

**«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 E 1400, модифицированный крахмал E 1422), натуральные и идентичные натуральным ароматизаторы, красители (E160e, E120, E171, E132, E133), растительное масло, регулятор кислотности E 331, глазирователи E 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.

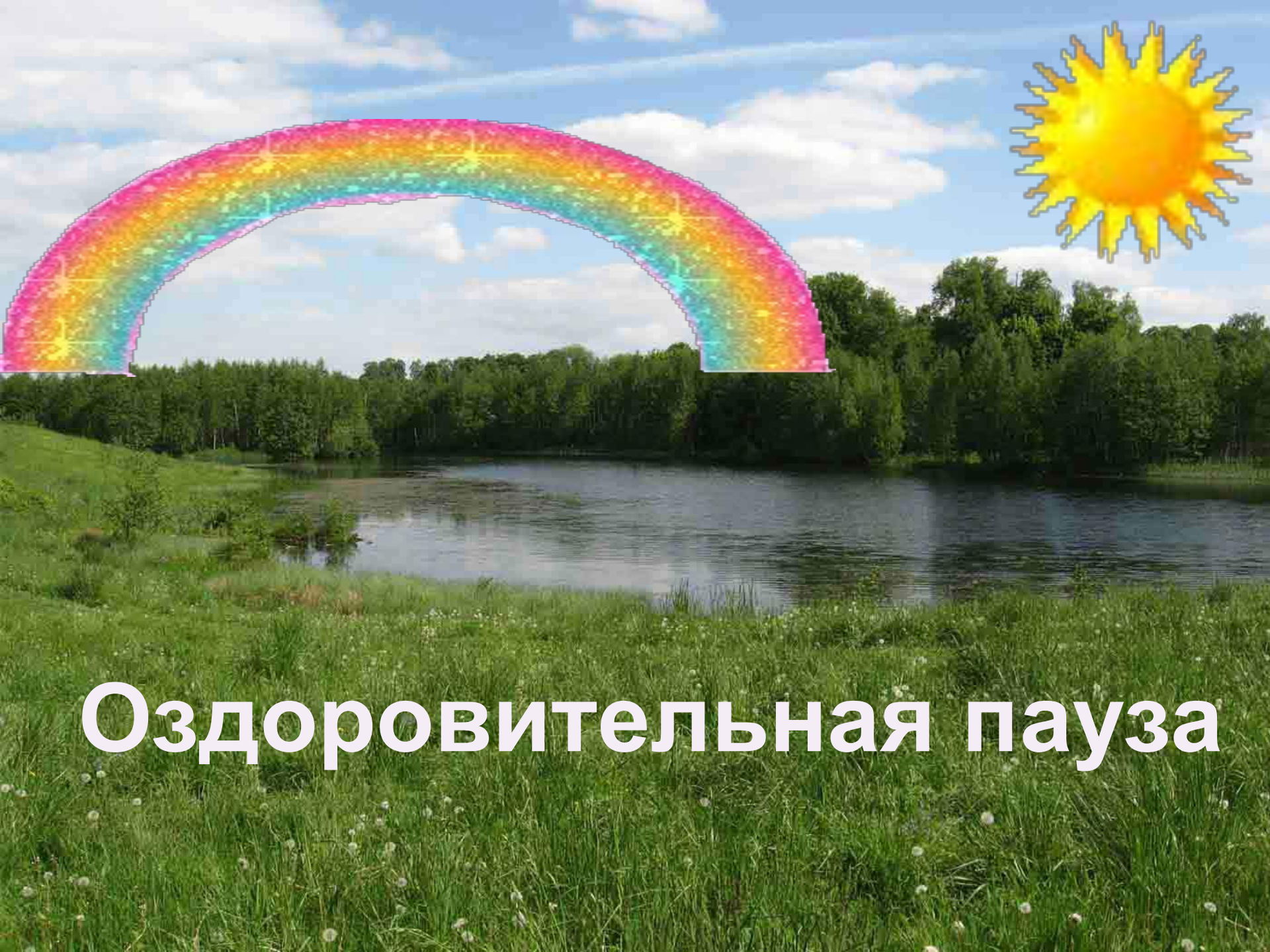
Изготовлен из
концентрированного сока.

