

Витамины в продуктах питания

Подготовила воспитатель Борисова О.В.





A



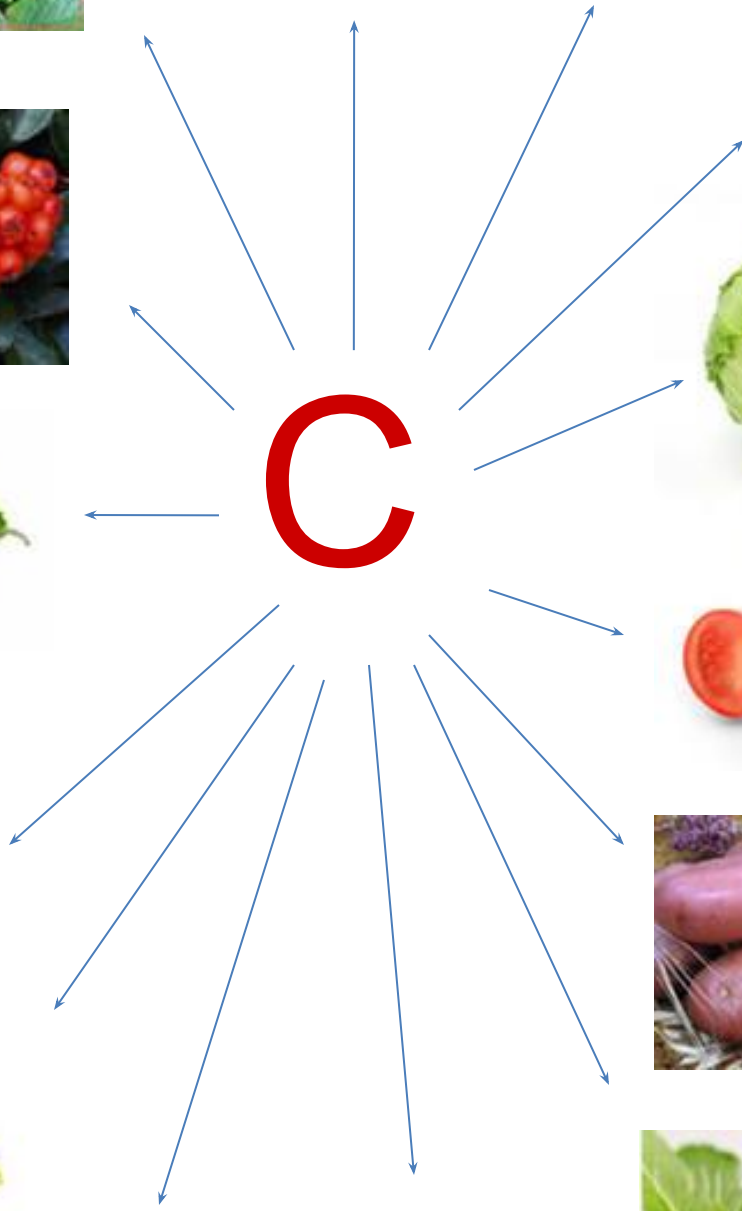


Д





C



В





В



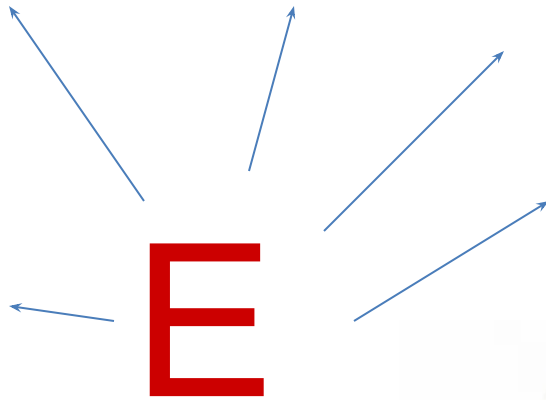
петрушка





B





Пищевая пирамида правильного питания

Жир, соль, сахар, сладости (свести к минимуму)

Молочные продукты,
йогурты, сыр
(2-3 порции)

Мясные продукты,
птица, рыба,
бобы, яйца, орехи
(2-3 порции)

Овощи
(3-5 порций)

Фрукты
(2-4 порции)

Хлеб, каши, макаронные изделия (6-11 порций)



Автор презентации

Борисова Ольга Викторовна
воспитатель д/с № 20
«Ласточка»
п.Запрудня