

ПИРАМИДА НА ИСХРАНА

ЗОШТО е важна Пирамидата на исхрана?

ЗАТОА што е таа водич за правилно
избалансиран оброк

ЗОШТО во основа на Пирамидата на исхрана
се житарките?

ЗАТОА што се тие храна која дава енергија и
треба да ја внесуваме секојдневно!

ЗОШТО „Детската пирамида на исхрана“
треба да е малку побогата со млеко и млечни
производи?

ЗАТОА што децата во овој период имаат
зголемена потреба од калциум за раст и
развој на коските!

РАМНОТЕЖА, УМЕРЕНОСТ И РАЗНОВИДНОСТ!

