ne kadar az
katkı, o kadar
çok sağlık!



Çünkü bazen en
tatlı paket, en
acı gerçeği
saklar!



Tatlı görüne
hemen kanma...
Önce içindekilere
bir göz at!



! "Fruktoz, glikoz şurubu,
maltodekstrin, aspartam,
sukraloz gibi iğelikler gizli
şekerdir. Etiket okumayı
unutma!"

Bir sonraki
maceramıza kadar
sağlıcakla kalın.



Haftaya
görüşmek üzere.

