

Здоровое питание

Здоровое питание- это питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие, укрепление здоровья и профилактика заболеваний.



Правильно питайся !

В жизни нам необходимо
очень много витаминов,
Всех сейчас не перечесть,
Нужно нам побольше есть
Мясо, овощи и фрукты-
Натуральные продукты,
А вот чипсы, знай всегда,
Это вредная еда.



