

**«Здоровье –  
единственная  
драгоценность»**





**здоровье**



# В магазин за покупками



**Е 102, Е 124 – вызывают приступы астмы.**

**Е 110 - вызывают аллергию, тошноту.**



**СОСТАВ:** сахар, патока, регуляторы кислотности (лимонная и молочная кислоты), сок яблочный, ароматизаторы натуральные (лайм) и идентичные натуральным (магностин, ананас, черимойя, манго), красители (Е102, Е110, Е124, Е132, Е 142).

— — —

# Е 338 – повышает уровень холестерина



СОСТАВ: очищенная питьевая вода, сахар, двуокись углерода, краситель (Е 150а), регулятор кислотности (Е 338), кофеин, натуральный ароматизатор «Пепси», натуральные экстракты.

# Молоко питьевое «Большая кружка»



**СОСТАВ:** Цельное молоко,  
обезжиренное молоко.

# Сметана.

## Массовая доля жира 20 %



СОСТАВ: Сливки, закваска, приготовленная на чистых культурах, молочнокислые бактерии.



# Е 171 – могут привести к заболеваниям печени и почек.



СОСТАВ: сахар, глюкозный сироп, вода, растительный жир, лимонная кислота, загустители (декстрины Е 1400, модифицированный крахмал Е 1422), натуральные и идентичные натуральным ароматизаторы, красители (Е160е, Е120, Е171, Е132, Е133), растительное масло, регулятор кислотности Е 331, глазирователи Е 309, аскорбиновая кислота.

**Е 110 – аллергические реакции,  
тошноту.**

**Е 104 – вызывает кожные  
заболевания .**

**Е 124 – провоцирует приступы астмы.**



йогуртовая культура, сироп  
сахарозы, сахарный сироп,  
загуститель Е 1442, ароматизатор  
идентичный натуральному ваниль,  
регулятор кислотности лимонная  
кислота, красители (Е 104, Е 110,  
Е 122, Е 124, Е 131, Е 132)

---

---

---

# Драже изюм в шоколадной глазури



**СОСТАВ:** сахар, изюм,  
шоколадная глазурь ваниль,  
какао-порошок, патока.

# Нектар апельсиновый. Фруктовый сад.



СОСТАВ: апельсиновый сок,  
сахар, регулятор кислотности  
– лимонная кислота, вода.

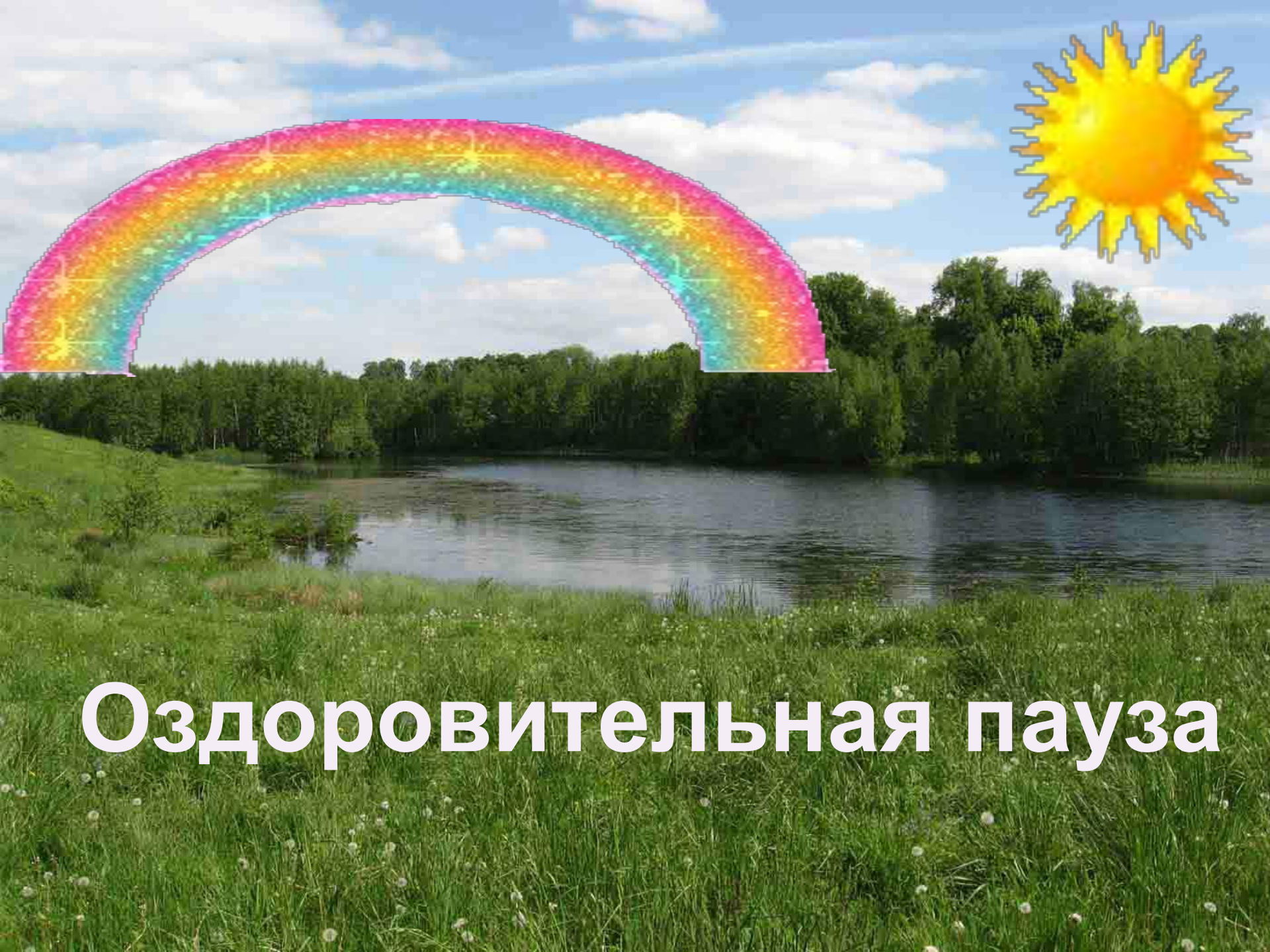
Изготовлен из  
концентрированного сока.

