

**Здоровое питание – полезная привычка!
Здоровое питание – условие хорошей успеваемости!**

**Рацион питания школьников должен включать все
основные группы продуктов**

Современная модель здорового питания имеет вид пирамиды. Продукты в ней располагаются по мере убывания их потребности для организма!

**4 группа – жиры и
сладости**

5%

**3 группа – белковые
продукты**

20%

**2 группа – свежие
овощи и фрукты**

35 %

**1 группа – злаки и
картофель**

40 %

