

Овсяная крупа Havregryn на 100% изготовлена из цельных зерен. Кушайте на здоровье овсянку на завтрак



Обезжиренное молоко Ekstra lettmeik укрепляет костную ткань – достаточно выпивать один стакан молока во время приема пищи



Клетчатка способствует появлению чувства насыщения



Вода – это лучшее средство для утоления жажды

ПРОДУКТЫ ПОДАВАЕМЫЕ НА НАШ СТОЛ

Начинка для бутербродов, которую можно употреблять 1-2 раза в неделю



Внесите разнообразие в питание. Вы сможете привить детям вкус к различным продуктам. Не следует ждать более трех часов между приемами пищи. У маленьких детей может быть потребность в более частых приемах пищи.

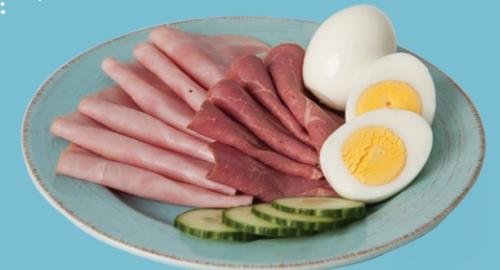
Овощи и фрукты необходимо подавать при каждом приеме пищи



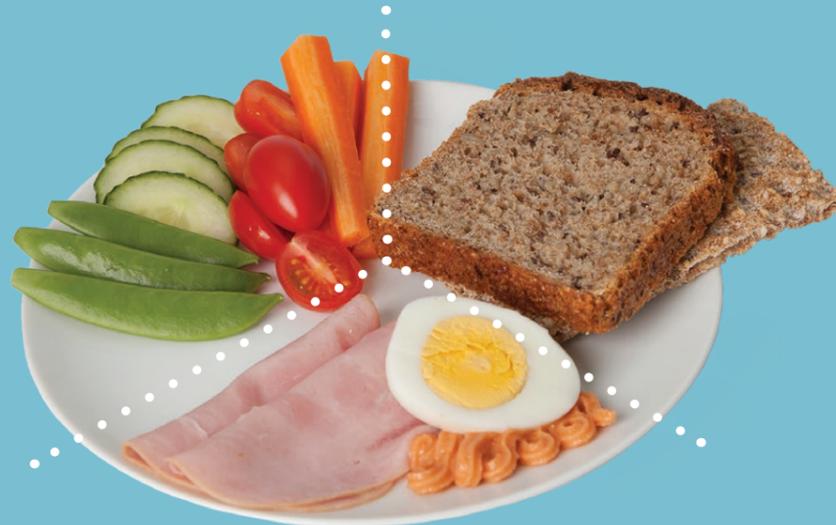
Фрукты и овощи помогают детям оставаться здоровыми – порежьте на кусочки, и тогда дети едят больше



Начинка для бутербродов из чистого мяса, рыбы или курицы содержит много полезных протеинов



Мягкий маргарин поставляет в организм полезные жиры



Начинка для бутербродов из чистого мяса, рыбы или курицы содержит много полезных протеинов

Белый сыр поставляет в организм кальций и полезные протеины



Множество полезных консервированных морепродуктов для бутербродов

Печеночный паштет – это богатый источник железа



Данная модель распределения продуктов на тарелке предлагает полезный способ питания: 1/3 овощей, фруктов 1/3 рыбы, мяса, яиц 1/3 хлеба из грубой муки, хрустящих хлебцев

Употребление рыбы способствует умственному развитию детей – не забывайте всегда иметь на обеденном столе 2 разных начинки для бутербродов из морепродуктов

Сладкая мягкая масса Sprett brunost и prim богаты железом

