



# Горячий завтрак

**МБОУ СОШ “Школа будущего”**



**Горячий завтрак в школе:  
Здоровье и энергия для  
успешного дня**



# ЗАВТРАК

**Завтрак занимает важное место в формировании здоровых пищевых привычек. Он должен быть питательным, сбалансированным и вкусным, чтобы дети могли получить необходимую энергию для учебы.**



# Польза горячего завтрака

## Физическое здоровье:

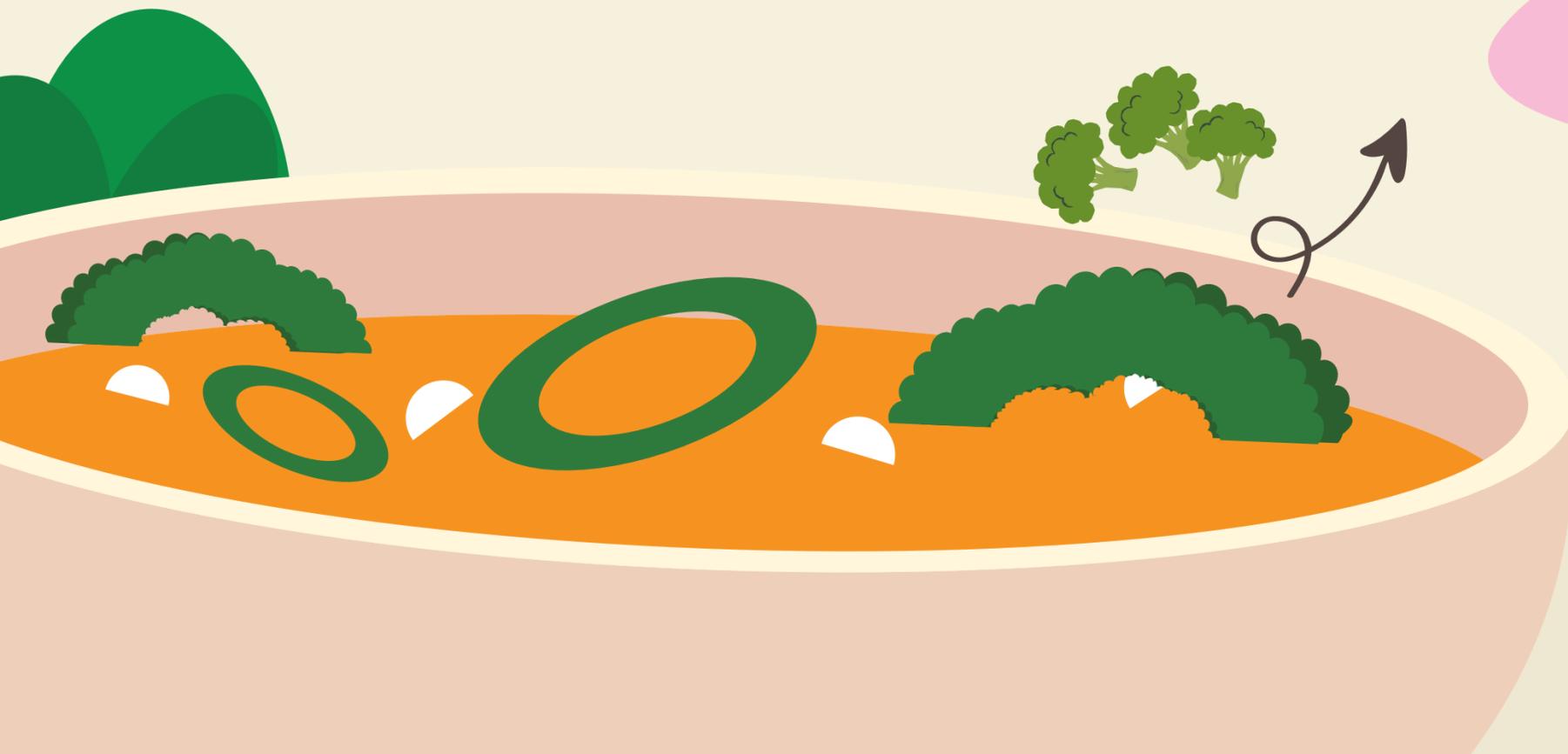
- Обеспечивает необходимые витамины и минералы.
- Поддерживает иммунную систему.

## Психологическое здоровье:

- Снижает уровень стресса.
- Увеличивает продуктивность на уроках.

