

| | |
|--|---|
| | Некоторые говорят, что фаст-фуд не опасен, тогда как другие говорят, что лучшее его не есть совсем . |
| | Я думаю, что фаст-фуд не очень плох для здоровья, если есть его нечасто. |
| | Прежде всего, я верю, что если у человека есть выбор между голодом или едой фаст-фуда, ему следует выбрать еду фаст-фуда. |
| | Так как голодать опаснее, чем есть еду низкого качества. |
| | Во-вторых , не всякий фаст-фуд опасен. |
| | Вы всегда можете найти что-то вроде салатов или других вещей, которые не жаренные или слишком перченые. |
| | Также , вы можете посещать фаст-фуд-кафе, в которых не используются вещи, которые считаются вредными , вроде майонеза, пальмового масла или Е-консервантов. |
| | Другие говорят , что если вы едите фаст-фуд, вы закончите в больнице. |
| | Следует посмотреть фильм «Превзойди меня», в котором человек жил и питался в МакДональдсе 30 дней и как его здоровье ухудшалось с каждым днем. |
| | Ну, на мой взгляд , нам всегда нужно помнить, что всякая вещь в этом мире имеет свою цель. |
| | Фаст-фуд – не предназначен для ежедневной еды. Если вы идите его раз в месяц, ничего плохого не случится. |
| | Но если вы едите его три раз в день, вы можешь быстро испортить свое здоровье. |
| | В заключение , я хотел бы сказать, что нужно найти равновесие между практичностью и заботой о своем здоровье. |
| | Мы должны пытаться есть здоровую пищу насколько это возможно, потому что это защищает наше здоровье. |
| | С другой стороны , бывают такие ситуации, где мы в самом деле не можем достать совершенно здоровую пищу. |
| | Итак , я предпочитаю быть гибким и находить (некоторые) хорошие вещи в плохих ситуациях путем выбора наиболее безопасных блюд. |