

## ВОДА – ИСТОЧНИК ЖИЗНИ

*Младшему школьнику в сутки нужно употреблять приблизительно 1,5 литра жидкости*

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

*Кровь 90%*

*Жировая ткань 29%*

*Мышцы 75%*

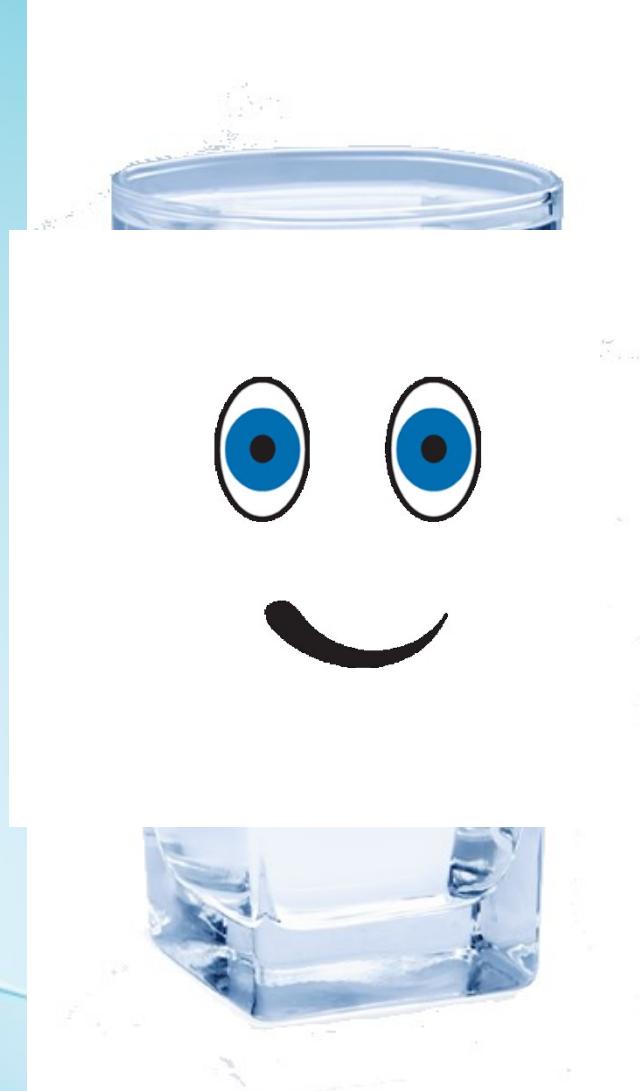
*Стекловидное тело глаз 87%*

*Зубная эмаль 0,2%*

*Кости 28%*



## ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ



**ЧИСТАЯ ПИТЬЕВАЯ ВОДА**



**Натуральные соки  
фруктов и овощей**



**Компот**

## **ВОДА – ЭТО ЖИЗНЬ!**



**Морс из ягод**



**Фруктовые коктейли**



**Кисель**



**Кофейный напиток**



**Зеленый чай**