

# СКІЛЬКИ ПОТРІБНО ПИТИ МОЛОКА, ЩОБ ПОЧУВАТИСЯ ЗДОРОВИМ?

## 1 ПОРЦІЯ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ:



250 мл



200 мл



30 мл

## НЕОБХІДНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ КОЖНОЇ ВІКОВОЇ ГРУПИ:



750 МЛ

ДОРΟΣЛІ ТА ПІДЛІТКІ СТАРШІ 9 РОКІВ



600 МЛ

3-Х ДО 8-МИ РОКІВ



500 МЛ

2-Х ДО 3-Х РОКІВ