# В магазин за покупками



# Экспертное заключение





**Оздоровительная пауза**





# Гигиени — богиня здоровья в греческой мифологии

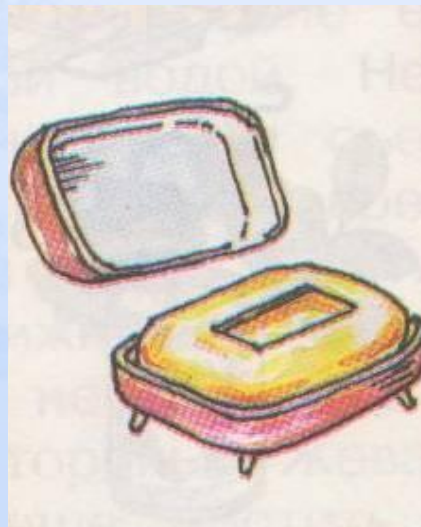
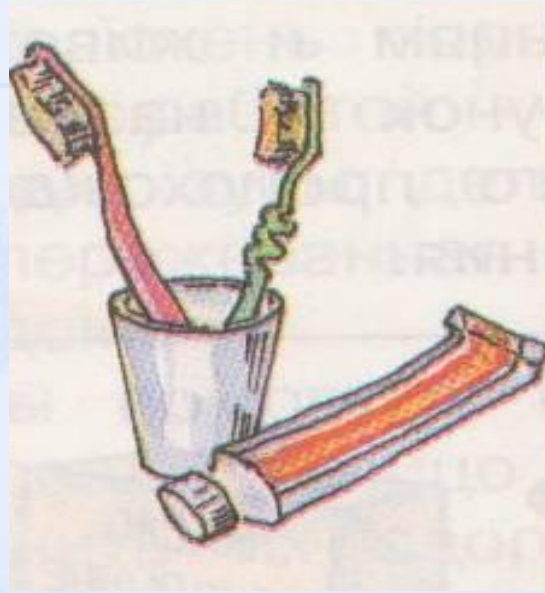
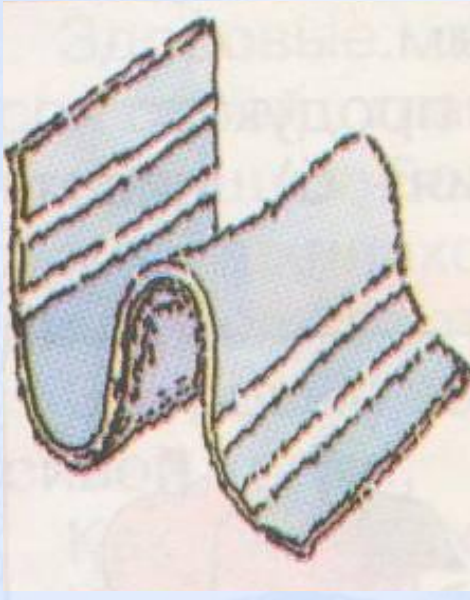


Гигиена берет своё начало с очень древних времён. Впервые на гигиенические проблемы обратил внимание основоположник научной медицины греческий врач Гиппократ (460-377 г. до н.э.). Наука, которая занимается изучением гигиенических норм, требований и правил называется гигиеной. Её название происходит от имени богини Гигиени.