В магазин за покупками



Экспертное заключение





Оздоровительная пауза



Гигиени — богиня здоровья в греческой мифологии

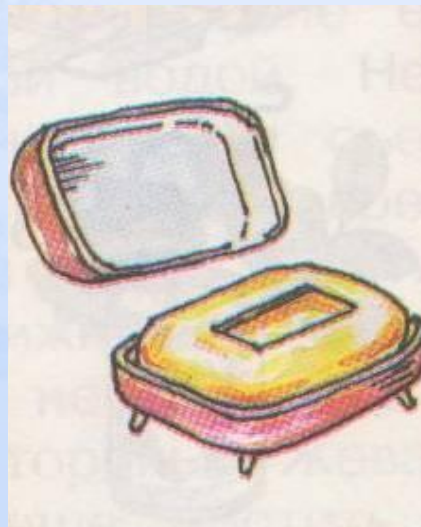
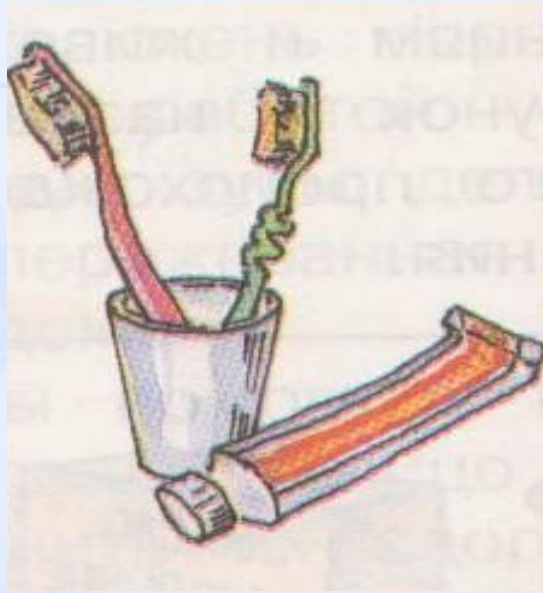
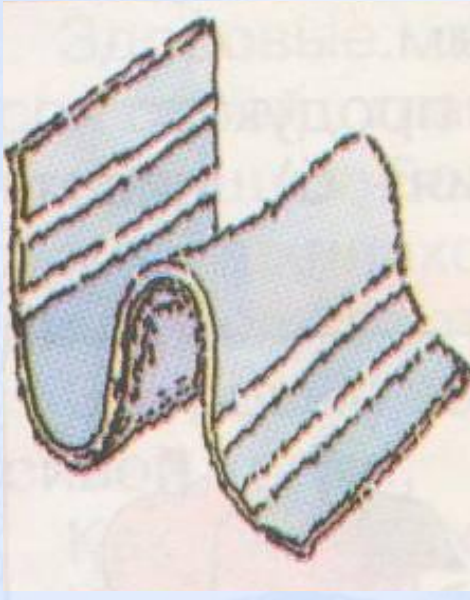


Гигиена берет своё начало с очень древних времён. Впервые на гигиенические проблемы обратил внимание основоположник научной медицины греческий врач Гиппократ (460-377 г. до н.э.). Наука, которая занимается изучением гигиенических норм, требований и правил называется гигиеной. Её название происходит от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

Закончи правила:

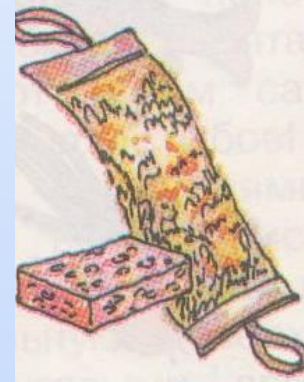
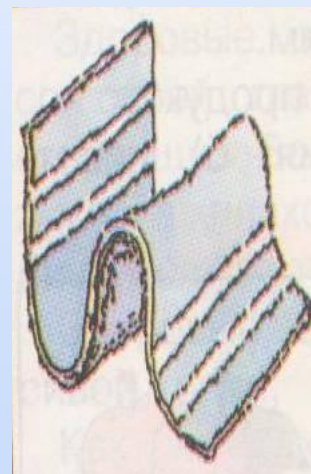
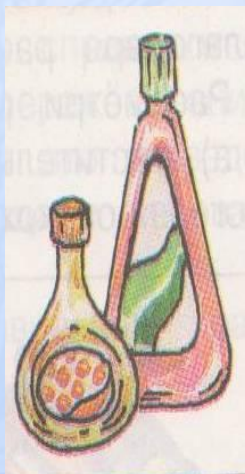
1. Чистить зубы надо два раза в день... **утром и вечером.**
2. Перед едой нужно обязательно... **мыть руки.**
3. Во время еды нельзя... **разговаривать.**
4. Никогда не ешь немытые... **фрукты и овощи.**
5. Свет при письме должен падать... **слева.**

