



Здоровое Питание





**Правильное питание - залог здоровья.
Многие болезни возникают из-за
неправильного питания.**



Здоровое питание для дошкольника

- Обязательно есть : овощи , фрукты , мясо, всё отварное, печёнку, разные крупы.

Твой рацион от Blondie.ru

У каждой из нас есть грешок, касающийся нездорового питания.
Здесь в пропорциях указано, как нужно питаться, чтобы снизить кол-во вреда, наносимого нашему здоровью.



Не правильное питание