# Закончи правила:

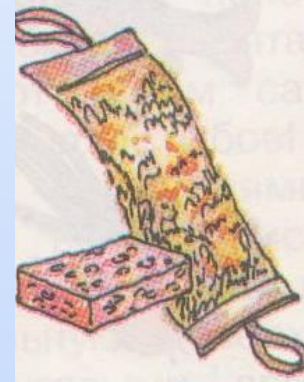
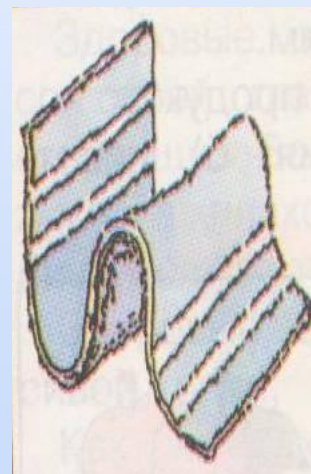
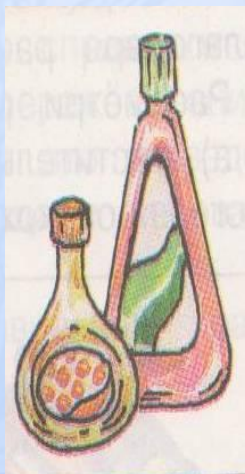
1. Чистить зубы надо два раза в день... **утром и вечером.**
2. Перед едой нужно обязательно... **мыть руки.**
3. Во время еды нельзя... **разговаривать.**
4. Никогда не ешь немытые... **фрукты и овощи.**
5. Свет при письме должен падать... **слева.**

# Предметы личной гигиены



*личные предметы  
гигиены*

*общие предметы  
гигиены*



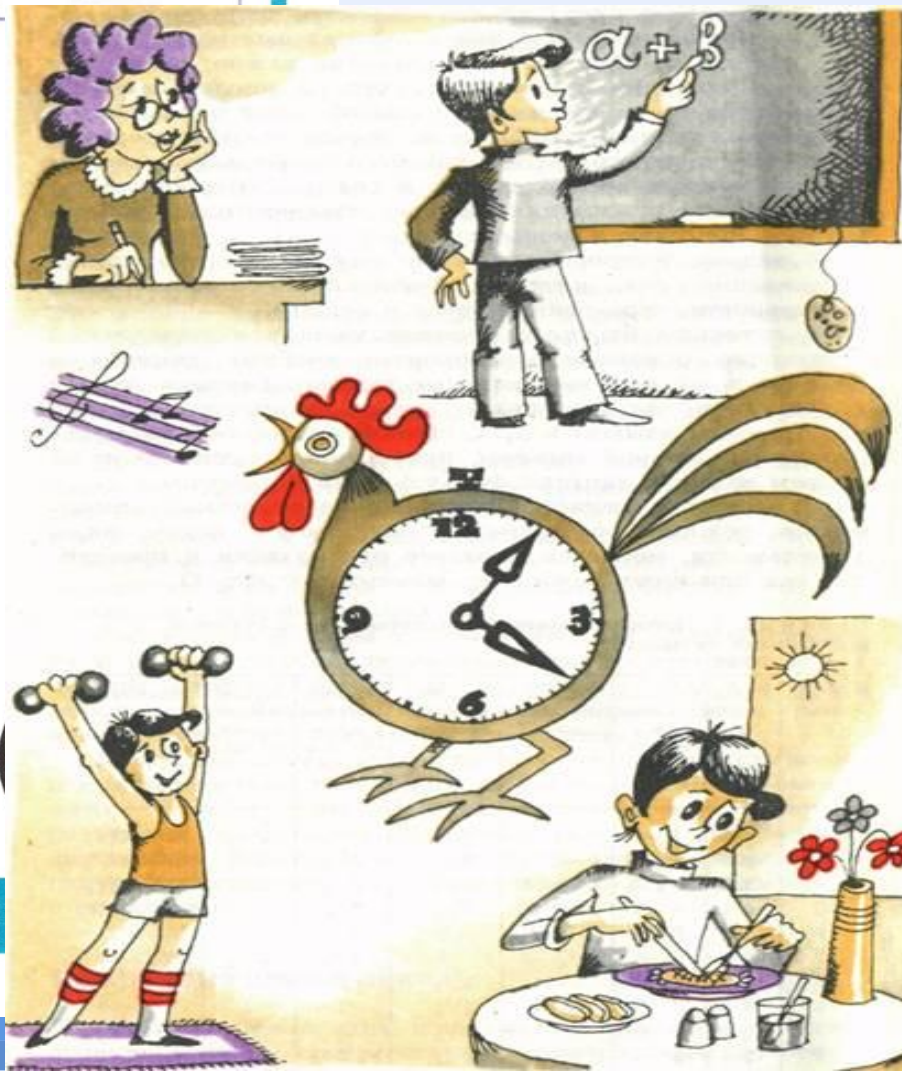
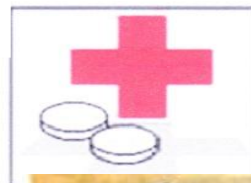
# Рецепт здоровья

1. Правильно питаться.

