

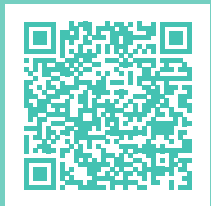
እንኳን በደህና መጡ ወደ

# MealViewer



የቁርስ እና የምሳ የምግብ ዝርዝሮችን የሚያዩበት አዲስ መንገድ!

ለMealViewer ድረ-ገጽ እዚህ ጋር ስካን ያድርጉ ወይም MealViewerን ከhapp store ያውርዱ



ወደ MEALVIEWER ይገቡ



ይመልከቱ እና በከፍተኛ ደረጃ በተቀመጡት 9 አለርጂ ሊፈጥሩ በሚችሉ ንጥረ ነገሮች እየለዩ ያስወግድ

ወተት፣ እንቁላሎች፣ ለውዝ  
Tree Nuts፣ ዓሳ፣  
Shellfish፣ አኩሪ አተር/  
Soy  
ስንዴ፣ እና ሰሊጥ

የአመጋገብ ፍላጎቶች



የምግብ ዝርዝሮች በስምንት የተለያዩ ቋንቋዎች ይገኛሉ

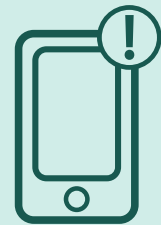
አማርኛ 中文  
Français English  
한국어 Español  
Português  
and Tiếng Việt

የተተረጎሙ የምግብ ዝርዝሮች



ስዕሎችን እና በምግብ ውስጥ ስላሉት ንጥረ ነገሮች መረጃ ይመልከቱ፣ የሚወዷቸውን ምግቦች ያስቀምጡ፣ እና በምግብ ዝርዝር ውስጥ ያሉትን ምግቦች ደረጃ ይስጡ!

እና ተጨማሪ!



እንዴት እንደሚደረግ የሚያሳዩ ቪዲዮዎች፣ ፈጣን ምክሮችን፣ እና ተጨማሪ መረጃዎችን ለማግኘት የምግብ እና የተመጣጠነ አመጋገብ አገልግሎት ክፍል/Division of Food & Nutrition Services ድረ-ገጽን ይመልከቱ!

[የMCPS MealViewer](#)

[የPDFNS ድረ-ገጽ](#)