Предметы личной гигиены



*личные предметы
гигиены*

*общие предметы
гигиены*



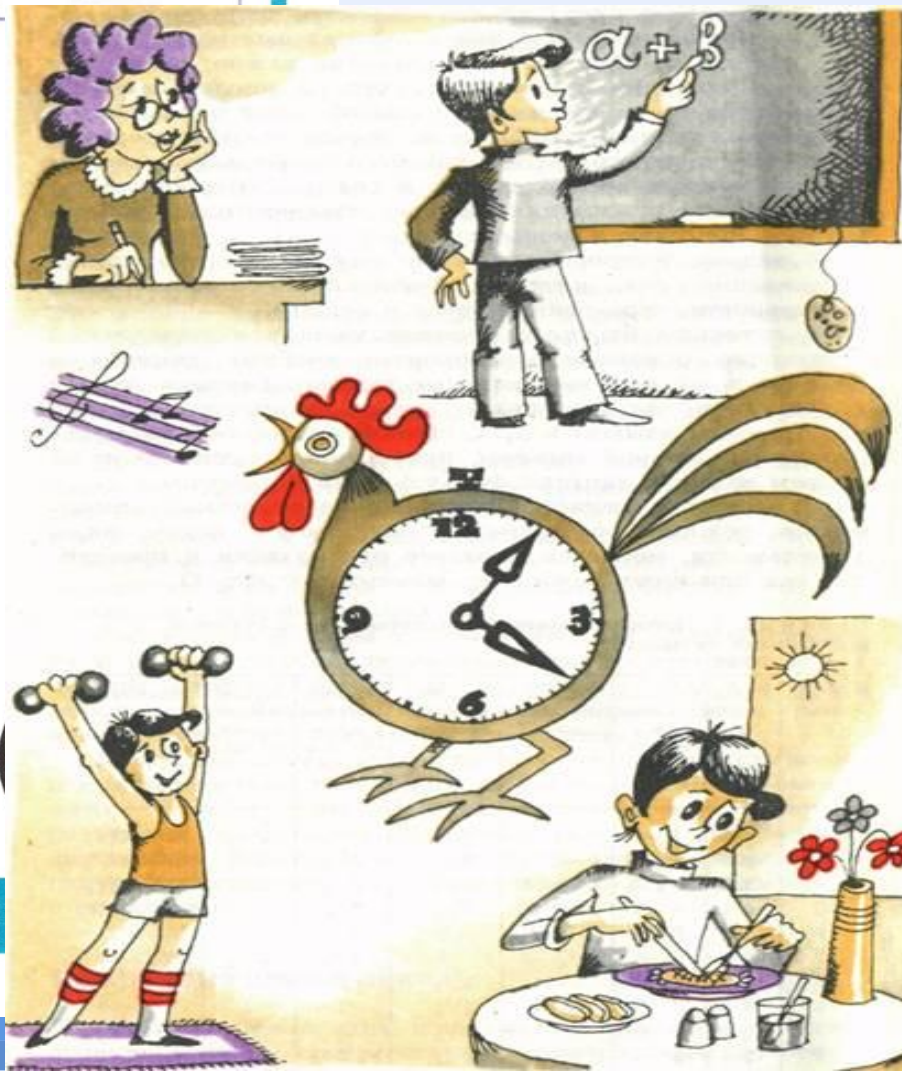
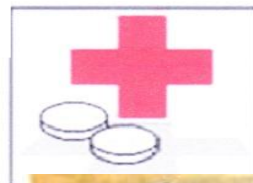
Рецепт здоровья

1. Правильно питаться.

