

## Считаем калории

Акция «Топ-5 лучших бесплатных приложений для подсчета калорий» состоялась 12 апреля для сотрудников Дома ребенка. Мероприятие было проведено в рамках «Недели подсчета калорий».

Медицинская сестра диетическая Ирина Егорова проинформировала участников о пяти наиболее популярных мобильных приложениях для подсчета калорий. Специалист отметила их положительные стороны, отразила недочеты. Участники акции смогли в ходе занятия после установки приложения узнать о калорийности рациона и здоровом питании.

«Подсчет калорий необходим для организации правильного питания с целью контроля массы тела и профилактики ожирения», - прокомментировала Ирина Сергеевна.

# ТОП-5 Лучших приложений для подсчёта калорий в 2023



