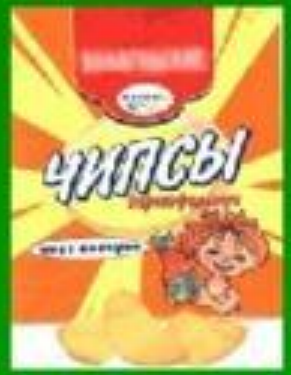
Я здоровье сберегу,
Сам себе я помогу!

«Здоровая пища»

Здоровая пища – полезная, правильная, вкусная, богатая витаминами.

Завтрак:

Обед:



Ужин:

1. Воздерживайтесь от жирной пищи.
2. Остерегайтесь очень острого и соленого
3. Сладостей тысячи, а здоровье одно