

Как навести порядок в холодильнике, расскажет специалист по питанию во время лекции в Чертанове

05.12.2019

Специалист по питанию, нутрициолог поможет чертановцам навести порядок в холодильниках. Заключительная лекция 2019-го года проекта «Все по полочкам» состоится в Московском культурном центре «Северное Чертаново» в субботу, 14 декабря. Афиша мероприятия опубликована в официальной [группе](#) досугового учреждения в социальной сети ВКонтакте.

Юлия Бобейка расскажет о ключевых принципах питания и поможет сделать первые шаги к здоровому рациону. На лекции участники мероприятия узнают, без каких продуктов невозможно составить свое ежедневное меню. Еда, считает специалист, не одинаково полезна. Тот или иной тип пищи выполняет разные функции.

Регистрация открыта на официальном [сайте](#) МКЦ «Северное Чертаново». Входной билет выдается бесплатно. Начало лекции в 11:00.

«Не забываем брать с собой блокноты и ручки, чтобы вся полезная информация осталась с вами навсегда», — отметили организаторы.

Адрес страницы: <http://chertanovo-severnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/8543321.html>

[Управа района Чертаново Северное города Москвы](#)