2. Соблюдать правила  
личной гигиены.

3. Выполнять  
режим дня.

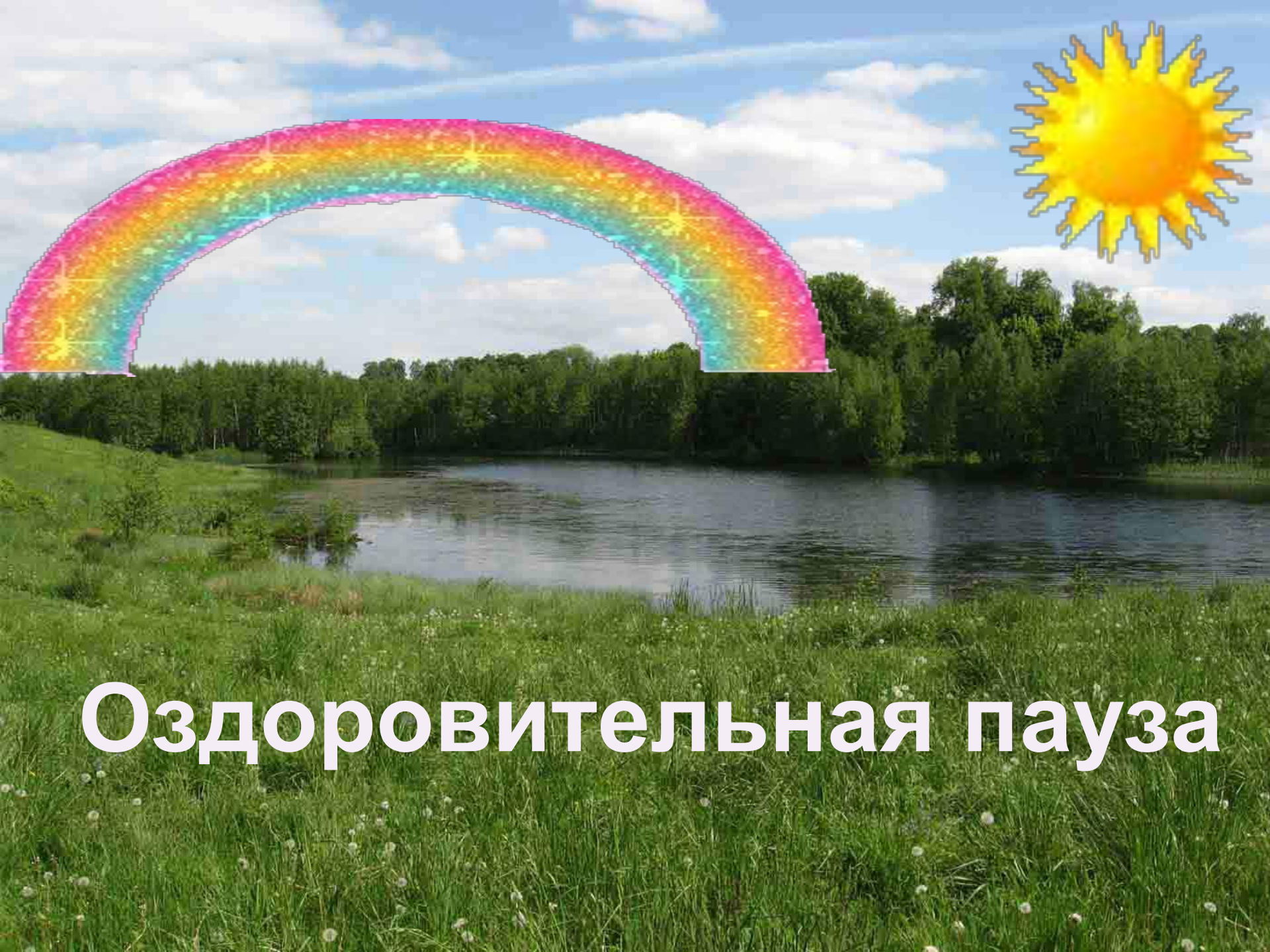
*Будьте здоровы!*



# Домашнее задание

Выполнить творческое  
задание на тему:

«Режим дня школьника».



**Оздоровительная пауза**