



**ПРАВИЛЬНЫЙ ЗАВТРАК  
- ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!**



# Проблема здоровья – проблема питания?



**Здоровое питание должно  
являться неотъемлемой  
частью повседневной  
жизни и способствовать  
крепкому  
физиологическому,  
психическому и  
социальному здоровью  
человека.**

# Что такое качественное питание?



Качественное питание обеспечивается путем потребления безопасных пищевых продуктов в рамках сбалансированной диеты, в результате чего полностью удовлетворяются потребности организма ребенка в питательных веществах.

# ЗАВТРАК



Ждет в  
СТОЛОВОЙ  
завтрак нас.  
Там питание  
высший класс!!





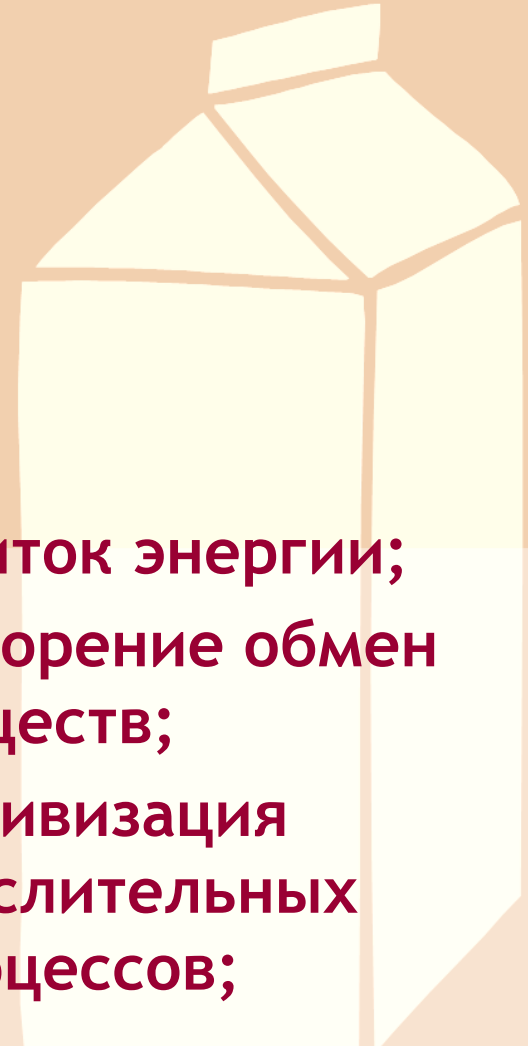
# ЗАВТРАК



Мы на завтраке сидим  
Кашу дружно мы едим,  
Знает каждый ученик -  
Ум без завтрака паник.  
Чипсы, жвачка - не еда,  
Помни это ты всегда,  
Их избежать старайся,  
Правильно питайся!



# О ПОЛЬЗЕ ЗАВТРАКА!



- ❖ Приток энергии;
- ❖ Ускорение обмен веществ;
- ❖ Активизация мыслительных процессов;
- ❖ Менее подвержены простудным заболеваниям и стрессу.

# ПОЛЕЗНЫЙ ЗАКТРАК – КАЖДЫЙ ДЕНЬ!



Под таким девизом  
работники столовой  
рекламировали  
школьный завтрак  
для учащихся  
гимназии.





# ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



Плов у нас все дети  
любят,  
С пловом - праздники  
и будни.

Королевская еда:  
И полезна и вкусна!





# ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



В столовой нашей  
повара  
Куленории мастера!  
Они готовят пищу  
нам,  
А мы кричим -  
Спасибо, Вам!

# ЗАВТРАК



## МЕНЮ:

- ❖ Гречка отварная рассыпчатая;
- ❖ Салат овощной;
- ❖ Котлета мясная;
- ❖ Чай;
- ❖ Хлеб пшеничный.



**ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ –  
ПРАВИЛЬНО ПИТАЙСЯ!**





# Школьный завтрак необходим, так как он:



- ❖ **ПОЛЕЗНЫЙ;**
- ❖ **РАЗНООБРАЗНЫЙ;**
- ❖ **РЕГУЛЯРНЫЙ.**

