

## **07.06.2018 г. Фруктовые витамины.**

Всё наверняка знают, что фрукты являются не только вкусными, но и очень полезными для детей. Ведь фрукты богаты на клетчатку, витамины и бета-каротин. Это делает их очень важной составляющей на детском столе.

В МБДОУ «Детский сад № 14» г. Чебоксары в детском рационе часто присутствуют фрукты, такие как яблоки и груши. А твердые фрукты ещё очень полезно погрызть, они укрепляют зубы и десны. Дети с удовольствием едят такие свежие витамины. Ешьте фрукты и будьте здоровы!