



10 ZASAD RACJONALNEGO ŻYWIENIA MŁODZIEŻY w pigułce

1. Ryby często jadać - zdrowe serce i świetna pamięć gwarantowane.
2. Do szkoły po śniadaniu i ze śniadaniem.
3. 5 posiłków w ciągu dnia jest na szóstkę!
4. Błotnik jest COOL, więc jedz go na full!
5. Nie tylko króliki lubią marchewkę, ja też.
6. Pij mleko będziesz miał zdrowe kości i zęby!
7. Jedz wszystko, ale z umiarem.
8. Sok czy Cola? Nie dziękuję stawiam na wodę!!!
9. Więcej ruchu Panie Brzuchu!!!
10. Obiad obiadowi nie równy.

DOŁĄCZ DO SZKOŁY ZE SMAKIEM!

WEJDŹ NA WWW.JEDZSMACZNIEIZDROWO.PL