

РЫБА И МОРЕПРОДУКТЫ

Суточная потребность в рыбе составляет в среднем 50г.

Рекомендуется включать блюда из рыбы в рацион ребенка 4-5 раз в неделю. Обратите внимание, что у некоторых детей рыба может вызывать аллергические реакции.



www.online-menu.ru