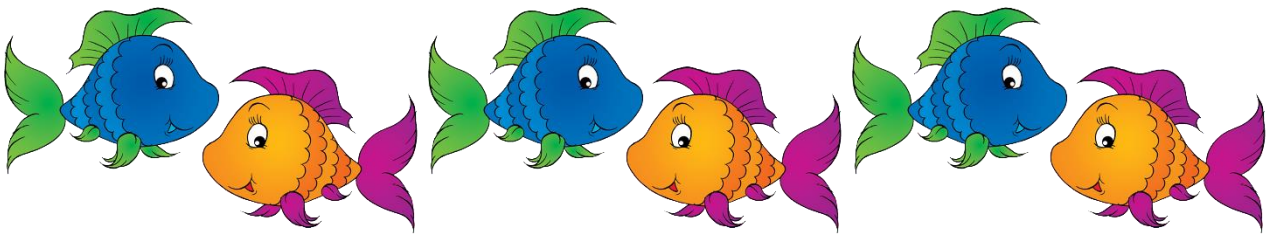
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ПЕРИОД ПОЛЯРНОЙ НОЧИ

Совсем скоро на широте Мурманска наступит полярная ночь. Чтобы помочь маленьким северянам легче пережить это время, дошкольные учреждения города присоединились к оздоровительной программе. Она включает целый комплекс мер, среди которых витаминизация.

В период подготовки организма к полярной ночи мурманские дошколята бесплатно получают полезную добавку – рыбный жир в капсулах. Витамины являются хорошим дополнением к сбалансированному рациону питания: в меню учреждения включены свежие овощи, рыба, мясо. Ребята, не имеющие противопоказаний для потребления полиненасыщенных кислот, с согласия родителей принимают разноцветные капсулы в течение месяца под строгим контролем медицинских и педагогических работников.

Польза рыбьего жира для организма общеизвестна. Высокоочищенный продукт — природный источник витаминов, полиненасыщенных жирных кислот групп Омега-3 и Омега-6, микро- и макроэлементов.