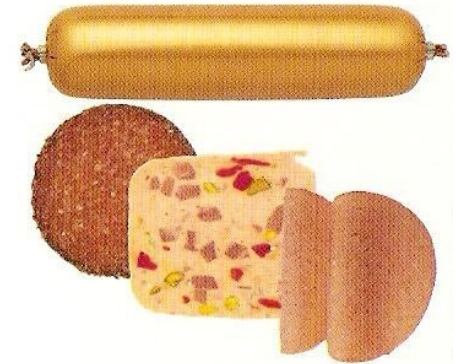
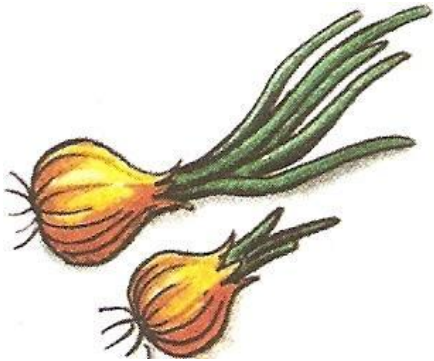
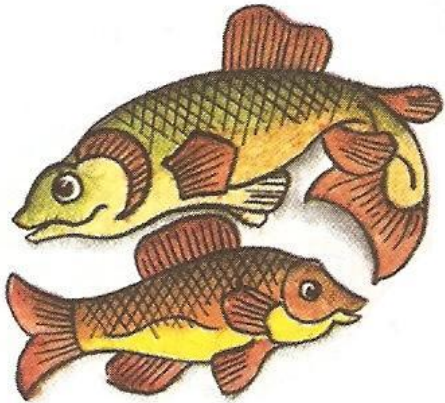


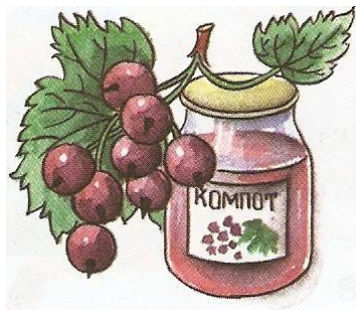
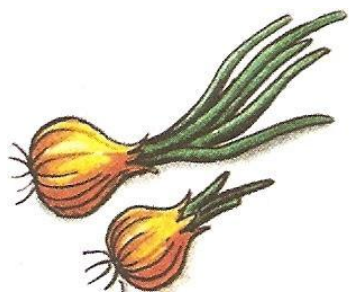
Здоровое

питание

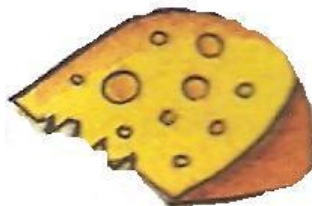
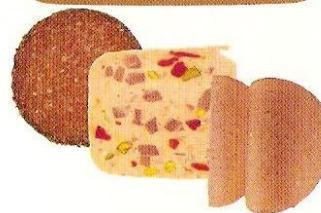
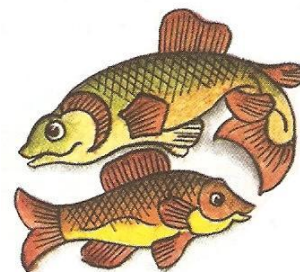




