Анимированные картинки:

1. «Полезные (правильные) жиры»- <https://youtu.be/_uUvoIa5SLA> (13 секунд);
2. «5 порций в день»- <https://youtu.be/YXBIshvRM0o> (14 секунд);
3. «Сахар в меру»- <https://youtu.be/hvs-dcYAEaY> (14 секунд);
4. «Меньше соли»- <https://youtu.be/ZDhcVchMY_c> (14 секунд;)
5. «Меньше трансжиров»- <https://youtu.be/O5s7vJBeapI> (14 секунд);

Видеоролики:

1. «Витаминка» - <https://youtu.be/fGZ652Iyq1c> (1 минута);
2. «Белок» - <https://youtu.be/P8KmQBb2tWc> (1 минута 4 секунды);
3. «Вода»- <https://youtu.be/SxuSheXlNLM> (1минута 36 секунд);
4. «Жирок» - <https://youtu.be/q2NW2HuX2P8> (1минута 24 секунды);
5. «Сахарок» -<https://youtu.be/vwl7YU_LfYw> (53 секунды);
6. «Светофор» - <https://youtu.be/UtqT1ePAYk0> (1минута 59 секунд);
7. «Урок здоровья» - <https://youtu.be/IMueM-cRk-c> (4 минуты 46 секунд);
8. «Цифры здоровья» - <https://youtu.be/qbijpLuH4S4> (2 минуты 2 секунды).

- видеоролики уроки о здоровом питании [https://школа.здоровое-питание.рф/vanya-i-gosha/](https://xn--80atdl2c.xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/vanya-i-gosha/)

- статья о формуле: <https://xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/healthy-nutrition/5-shagov-k-soblyudeniyu-formuly-zdorovogo-pitaniya-1-1-4/>