



Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение гимназия №1
города Кузнецка

Весёлый урок о том, что вкусно и полезно

Прошкина София, 2 «А» класс
Классный руководитель: Мухина И. В.



Мой любимый
литературный герой
Доктор Айболит
расскажет нам, что
вкусно и полезно





Здравствуйте, ребята!
Я со своими
помощниками хочу
поговорить с вами о
здоровом питании.



Соки свежие полезны,
Пейте, дети, соки,
И тогда как персики
Станут ваши щеки.





Апельсины, мандарины,
И, конечно же, лимон –
Чемпионы витаминов,
Даже «С» в них
миллион!





Ешьте фрукты, овощи,
Ягоды почаще,
И тогда без сахара
Жить вам будет слаще!





Как капуста выступала,
Витаминами хвалясь.
А когда на стол попала –
Съели всю не торопясь.





А картошка-голова
Во главе стоит угла.
Питательная, вкусная
У повара искусного.





Рыбу парьте, запекайте,
И в еду употребляйте.
Рыба фосфором богата –
Поделиться будет рада.





**Мясо курицы, индейки
На обед полезно есть.
В них есть кальций, и железо
Всех достоинств и не счесть!**





Молоко полезно детям,
Да и творог не во вред.
Если есть продукты эти,
Будешь сильным, как
атлет!





Как на завтрак мы
овсянку
Стали кушать по утрам,
Так и стали здоровее,
И того ж желаем вам!

