

做法

當他們放進色彩繽紛的便當，連最簡單、最健康的食物也看起來超好吃，試用蛋白質、一些水果，幾樣蔬菜和一個小的獎勵，令便當更有趣。

便當盒給你發揮完美創意的機會，更可自己選擇主題的食材。

我們為『繽紛嘉年華』放入一水杯什菜沙律、半杯瓜果類、10粒低脂芝士和少量的全麥玉米餅，和兩湯匙的莎莎醬。

如果你找不到的便當容器，可改用三明治盒子！