يُعرف الغذاء غير الصحي بأنه ذلك الطعام الذي يفتقر إلى القيمة الغذائية العالية، فهو إمّا مُنخفضاً جداً أو خالياً من القيمة الغذائية، ولذا فإن الطعام غير الصحي يكون طعاماً غنيّاً بالسعرات الحرارية وفقيراً جداً بالعناصر الغذائية الأساسية،

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي