

# ***Здоровое питание – залог здоровья***



# Все хотят быть здоровыми!



**Здоровье  
человека  
зависит от  
того, как он  
питается.**

# Какую пищу вы выбираете?



# Какой вариант питания вам больше нравится?



+



=



+



=

# Стоп – продуктам!



*Опасно для жизни!*

# Неправильное питание



# Помните о режиме питания!



# Выбирать нужно пищу, богатую витаминами!





# Овощи и фрукты – полезные продукты!



# В вашем рационе должны быть обязательно эти продукты!



**В здоровой пище присутствуют:**



**Грамотно подбирай  
продукты!**

# 30 самых полезных продуктов для тела



# Советы от доктора

- Соблюдай режим питания
- Сладкие газированные напитки вредны для здоровья
- Помни - сладостей тысячи, а здоровье одно!
- Воздерживайтесь от жирной пищи
- Овощи и фрукты – полезные продукты



**Здоровое питание – путь  
к здоровой жизни!**



**Будьте здоровы!**