

Правила здорового і правильного харчування

- 1. Щодня пий близько півтора літра води.**
- 2. Ретельно пережовуй їжу.**
- 3. Намагайся не зловживати сіллю.**
- 4.**

Правила здорового і правильного харчування

- 1.Щодня пий близько півтора літра води.**
- 2. Ретельно пережовуй їжу.**
- 3. Намагайся не зловживати сіллю.**
- 4.**