

# ЧЕМ ПОЛЕЗНЫ ПЕРЕПЕЛИНЫЕ ЯЙЦА?

Перепелиные яйца используют для диетического питания детей и взрослых. Перепелиные яйца не только не вызывают аллергической реакции, но и способны её предотвращать. В них много ценных микроэлементов и витаминов. Наличие фосфора позволяет заменять этими яйцами рыбу, что очень важно для детей-аллергиков, которые не могут её есть. Давайте ребёнку 2-3 перепелиных яйца вместо одного куриного - польза будет гораздо больше.