

Diet Sehat dengan Menghitung Jumlah Kalori

Kontribusi Dari www.ketawa.com
Saturday, 27 March 2010

Roy adalah penggemar berat si Dina. Suatu malam Roy memberanikan diri untuk mengajak Dina makan malam untuk merayakan diterimanya Roy bekerja di tempat yang baru. Roy menunggu untuk mencatat apa yang harus dipesannya, Dina belum dapat menentukan menu yang dikehendakinya. Ia justru masih sibuk mencocokkan daftar menu itu dengan buku diet yang tidak pernah lepas dari tas kecilnya.

"Hari ini aku harus makan makanan yang tidak lebih dari 300 kalori," kata Dina. "Kalau aku pesan telur setengah matang, itu berarti 77 kalori. Lantas sepotong roti, 63 kalori, dan acar, 42 kalori. Lalu..."

"Pelayan!" panggil Roy kemudian.

"Ya! Apa saja pesanan bapak?"

"Dua gelas air putih, dan... itu saja!"