



О пр\_д\_кт\_х  
и

пр\_в\_л\_х п\_т\_н\_ \_





# ***О продуктах и правилах питания***



# Совет

*Ешьте кашу с молоком,  
Делайте зарядку.  
И тогда с мускулатурой  
Будет всё в порядке.*



# Магазин



# Полезные продукты



myJulia.Ru

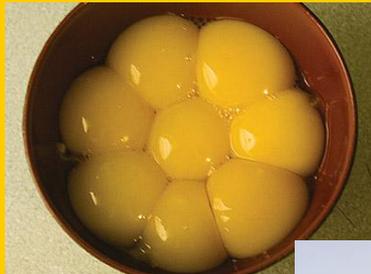


# Вредные продукты





**B**



**A**



**C**



**B**

**B**



**E**



**B**



**D**



# *Каша из топора*





# Конкурс «Варим кашу»

*Варись, варись, кашка*



**ТЕАТР ПЕСНИ « ТАЛИСМАН »**

Если мой совет хороший ...



Хлеб на стол -

Если про кашу не забудешь -

Без печки холодно -

Всё приедается,

Хлеб ногами топтать -

Изба красна углами,

народу голодать.

и стол престол.

а хлеб нет.

здоровым будешь.

без хлеба голодно.

а обед пирогами.

# Меню

## Карлсона :

5 кг конфет

3 л варенья

2 кг печенья

1 кг вафель

2 л газировки

5 пачек чипсов

1 кг мармелада



С. МАРШАК



*Кто не умерен в еде –*

*враг себе.*

**РОБИН-БОБИН**

«ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

**Мы микробы не простые,  
очень мы опасные ...**



# Загадки

*Он совсем-совсем зелёный  
И овальный, удлинённый.  
Помидора верный брат,  
Тоже просится в салат.*

*(О-----)*

*Я вырос на грядке  
Характер мой гладкий:  
Куда ни приду,  
Всех до слёз доведу.*

*(Л-----)*

*Все узнают молодца,  
Что растёт на грядке:  
Он побольше огурца,  
Толстый он и гладкий,  
Тоже держится за плеть,  
Приходите посмотреть.*

*(К-----)*

*Жёлтая курица  
Под тыном дуется.*

*(Т-----)*

*Красная девица сидит в темнице,  
А коса – на улице.*

*(М-----)*

*Воду пьёт – себя торопит,  
И растёт, и листья копит.*

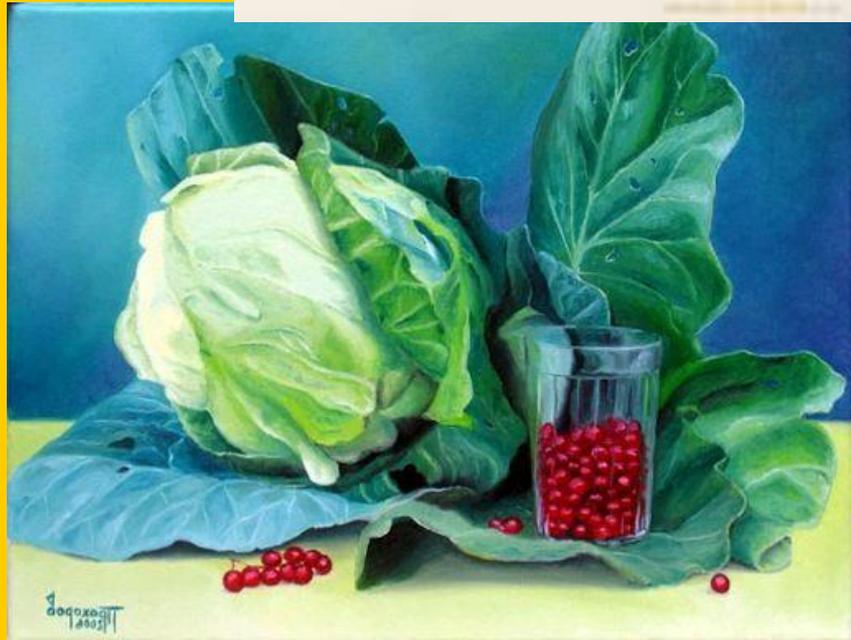
*Набирает вес кубышка,  
В середине - кочерыжка.*

*(К-----)*

*Нужнее всех из овощей  
Для винегретов и борщей,*

*Из урожая нового  
Красавица лиловая.*

*(С-----)*



# Правила гигиены питания

- Мыть руки перед едой с мылом.
- Мыть овощи и фрукты перед едой кипячёной водой.
- Не разговаривать во время еды.
- Есть нужно в одно и то же время.



# Игра: «ДА-НЕТ»



Тани, Маши, Саши,  
Покажите руки ваши.

Все ли ногти постригали?

А микробов все прогнали?

Часто с мылом умывались?

В замарашках не остались?

Не забыли ли про ушки?

Расчесали вы макушки?

Какое же правило спряталось в этой игре ?



# Игра « Вершки – корешки»

- АПЕЛЬСИН, БАНАН И СЛИВА,  
ГРУША, ПЕРСИК И МАЛИНА,  
АНАНАС И ВИНОГРАД-  
Вам ребенок каждый рад.
- СВЕКЛА, КАБАЧОК И РЕПА  
Летним солнышком согреты.
- КАРТОШКА, ОГУРЕЦ, МОРКОВЬ  
Аплодируем вам вновь.

***Будьте  
здоровы !***