

Эпиграф к мероприятию.

Мой Боже, в некий час

**Помыслил я: царь строит свой
дворец,**

Чтоб в нём жилище обрести.

Но можно ль краше храм найти,

Чем человек?..



От чего зависит наше здоровье?

Здоровый
образ
жизни





**ПОЛЕЗНОЕ
ПИТАНИЕ**

+

**ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ
ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ**

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Правильное питание— залог здоровой жизни



***Береги платъе
снову, а
здоровъе
смолоду.***

***Есть, чтобы
жить, а не жить,
чтобы есть.***

Сократ

Виды кирпичей

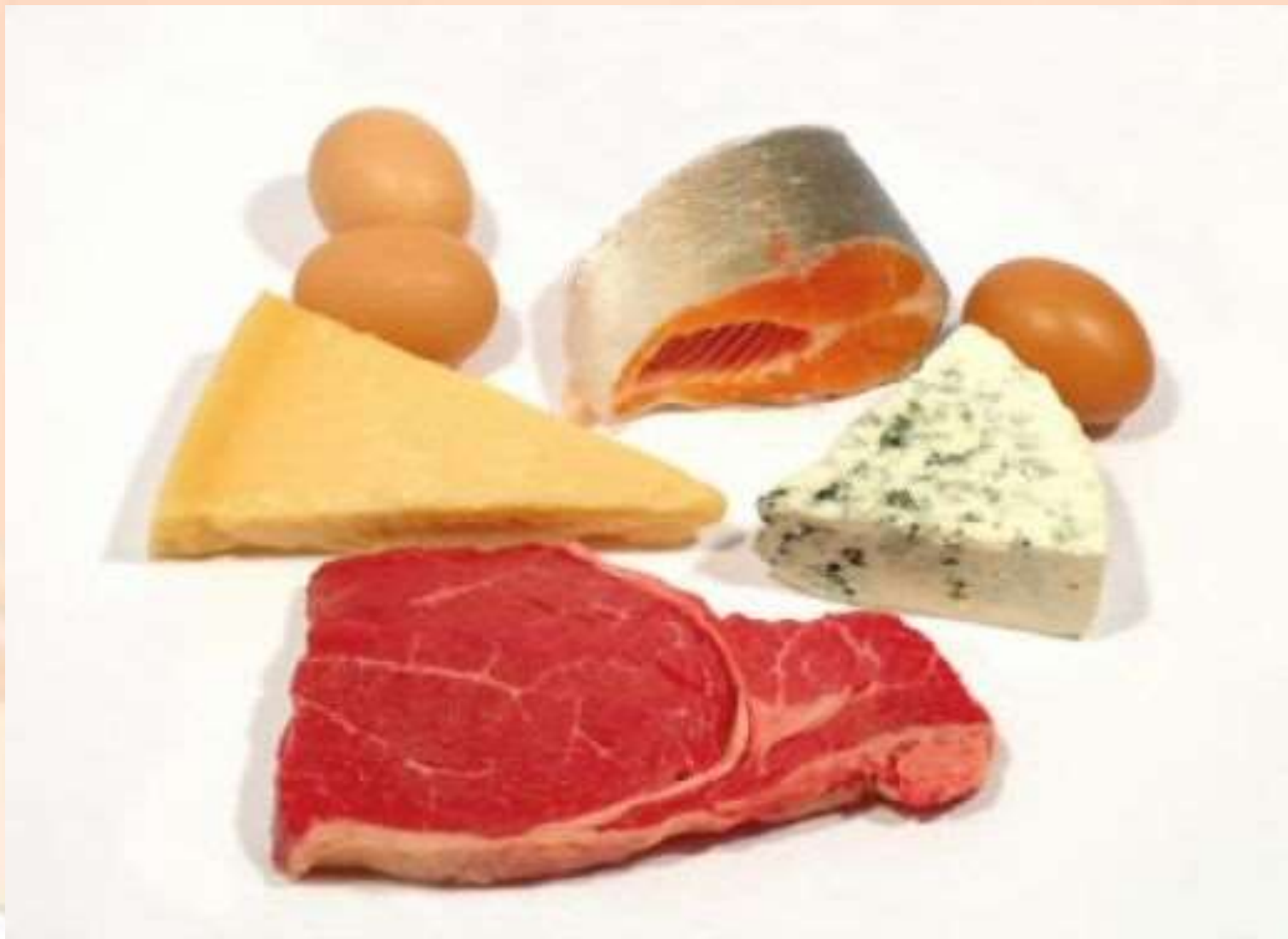
Крупные и крепкие (высокого качества)	Мелкие и фигурные (высокого качества)	Разнокалиберные, пересортица	Красивые, но не прочные
10руб.	10руб.	5руб.	3руб.



