



- For me food – is a pleasant source of energy.
  - To my mind healthy food should be quite simple.
  - My daily meals consist of the same dishes every day.
- 
- Для меня еда – это приятный источник энергии. На мой взгляд, здоровая пища должна быть достаточно простой. Мой ежедневный рацион состоит из одних и тех же блюд каждый день.



- So in the morning I usually have some cheese, then I have tea.
- I prefer to have tea with bitter chocolate or home-made jams.
- Так что утром я обычно ем немного сыра, а потом пью чай. Я предпочитаю чай с горьким шоколадом или домашним вареньем.



- At dinner I have vegetable soup, a salad and fried fish.
- I do not have desserts, but only tea with lemon. For supper I have just a salad and then I eat fruit.
- На обед - овощной суп, салат и жареная рыба. У меня нет десертов, а только чай с лимоном. На ужин я ем только салат, а затем - фрукты.



# Test

Actually people think that the simpler food is, the better is its taste.

What is the best food to eat?

- На самом деле люди думают, что чем проще еда, тем она вкуснее.
- Какую еду лучше всего есть?
- Ответ: Healthy food should be the best: vegetable soup, a salad and fried fish. Здоровая пища должна быть лучшей: овощной суп, салат и жареная рыба.

A magnifying glass is positioned over a yellow sticky note on a light blue background. The note contains the text 'Thank you For your Attention' written in a cursive font. A black pen is visible in the bottom right corner of the frame.

*Thank you  
For your  
Attention*