



Milk can be a tasty drink.

中文解释

牛奶香香的、滑滑的，很多小朋友都喜欢。它可以是早餐里温柔又熟悉的一杯。

亲子提问

你觉得牛奶是什么味道呢？



Milk helps build strong bones.

中文解释

牛奶里有钙，能帮助骨头长得更结实。这样小朋友跑跑跳跳时，会更有力量。

亲子提问

你最喜欢跑步、跳绳，还是蹦蹦跳跳？



Milk helps keep teeth strong.

中文解释

喝牛奶也能帮助牙齿更强壮。再加上认真刷牙，笑起来就更自信啦。

亲子提问

你今天有认真刷牙吗？



Milk gives protein for muscles.

中文解释

牛奶里的蛋白质像身体的小帮手，能帮助肌肉成长，让小朋友活动起来更有劲。

亲子提问

你最喜欢做什么运动呢？



Milk has vitamins for growing bodies.

中文解释

牛奶里还有一些维生素和营养，能帮助身体健康成长。搭配蔬菜水果会更棒。

亲子提问

你还知道哪些健康食物呀？



Milk can be part of breakfast.

中文解释

早上喝一杯牛奶，再配上面包、水果或者燕麦，早餐就会更丰富，也更有满足感。

亲子提问

你的早餐里通常会有什么？



Milk gives energy for play and learning.

中文解释

喝牛奶、吃好饭、睡好觉，小朋友就更有精神去学习、玩耍，也能开心探索新世界。

亲子提问

你最喜欢和谁一起玩、一起学呢？



Milk and dairy foods can be healthy choices.

中文解释

牛奶、酸奶、奶酪都是不错的选择，适合很多正在长身体的小朋友。和家人一起享用，会更温暖哦。

亲子提问

你更喜欢牛奶、酸奶，还是奶酪呢？