***Какие полезные вещества
необходимы человеку, чтобы он
был крепким и здоровым?***



БЕЛКИ



УГЛЕВОДЫ



ЖИРЫ



ВИТАМИНЫ



МЕНЮ

- Салат из капусты
- Салат из свеклы
- Салат «Оливье»
- Борщ
- Суп куриный с лапшой
- Уха
- Котлета с гарниром
- Чипсы картофельные
- Яблоко
- Груша
- Шашлык
- Голубцы
- Сосиски
- Сардельки
- Курица жареная
- Компот из сухофруктов
- Кисель из клюквы
- Спрайт
- Кока-кола
- Шоколадный батончик

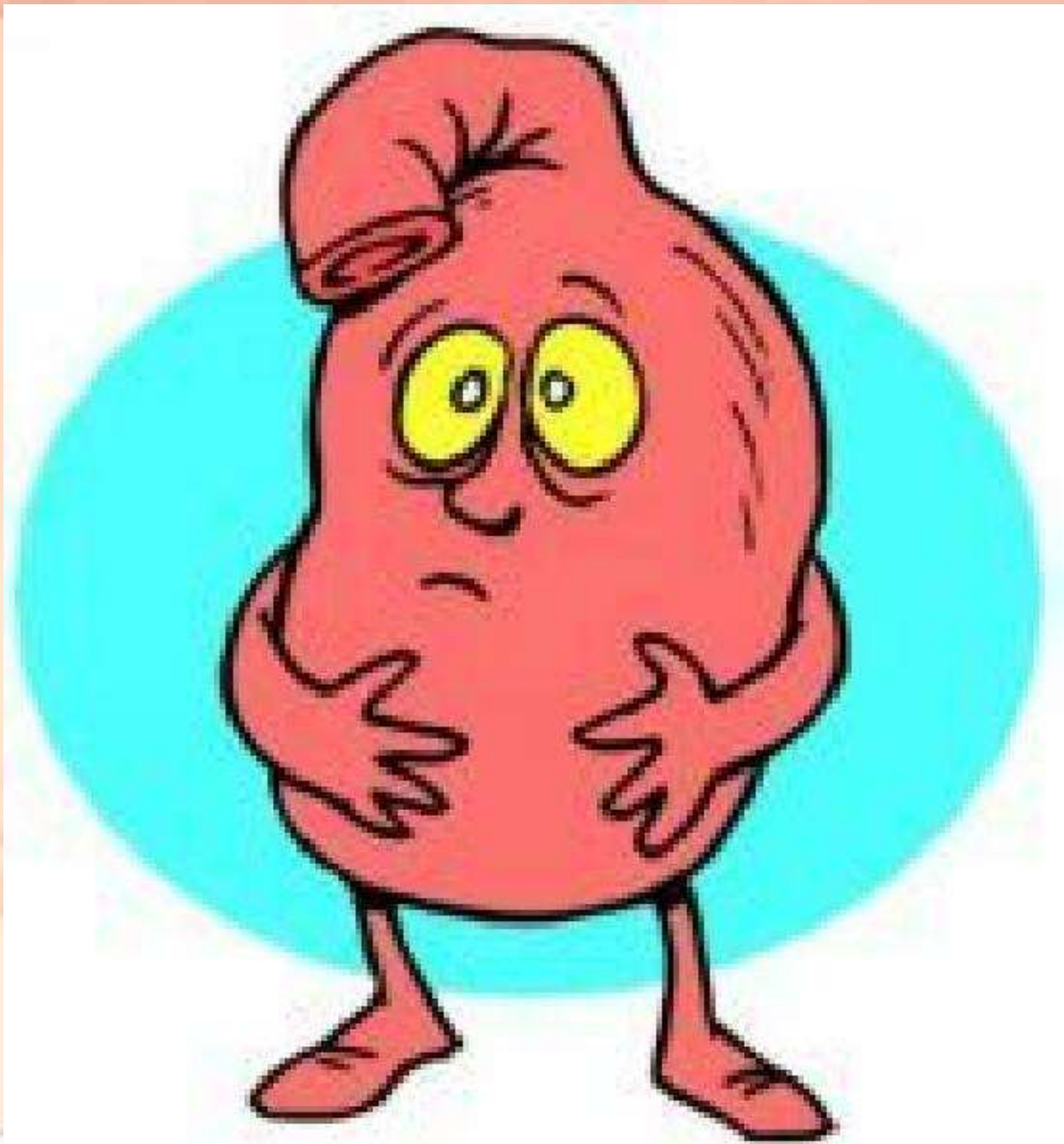
Вредные продукты питания

- Салат из капусты
- Салат из свеклы
- Салат «Оливье»
- Борщ
- Суп куриный с лапшой
- Уха
- Котлета с гарниром
- **Чипсы картофельные**
- Яблоко
- Груша
- **Шашлык**
- Голубцы
- **Сосиски**
- **Сардельки**
- Компот из сухофруктов
- Кисель из клюквы
- **Спрайт**
- **Кока-кола**
- **Шоколадный батончик**

ПЯТЁРКА САМЫХ ВРЕДНЫХ ПРОДУКТОВ:









LENNIUM MILLENNIUM

ТЕСОУВАЖЛИВІ ПРАВИЛА





E300 102

E143

E133

E124

E132

E111



Список продуктов для меню школьника

- **Салат из капусты и моркови**
- **Пирожки**
- **Жареная рыба**
- **Борщ**
- **Гречневая каша**
- **Блины**
- **Чай**
- **Молочные продукты**
- **Чипсы**
- **Винегрет**
- **Вареный картофель**
- **Отварная говядина**
- **Хлеб**
- **Курица жареная**
- **Сыр**
- **Колбаса**
- **Кисель**
- **Сардельки**
- **Фанта**



**Здоровье до того
перевешивает
все остальные блага
жизни, что поистине
здоровый нищий
счастливее больного
короля.**

Шопенгауэр









Здоровья!