

Sosanna sláintiúla le haghaidh páistí réamhscoile

Táimid tiomanta do bhia sláintiúil

Ag am sosa bainimid taitneamh as
scroideanna sláintiúla mar cuidíonn
siad linn fás go cuí agus ár ndícheall a
dhéanamh, agus beimid sláintiúil agus
sona sásta dá bharr san am amach anseo.



Bainne

Bainne gan
bhearradh
nó bainne
leathbhearrtha
gan bhlaistiú



Uisce

Uisce buacaire
nó uisce gan
bhlaistiú, gan súilíní
i mbuidéal



Torthaí agus glasraí

Gach toradh agus
gach glasra úr



Scroideanna eile

Scroideanna ar arán,
gránaigh leathmhilse
iógart simplí nó
fromage frais simplí