

Правильное питание - залог здоровья

Человеку нужно есть,
Чтобы встать и чтобы сесть,
Чтобы прыгать, кувыряться,
Песни петь, дружить смеяться,
Чтоб расти и развиваться,
И при этом не болеть.
Нужно правильно питаться,
С самых юных лет уметь.



Правильное питание способствует укреплению здоровья. Необходимо употреблять в пищу полезные продукты, богатые витаминами.