# Продукты растительного происхождения



# Продукты животного происхождения



# Здоровое питание

1. Вода

2. Белки

3. Жиры

4. Углеводы

5. Витамины

6. Целебные растения НАО



# Вода

В день надо  
выпивать  
1,5 литра воды

- Супы
- Компоты
- Соки
- Чай





# Белки

Основной «строительный» материал



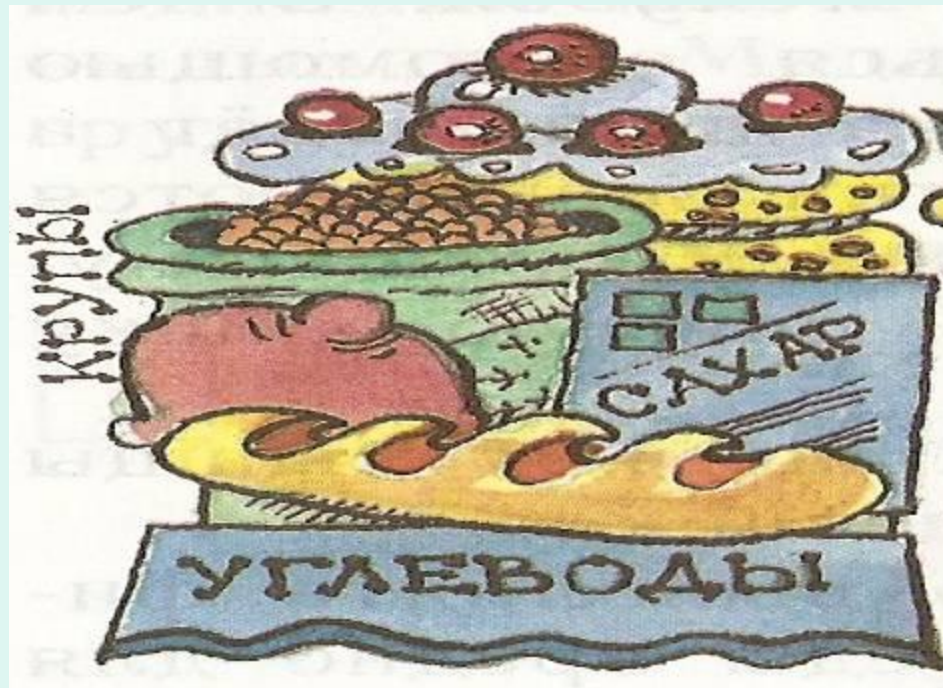
# Жиры

Основной источник энергии



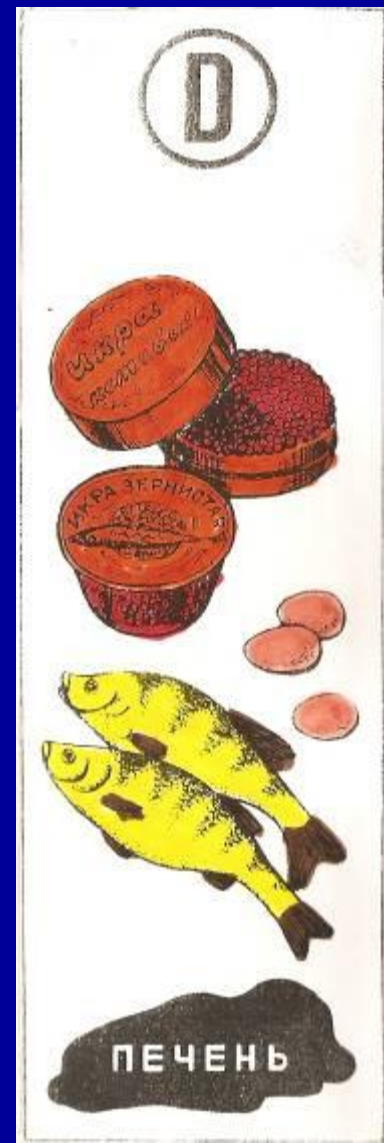
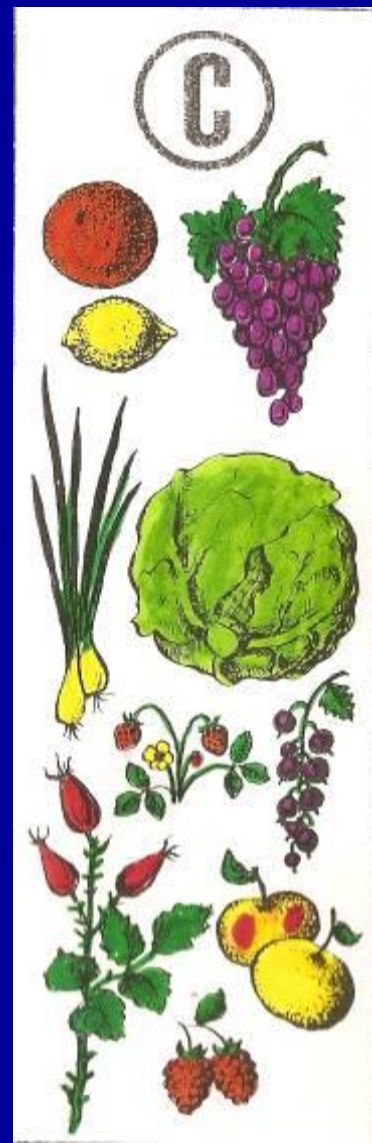
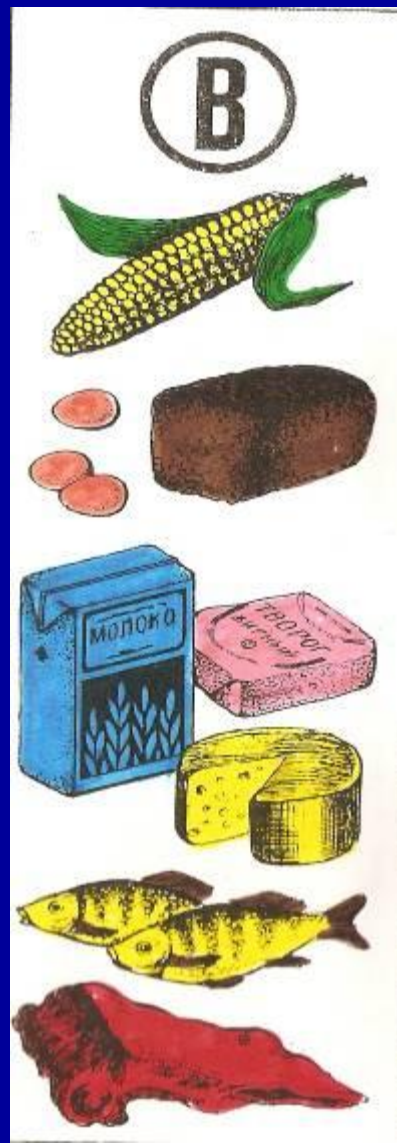
# Углеводы

Они поступают в организм человека с продуктами растительного происхождения





# Витамины



# А особенно богаты витаминами соки!

Чем больше в соке мякоти  
плода, тем в нем больше  
витаминов и других  
полезных веществ



# Целебные растения НАО



# Целебные растения НАО





# Целебные растения НАО



# Целебные растения НАО





# Целебные растения НАО



П И Щ А

Б Е Л К И

В И Т А М И Н Ы

В О Д А

Ц Е Л Е Б Н Ы Е

Ж И Р Ы

У Г Л Е В О Д Ы

Будьте  
здоровы!