

«Поваренок»

Информационная ежемесячная газета
для родителей и детей 1 марта 2017 г.

№3

Март

Уважаемы родители!



Здоровье вашего ребенка в весенний период

В зимне-весенний период организм ребенка несколько ослаблен и легко восприимчив к различным заболеваниям. Малыш испытывает недостаток в витаминах, так как их содержание в продуктах питания значительно снижено. Для обеспечения хорошего физического развития ребенка и повышения его иммунитета необходимо правильно составить детский рацион питания и увеличить количество овощей, фруктов и соков на столе, поскольку они являются богатым источником витаминов и микроэлементов.



Нужно правильно питаться,
Чтоб был крепким организм,
Чаще спортом заниматься,
Сохраняя оптимизм,
Спать спокойно, полноценно,
И на воздухе гулять,
И без лени непременно
Распорядок соблюдать!

Поздравляем



*Дорогие наши девочки, мамы,
бабушки, ... все женщины!
Поздравляем вас с
наступающим праздником!
Всего вам только самого
наилучшего в жизни!*

