

# ЗМІСТ

Вступ .....	13
1. Яке воно – здорове харчування? .....	15
2. Увага на батьків .....	21
3. Починаємо кар'єру гурмана .....	31
4. Їмо не вдома .....	49
5. «Шкідлива» смакота .....	57
6. Робота над помилками .....	65
7. Якщо вона все-таки не їсть .....	75
Про авторку .....	83