

Что за скрип? Что за хруст?  
Это что ещё за куст?  
Как же быть без хруста,  
Если я ...



Отгадать легко и быстро:  
Мягкий, пышный и душистый,  
Он и чёрный, он и белый,  
А бывает подгорелый.



Что за белая водица  
С фермы к нам в бидонах мчится?  
Мы ответ нашли легко —  
Это просто...



С виду он как рыжий мяч,  
Только вот не мчится вскачь.  
В нём полезный витамин -  
Это спелый ...



**Тема занятия -**

Правильное питание

# Какие вещества содержат продукты?

**Белки –**

**вещества, которые помогают  
расти и развиваться  
организму.**





# Какие вещества содержат продукты?

**Жиры –**

вещества, которые помогают защищать организм.



# Какие вещества содержат продукты?

**Углеводы —**

**вещества, которые дают организму энергию, чтобы двигаться, хорошо думать.**





Белки  
Жиры  
Углеводы

Питайтесь разнообразно.



Мойте руки перед едой.



Мойте фрукты и овощи.



Не переедайте.



Ешьте в одно и то же время.