

Задание №52

Выберите в выпадающем списке верное начало каждого предложения.

- это исключение переедания при обеспечении потребности организма в калориях в соответствии с затратами энергии.

- это удовлетворение потребностей организма в жизненно важных веществах естественного происхождения.

- предполагает равномерное потребление пищи небольшими порциями, чтобы пищеварительная система работала ритмично, без перегрузок.

- это соблюдение главного правила рационального питания по количеству и соотношению основных компонентов пищи.