ТОП-5 сайтов здорового рациона питания!

С 2019 года по поручению Президента России Роспотребнадзор в рамках федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» и национального проекта «Демография» решает масштабную социальную задачу по продвижению здорового питания.  
  
🍅- «[Здоровое-питание.рф](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2F%C7%E4%EE%F0%EE%E2%EE%E5-%EF%E8%F2%E0%ED%E8%E5.%F0%F4&post=-55172536_55875&cc_key=)» – портал с самой актуальной информацией по вопросам здорового питания, проверенной научными экспертами:  
  
🥕- «Школа здорового питания»– бесплатные видеоуроки, созданных под редакцией экспертов Роспотребнадзора и ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии».  
  
🥘- «Книга рецептов – готовим вместе» – современная онлайн-версия «Книги о вкусной и здоровой пище», включает несколько сотен полезных и доступных рецептов, а также мастер-классы от известных шеф-поваров;  
  
🍱- «Карта питания России» - раздел, представляющий информацию о том, как питаются в разных регионах нашей в страны;  
  
🍛- «4 сезона – тарелка здорового человека» – уникальная многофункциональная платформа, где каждый может бесплатно подобрать индивидуальную программу питания, тренировку и задать вопросы эксперту.  
  
🏅В 2021 году проект «Здоровое питание» был награжден национальной Премией Рунета-2021 в номинации «Здоровье и медицина» – старейшей и самой престижной наградой российской интернет-отрасли.