



Овощи

*Презентацию
выполнила
воспитатель ГБДОУ
№57 Московского
района г. Санкт-
Петербурга
Вусова Инна*

Овощи

- Овощи являются одним из основных и традиционных компонентов питания. Некоторые овощи, такие как огурцы, помидоры, картофель, лук, присутствуют на столе постоянно.
- Овощи употребляют в пищу в сыром виде или после соответствующего кухонного приготовления (определенное блюдо, овощной сок, термическая обработка, консервирование, засушка). В пищу идут плоды (огурец), листья (салат), стебли (аспарагус), клубни (картофель), луковицы (чеснок), кочаны (капуста белокочанная), корни (хрен), побеги (спаржа) и даже цветки и соцветия овощных растений (артишок).
- В России выращивается по разным данным около 50-60 видов овощных культур. Наибольшие посевные площади занимают лук, свекла, морковь, белокочанная капуста, огурцы, помидоры, картофель.

Помидор

**Красный
вкусный, хоть
не сладкий.
Зреет на
обычной
грядке,
Но, как в
сказке, с
давних пор
Все зовут его:
«Синьор»!**





Помидор

**Томаты растут на кустах. На грядках.
Томаты имеют красный цвет и припухлую форму.**

Они очень вкусные ! Есть разные сорта томатов.

Томаты бывают двух цветов. Красные и жёлтые.

Картофель

**Я на любом столе– любимый самый,
и в честь меня пора давать салют!
Ведь из картофеля на кухне мама
вам приготовит сотню разных блюд!**



Картофель

Считается, что эта культура пришла к нам из стран Западной Европы, а туда, в свою очередь, её привезли соратники Колумба

Картофель — культура уникальная и универсальная. Это растение – и пищевое, и кормовое, и техническое. Главное пищевое достоинство картофеля заключается в его высокой калорийности. Недаром он получил в народе звание: второй хлеб.



Картофель

Ь

Мы его ценим за то, что он хороший источник углеводов, белков и витамина С.

Помимо этого, в картошке содержатся другие полезные вещества: соли кальция, железа, калия, йод, сера и другие компоненты, совершенно необходимые для нормальной жизнедеятельности человека.

Картофель используют в отварном, тушеном, жареном, запеченном виде. Готовые блюда с картошкой: картофель фри, пюре, пирог с картофелем, винегрет, салат, шаньги, драники, солянка, борщ, суп-пюре, щи, закуска, вареники.



Огурец



Я длинный и
зеленый,
То свежий, то
соленый,
Расту я в
огороде,
Любим во всем
народе,
Вот какой я
молодец,
Называюсь огур
ец

Огурец



Огурцы появились в культуре более 6 тысяч лет назад. Родина этого вида – тропические и субтропические районы Индии и Китая, где он до сих пор растёт в естественных условиях.

Огурцы на 95% состоят из воды и содержат очень малое количество белков, жиров и углеводов

Свежие огурцы очень полезны

Морковь



**Как у бабушки
на грядке
Вырос овощ
очень сладкий,
Проведем мы
тренировку -
Кто быстрее
сгрызет морков
ку**

Морковь

Морковь –
огородное
растение,
корнеплод с
оранжевым,
сладковатым
утолщённым
корнем.

Сеньорита
Морковь –
высокая,
стройная дамочка
в оранжевом
плаще, с
зелёными,

