

Здоровая ТАРЕЛКА



1/2 – ОВОЩИ И ФРУКТЫ

1/4 – БЕЛКОВАЯ ПИЩА

1/4 – СЛОЖНОУГЛЕВОДНЫЙ ГАРНИР

16 октября - Международный день здорового питания



“Мы то, что мы
едим”

врач и философ
Гиппократ

