

**ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ**

**МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

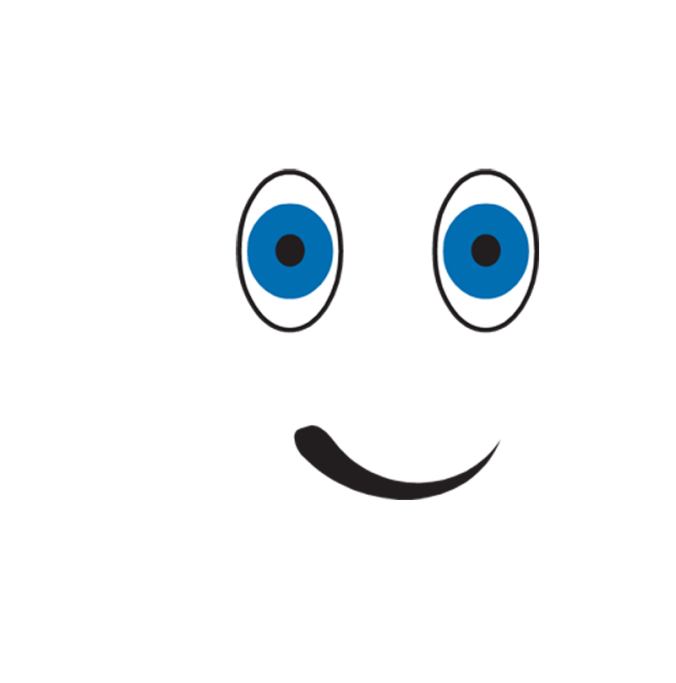
**ВОДА – ИСТОЧНИК ЖИЗНИ**





***Младшему школьнику в сутки нужно употреблять приблизительно***

***1,5 литра жидкости***



**Тело человека на 55-65% состоит из воды.**

***Потеря 10% воды организма может привести к серьёзным последствиям***

***Стекловидное тело глаз 87%***



***Кровь 90%***

***Зубная эмаль 0,2%***

***Жировая ткань 29%***

***Кости 28%***

***Мышцы 75%***

**Изготовлено по государственному заказу Министерства образования Московской области.**

**Использование материалов целиком или частично допускается только**

**с письменного разрешения заказчика по государственному контракту.**

**Все права принадлежат Министерству образования Московской области**

**ЧИСТАЯ ПИТЕВАЯ ВОДА**



**ВОДА – ЭТО ЖИЗНЬ!**



***Натуральные соки фруктов и овощей***

***Морс из ягод***



***Компот***

***Фруктовые коктейли***



***Кофейный напиток***

***Кисель***

***Зеленый чай***