

# Ошибки питания, ведущие к возникновению болезней желудочно-кишечного тракта



1. Мы едим слишком много.
2. Мы едим слишком жирно.
3. Мы неправильно выбираем еду.
4. Мы пьем слишком много.
5. Мы едим неправильно.
6. Мы едим слишком много сладкого.
7. Мы неправильно готовим.
8. Мы слишком часто лакомимся.
9. Мы слишком мало знаем о питании.

