

Ко Дню здорового питания на абонементе оформлена книжно-иллюстративная выставка

### «Азбука правильного питания».

Здоровое питание является одной из составляющих основ здорового образа жизни. Человеку давно известно, что от того, что мы едим, зависит общее состояние организма. Грамотно выбирая в свой рацион полезные продукты, мы улучшаем свое здоровье, помогаем своему организму быть более крепким и выносливым, продлеваем свою жизнь.

Издания, представленные на выставке и адресованные широкому кругу читателей, рассказывают об основах рационального питания, о способах приготовления полезной пищи, об основных принципах здорового питания и др.

