

# Щи да каша - пицца наша!

Работу выполнили  
ученицы 6 «Б» класса  
Ефимова Анна  
и  
Ипполитова Екатерина









# В яблоках содержится много железа



# Вещества, содержащиеся в яблоках, способны тормозить развитие раковых клеток



**В яблоках целый склад витаминов и микроэлементов, повышающих иммунитет и улучшающих работу сердечно-сосудистой системы.**





# Рыба уменьшает риск возникновения инфаркта на 50%







# Чеснок незаменим при лечении простудных заболеваний







В клубнике содержится больше  
витамина С, чем в кислых лимонах









**Бета-каротин благоприятно  
воздействует на состояние кожи и  
зрения.**







Стручковый перец препятствует  
размножению вредных бактерий в  
желудке и кишечнике.







# Соя содержит много лецитина и витаминов группы В







Он самый сытный и богатый  
углеводами среди своих  
собратьев.







В зелёном чае содержится катехин, препятствующий развитию атеросклероза







Молочные продукты необходимы для функционирования нервной системы и правильной работы мышц.











# Здоровый я – здоровая моя семья!





**Спасибо за  
внимание!**