



NIE TYLKO KRÓLIKI  
LUBIĄ MARCHEWKĘ,  
JA TEŻ



Zalecenia FAO/WHO:  
5 porcji warzyw i owoców  
- w ciągu dnia.



Owoce i warzywa oprócz tego, że są źródłem  
ważnych dla waszego organizmu składników odżywczych  
są bardzo smaczne i niskokaloryczne!

Źródłem jakich składników są warzywa i owoce?

DOŁĄCZ DO SZKOŁY ZE SMAKIEM!

WEJDŹ NA [WWW.JEDZSMACZNIEIZDROWO.PL](http://WWW.JEDZSMACZNIEIZDROWO.PL)