

# ПРИВЕТ, РЕБЯТА! Выбирайте полезную еду в ресторанах быстрого питания!

Ресторан	Вместо...	Попробуйте...
Arby's®	Prime-Cut™ Chicken Tenders (2) (Куриная вырезка, высший сорт)	Jr. Turkey & Cheese Sandwich (Сэндвич с индюшатиной и сыром, для детей)
	Curly Fries - Kids (Картофельная стружка фри – для детей)	GoGo Squeez™ Apple Sauce (Яблочный соус GoGo Squeez™)
	CapriSun® Fruit Juice (Фруктовый сок CapriSun®)	Shamrock Farms® Low-fat White Milk (Молоко низкой жирности Shamrock Farms®)
Burger King™	Whopper Jr.® Sandwich with cheese and mayonnaise (Сэндвич Whopper Jr.® (мясо, приготовленное на огне) с сыром и майонезом)	Hamburger (Гамбургер)
	Onion Rings, small (кольца жареного лука, маленькая порция)	Apple Slices (Яблочные дольки)
	BK® Breakfast Muffin Sandwich: Egg and Cheese (Сэндвич для завтрака BK® на маффине с яйцом и сыром)	Kids Oatmeal (Овсянка для детей)
Culver's®	Butterburger® with Cheese, kids (Butterburger® (сэндвич с говядиной на гриле) с сыром, для детей)	Grilled Chicken Sandwich (Сэндвич с курицей на гриле)
	Chocolate Concrete Mixer®, short (Шоколадный замороженный крем, маленькая порция)	Lemon Ice, 2 scoops (Лимонное мороженое, 2 шарика)
	Wisconsin Cheese Curds (Жареные шарики из молодого сыра)	Applesauce (Яблочный соус)



Ресторан	Вместо...	Попробуйте...
Hardee's®	Kids Meal - Cheeseburger (Блюдо для детей – чизбургер)	Regular Roast Beef Sandwich and Side Salad, no dressing (Обычный сэндвич с ростбифом и овощной салат без заливки)
	Hand Scooped Ice-Cream Shake™ (Молочный коктейль с мороженым)	Single Scoop Ice Cream Bowl (Один шарик мороженого)
KFC®	Popcorn Chicken - Kids (Кусочки курицы в панировке жареные с кукурузой – для детей)	Grilled Chicken Breast (Куриная грудка на гриле)
	Potato Wedges (Жареные картофельные ломтики)	Mashed Potatoes with Gravy (Картофельное пюре с подливкой)
	Macaroni with Cheese (Макароны с сыром)	Corn on the Cob (3-inch) (Кукуруза в початке, 3-дюйма)
McDonald's®	Chicken Selects® Premium Breast Strips (3) (Отборные стрипсы из куриной грудки)	Chicken McNuggests® (4) (небольшие куриные котлетки в хрустящей панировке)
	Bacon, Egg & Cheese Biscuit (Сэндвич с беконом, яичницей и сыром)	English Muffin with Grape Jam and Fruit 'n Yogurt Parfait, or an Egg White Delight McMuffin (Английский маффин с виноградным джемом и йогурт со слоями ягод, или Макмаффин с жареными белками, канадским беконом и белым сыром чеддер)
	Kids Fry (Картофель фри для детей)	Apple Slices or Yoplait® Go-GURT® Low-fat Strawberry Yogurt (Яблочные дольки или клубничный йогурт Yoplait® Go-GURT® низкой жирности)
	McFlurry® with M&M's® Candies, snack size (Мороженое Макфлури® с шоколадными конфетками M&M®, маленький стакан)	Kiddie Cone (ванильное мороженое в вафельном стаканчике)
Subway®	Tuna on Mini Wheat Bread (Сэндвич с тунцом и овощами на пшеничном хлебе)	Black Forest Ham, kids meal sandwich (Сэндвич с ветчиной, для детей)
	Nacho Doritos®, 1 bag (Кукурузные чипсы Nacho Doritos®, 1 пакет)	LAY'S® Oven Baked Original Potato Crisps (Печеные картофельные чипсы LAY'S®)
	Chocolate Chip Cookie (Печенье с шоколадной крошкой)	Apple Slices (Яблочные дольки)