

ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Завтрак должен составлять около 25% от суточной калорийности питания для каждой возрастной категории, то есть он должен быть достаточно питательным, чтобы дети хорошо и плодотворно начинали день с запасом энергии.

Ежедневный полноценный и питательный завтрак не только повышает умственную работоспособность, но и предотвращает набор лишнего веса и связанные с ним проблемы со здоровьем, улучшает перистальтику кишечника.



**Хороший день начинается с
хорошего завтрака!**

**В расписании –еда,
завтракать пришла пора!**



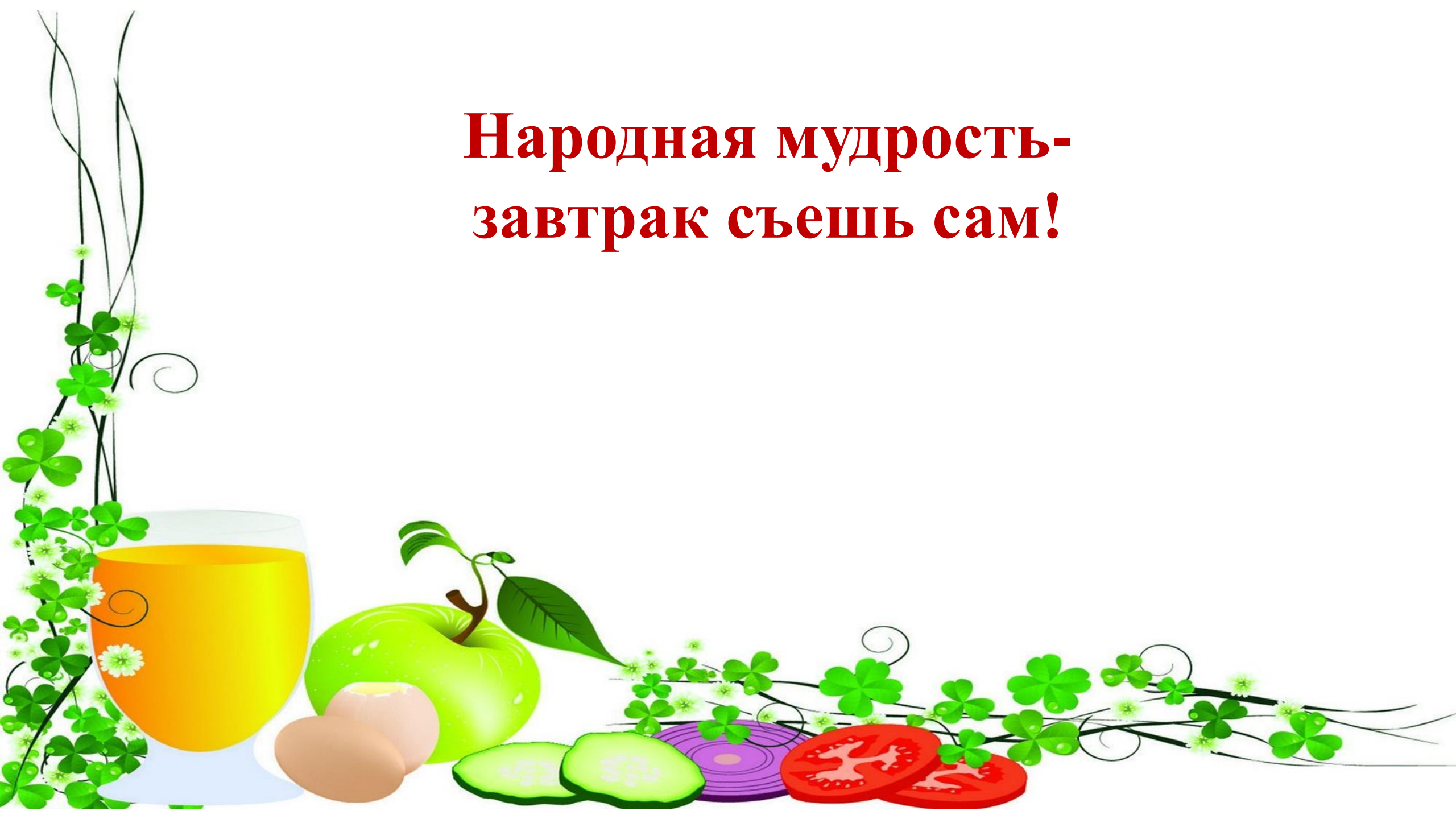
Вкусно и сытно!



Аппетитно и полезно!



**Народная мудрость-
завтрак съешь сам!**



**Чай витаминизированный
«Витошка» !**



**А вот это – бутерброд,
подлетел и сразу – в рот!**



**Этот фрукт на вкус хорош,
он лампочку похож**



**Сегодня спозаранку
Готовим запеканку!**

**Яйца с сахаром взобьем,
Творог с ними перетрем!**



**Выпекаем в формочке
До румяной корочки..**



**Нарезаем скибками,
Подаем с улыбками!**



Готовилось с любовью, способствует здоровью!

