



# MLÉKO v evropských školách



Naše škola poskytuje svým žákům/studentům mléčné výrobky podporované Evropskou unií v rámci programu Mléko pro evropské školy

## PROČ POTŘEBUJÍ MLÉKO ZEJMÉNA DĚTI?

Mléko a mléčné výrobky hrají důležitou roli ve výživě dětského organismu, především jako zdroj vápníku. Vápník zajišťuje zdravý vývoj kostí a skeletu. Tvorba kostní hmoty probíhá zejména během dětství a dospívání. Proto je velmi důležité, aby byl vápník podáván v dostatečném množství zejména dětem. Doporučená dávka vápníku činí podle věku dítěte 800 - 1 200 mg/den.

