ВИТАМИНЫ

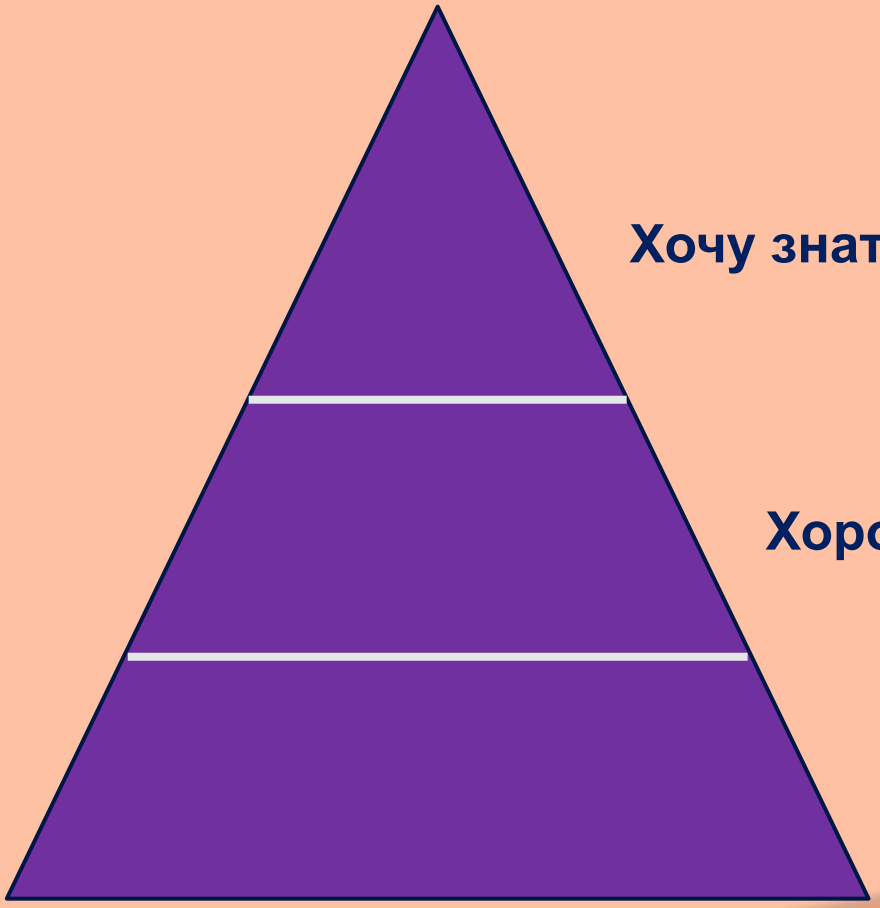
Витамин D нужен для нормального роста костей. Основной источник – солнечный свет.

Витамин РР помогает нормальному росту тканей, защищает сердце.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ОВОЩИ — БОЛЬШАЯ ГРУППА РАСТЕНИЙ. РАНЬШЕ ИХ НАЗЫВАЛИ ОГОРОДНЫМИ, ТАК КАК РОСЛИ ОНИ НА ОГОРОДАХ. **ФРУКТЫ** – НЕ МЕНЕЕ МНОГОЧИСЛЕННАЯ ГРУППА РАСТЕНИЙ. ЯГОДЫ ТАКЖЕ ЯВЛЯЮТСЯ РАЗНОВИДНОСТЬЮ ФРУКТОВ. ПРИШЛИ К НАМ В ОСНОВНОМ ИЗ ЮЖНОЙ АМЕРИКИ, С БЕРЕГОВ СРЕДИЗЕМНОГО МОРЯ И ВЫСОТ ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ. СЕЙЧАС ПРАКТИЧЕСКИ ПОВСЕМЕСТНО ВЫРАЩИВАЮТ БОЛЕЕ 120 ВИДОВ ОВОЩЕЙ И БОЛЕЕ 200 ВИДОВ ФРУКТОВ.

Пирамида успеха



Хочу знать больше

Хорошо, но могу лучше

Пока испытываю трудности