

# Наше питание.



# Белки- вещества для роста и развития .



# Жиры-обеспечивают организм энергией.



Жиры бывают растительные и животные. Особенно важно для усвоения некоторых витаминов.

**Примите на заметку!**  
Жиры животного происхождения имеют *консистенцию.*  
Жиры растительного происхождения имеют *консистенцию.*

The infographic features a central image of three bottles of cooking oil and a box of butter. The text is presented in a stylized, hand-drawn manner with speech bubbles and decorative elements.

Углеводами богаты хлеб,  
крупы, картофель, макароны, фрукты.



Витамины содержатся в овощах и фруктах.



# Пищеварительная система.

