



«Как правильно питаться»

Чтобы еда шла на пользу нашему здоровью, необходимо соблюдать определенные правила, вы с ними знакомы и я предлагаю закончить предложения:

1. Перед едой ..
2. Старайся соблюдать режим питания ..
3. Ешь не торопясь, небольшими кусочками, тщательно ...
4. Во время еды не ...



- 1. Мой руки с мылом.**
- 2. Завтрак, обед, полдник, ужин.**
- 3. Пережёвывай пищу с закрытым ртом.**
- 4. Разговаривай и не читай.**