

СЫР

**Сделан он из молока,
Но тверды его бока.
В нем так много разных дыр.
Догадались? Это ...**



КАША

**Мама из крупы сварила,
Посолила, подсластила.
Эй, ну где же ложка наша?!
Так нужна на завтрак...**



БЛИН

Спрыгнул он со сковородки,
Подрумяненный в середине.
Знать, готов еще один
С пылу с жару тонкий...



Как ты
питаешься?







Ледяная
Жемчужина

кальций безалкогольный
ПИМОНАД

СОК

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА НАРЗАН ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА

Lay's®

Сыр



Чипсы из натурального картофеля
Чипсы картопляні
ІРІМШІК ДӘМІ БАР ТАБИГИ ҚАН
PENDING DATED TOMR KAN
Бұл өнімді дайындауға қолданылған барлық ингредиенттер
СЫР ДААМДАНҒАН НАҚТА ҚАРТОПШҚО ЧИП
ТАБИҚ ҚАРТОПШҚАДАН ТАУВОРЛАНҒАН ПИШЛОҚ ТАМЫ СЫР





© 2002 Coca-Cola Bottling Co. of America, Atlanta, GA 30329

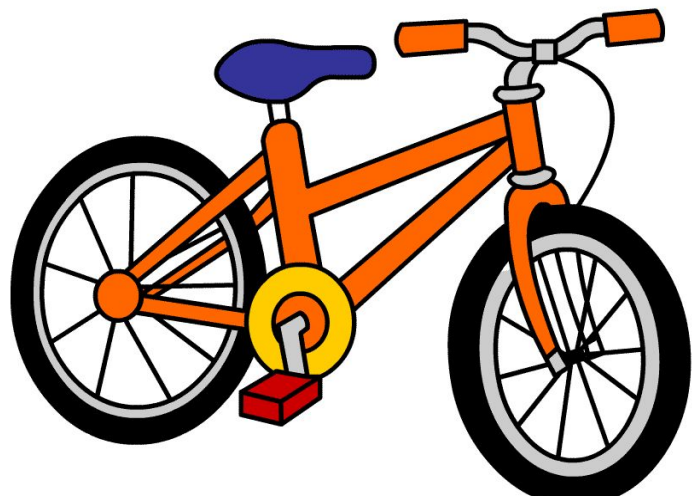
CAFFEINE CONTENT: 34 mg/12 fl. oz.

CONSUMER INFORMATION CALL 1-800-438-2653

0 496340 6
8 PACK 200Z

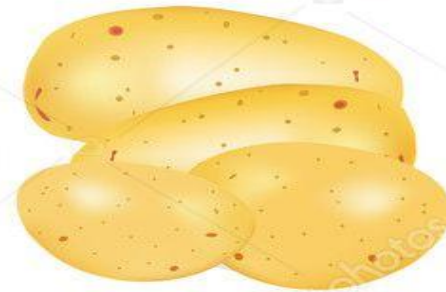
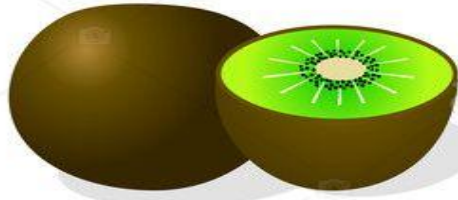
Город Здоровья

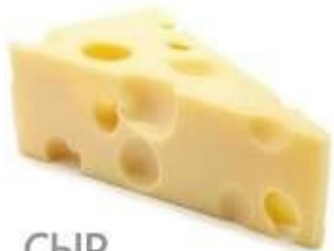






* Питание – это один из важнейших процессов в жизни любого живого организма. Человеку нужна пища – как бензин машине. Питательные вещества необходимы для поддержания жизни и работы организма.





СЫР



ЯЙЦА



ПЕЧЕНЬ

МЯСО



РЫБА



БРОККОЛИ

ВИТАМИН А



МОРКОВЬ

ДЫНЯ



АБРИКОС



ПЕРСИК

АВОКАДО



ПЕРЕЦ



ТЫКВА



КАРТОФЕЛЬ



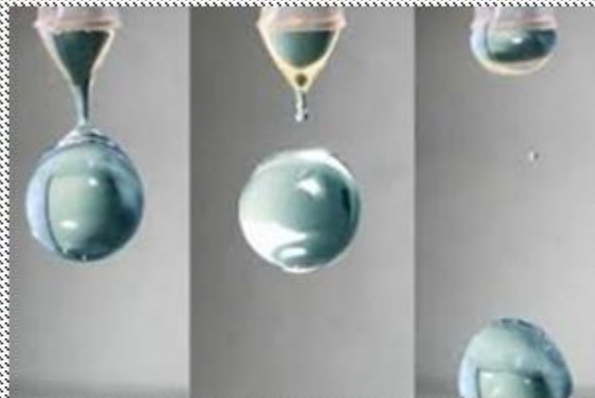


D



Неполезные продукты



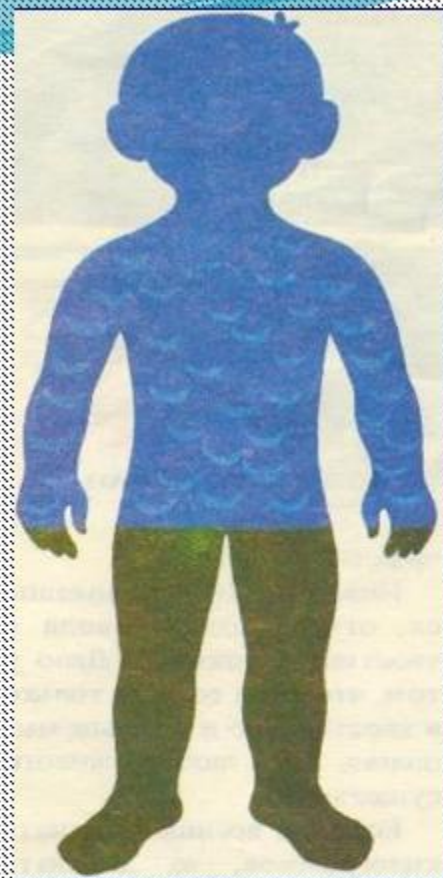


Зачем вода так необходима человеку?

Человек не может обходиться без воды. Почему?

Оказывается, человеческий организм состоит более чем на 70% из воды.

Без еды человек может прожить целый месяц, а без воды не проживет и недели. Именно поэтому необходимо беречь запасы пресной воды, ведь воду из моря и океана человек пить не может, потому что она соленая.



Главные правила питания.

Нужно стараться есть разнообразную пищу.

Мучного и сладкого надо есть поменьше.

Нужно стараться есть в одно и то же время.

Кушать надо тогда, когда проголодался.

Утром перед школой надо обязательно завтракать.

Ужинать надо не позже, чем за 2 часа до сна.

