

# БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!





































# Магазин









©IQmena

<http://www.liveinternet.ru/users/olora/>









































photorecept.ru





- 1 Главное не переешьте.
- 2 Ешьте в одно и то же время свежеприготовленную пищу.
- 3 Тщательно прожёвывайте пищу, не спешите глотать.
- 4 Воздерживайтесь от жирной, солёной и острой пищи.
- 5 Овощи и фрукты- полезные продукты.
- 6 Сладостей тысячи, а здоровье одно.