



**Центр общественного здоровья и медицинской профилактики МЗЧР**

**Центр общественного здоровья и медицинской профилактики МЗЧР**

**400-500г**

**в сутки**





**Овощи и фрукты**



**Соль**

**не более**

**5г**

**в сутки**