

Классный час

«Здоровая пища для всей семьи»



Рыба



Творог



Кефир



Соки



Йогурт



ОВОЩИ



Фрукты



Завтрак



Самая полезная каша – *овсяная*



Обед



Что нужно, чтобы приготовить борщ?

- *Мясо, рыба, картофель, капуста, колбаса, морковь, сахар, свёкла, чеснок, сметана, соль, лук.*



УЖИН



Что лишнее?



Что лишнее?



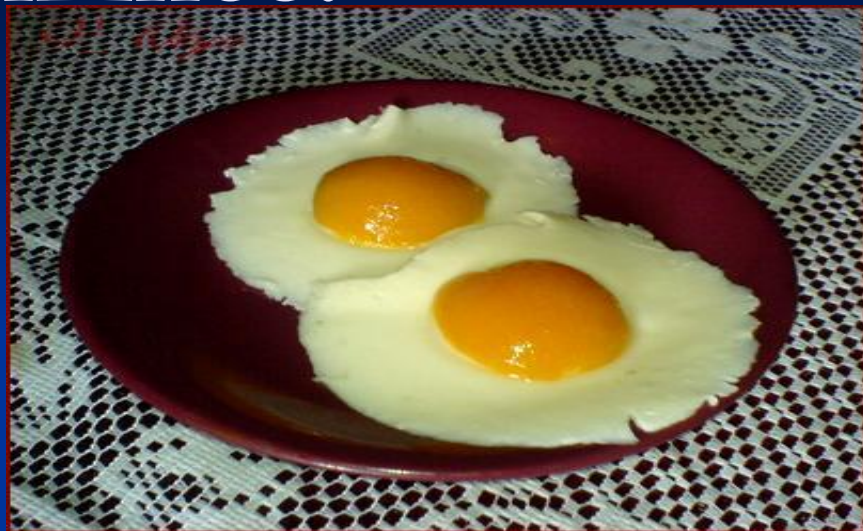
Что лишнее?



Что лишнее?



Что лишнее?



Что лишнее?



**О правильном питании очень
важно знать
И правила питания строго
соблюдать.**