# Примеры горячих завтраков

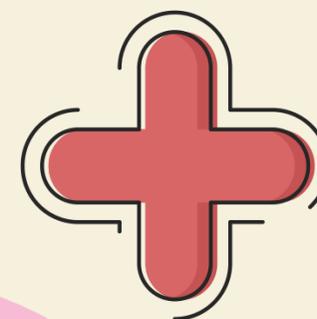
Меню наших завтраков разрабатывается с учетом всех особенностей и потребностей развивающегося организма в питательных веществах, витаминах, макро- и микронутриентах.



Омлет с сыром

Творожная запеканка

Молочные каши



Свежие овощи

Свежие фрукты



Вкусных и полезных завтраков



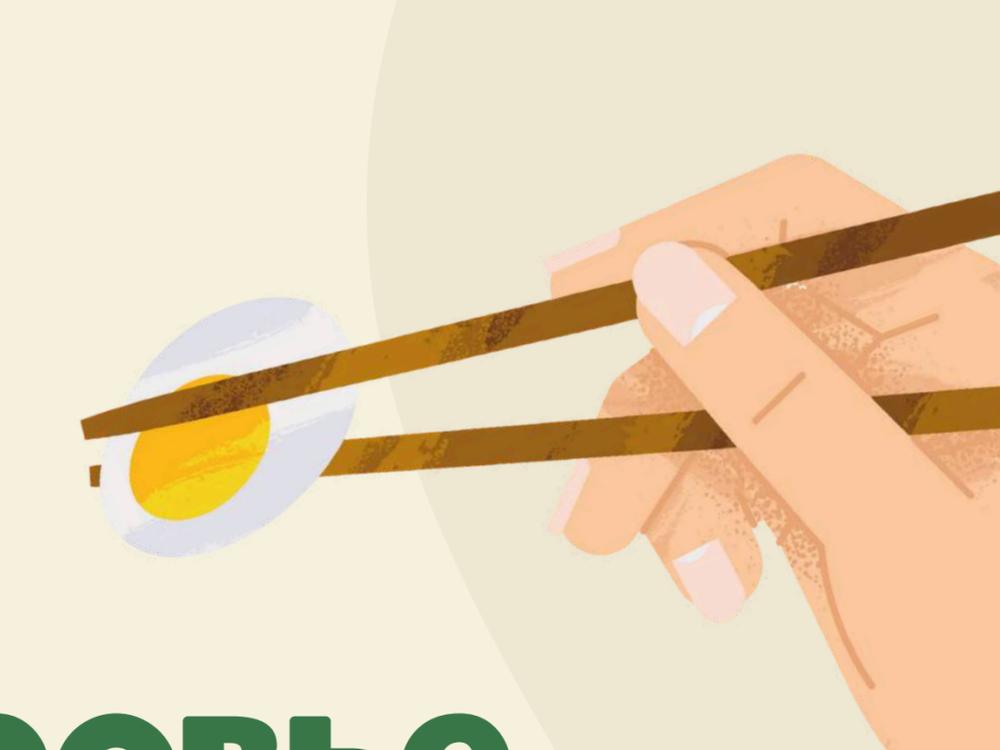
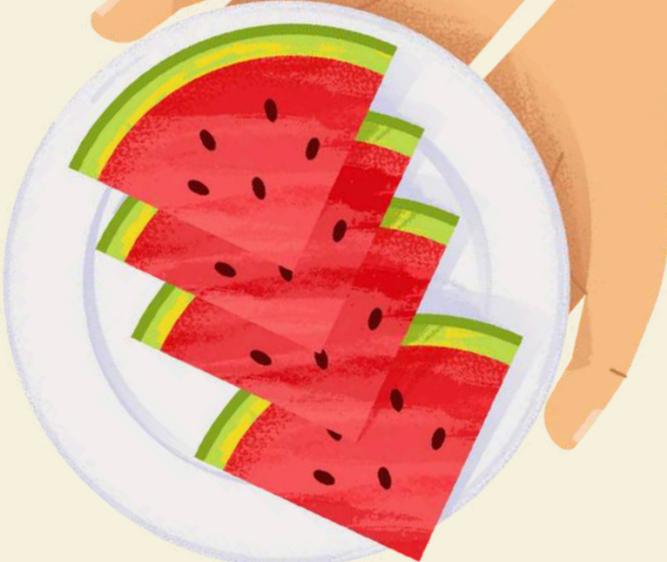


**Завтрак – это прекрасное время, чтобы пообщаться с друзьями последние новости и поделиться классным настроением на весь день!**









**Инвестируя в здоровье  
наших детей, мы  
инвестируем в их  
будущее!**