2. Соблюдать правила
личной гигиены.

3. Выполнять
режим дня.

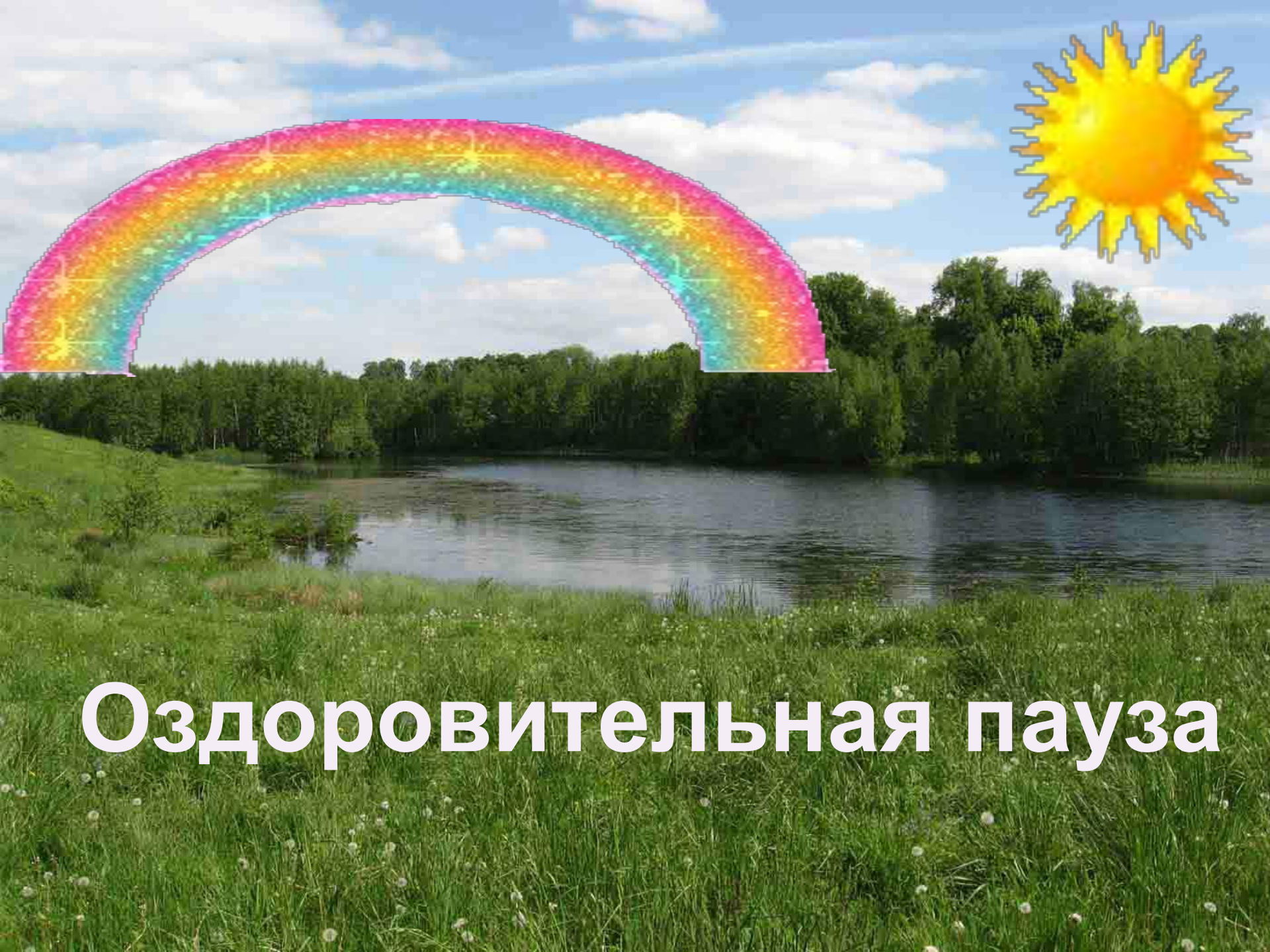
Будьте здоровы!



Домашнее задание

Выполнить творческое
задание на тему:

«Режим дня школьника».



Оздоровительная пауза