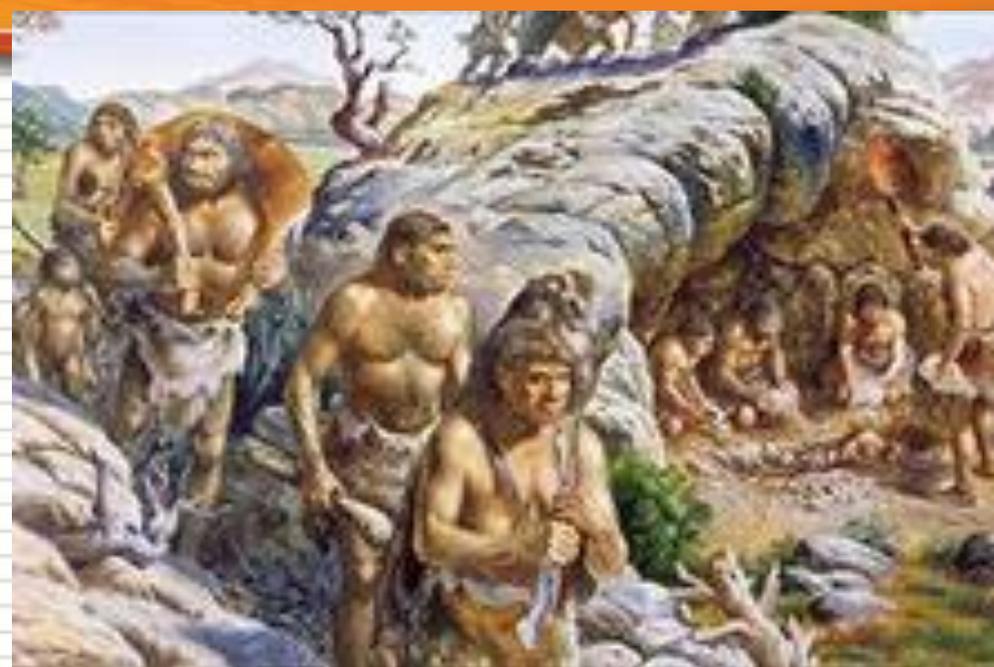
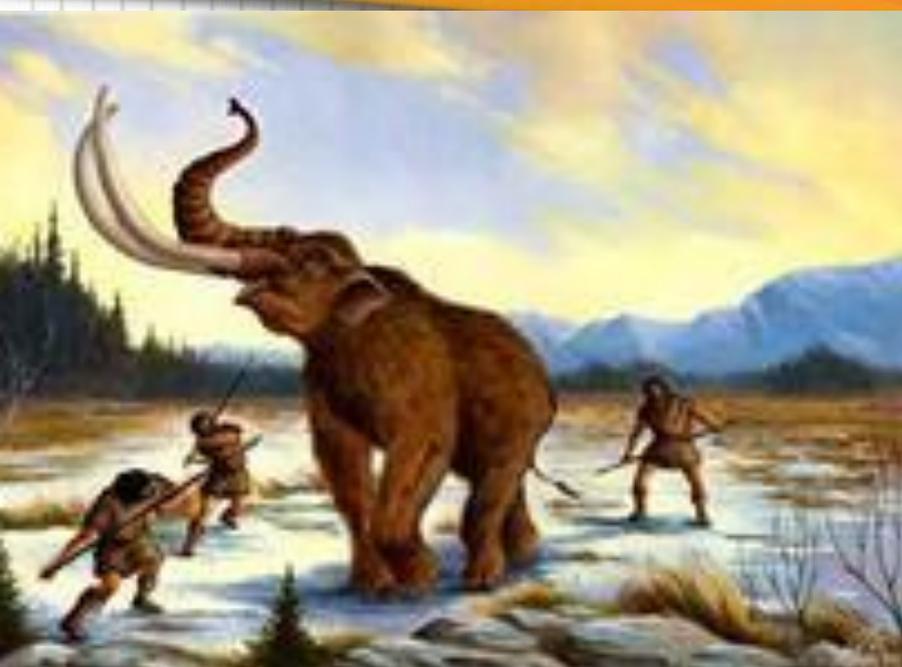


ТЕМА УРОКА



ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ







**ЭЛЕВАТО
Р**



**Овощехра-
нилище**



РЕЖИМ

1. Питание четыре раза в

ПИТАНИЯ

2. Еда в определённое время и в определённом порядке

3. После еды не нужно бегать и прыгать

4. Между приёмами пищи должно пройти 3-4 часа

5. Ужинать надо не позднее чем за полтора-

два часа до сна



5
Б

СПАСИБО

