

Презентация «Ее величество- тыква»

**Автор воспитатель
МБДОУ «ДСОВ №20» г.
Усинска:**

Тақун Наталья Степановна





**Наша тыква золотая,
Как конфетка во рту
тает.**

**Если тыкву испечем,
И притрусим сахарком
Так и тянет ее съесть,
Этот наш деликатес.**

**Ну а тыквенные кашки,
Что глотают детки наши
Словно целый год не
ели,
Что за прелесть, в самом
деле.**

**Тыкву похвалить не
грех
За такой большой успех.**

Медики утверждают, что тыквенный сок – прекрасное снотворное. Всего полстакана этого целебного напитка хватает, чтобы быстро успокоить нервную систему, настроить организм на сон, избавиться от ночных кошмаров

К тому же польза тыквы заключается в положительном влиянии на зрение, причем даже лучше, чем у черники. Происходит это благодаря особому веществу каротину, содержание которого в тыкве очень высокое. Тыква – чемпион среди овощей по содержанию железа. Главное достоинство тыквы – это большое содержание каротина и витамина Д. Детям он полезен, т. к. ускоряет рост, а взрослым, потому что улучшает всасывание кальция, укрепляющего кости и зубы.

В тыкве присутствуют витамины группы В, С, Р, РР, и Е. Они замедляют старение, помогают поддерживать оптимальный вес. Как и все оранжевые плоды тыква считается антидепрессантом. Ешьте ее чаще и никакие депрессии вас не коснутся.

Даже хвостики у тыквы полезны. Отваром из хвостиков полощут полость рта при зубной боли.

Вот какое чудо – обыкновенная тыква.



Тыкву выращивать можно абсолютно в любом уголке мира, разумеется, кроме Антарктики.

Помимо оранжевых тыкв, бывают синие, белые и зеленые.

Самая маленькая тыква весить может чуть меньше одного килограмма, а самая большая достигает 250 килограммов.

Тыквенные цветы съедобны.

Тыквы малокалорийны и очень богаты клетчаткой. Это отличный источник железа, белка и калия, а так же витаминов А и В.

Тыква — овощ очень полезный. Тыквенная мякоть часто используются для устранения боли при ожоге.

Тыква на 90 процентов состоит из воды.

В прошлом считалось, что тыква – это прекрасное средство от змеиных укусов и веснушек.

Питательная ценность тыквенных семечек повышается с их старением.



ПОДЕЛКИ ИЗ ТЫКВЫ



ПОДЕЛКИ ИЗ ТЫКВЫ



САМЫЕ ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ. СУПЫ



САМЫЕ ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ С ДОБАВКАМИ – с грибами, рисом, чесноком



САМЫЕ ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ. ТЫКВА ЗАПЕЧЕННАЯ



САМЫЕ ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ТЫКВЫ. Тыквенный пирог и печенье



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

