



Ты когда-нибудь замечал,
как после завтрака
становится легче учиться
и играть? Всё потому, что
еда — это топливо для
нашего тела!»



Режим питания

7:00 - плотный завтрак

10:00 - витаминизированный
второй завтрак

13:00 - обед

16:00 - полдник

19:00 - легкий ужин

