

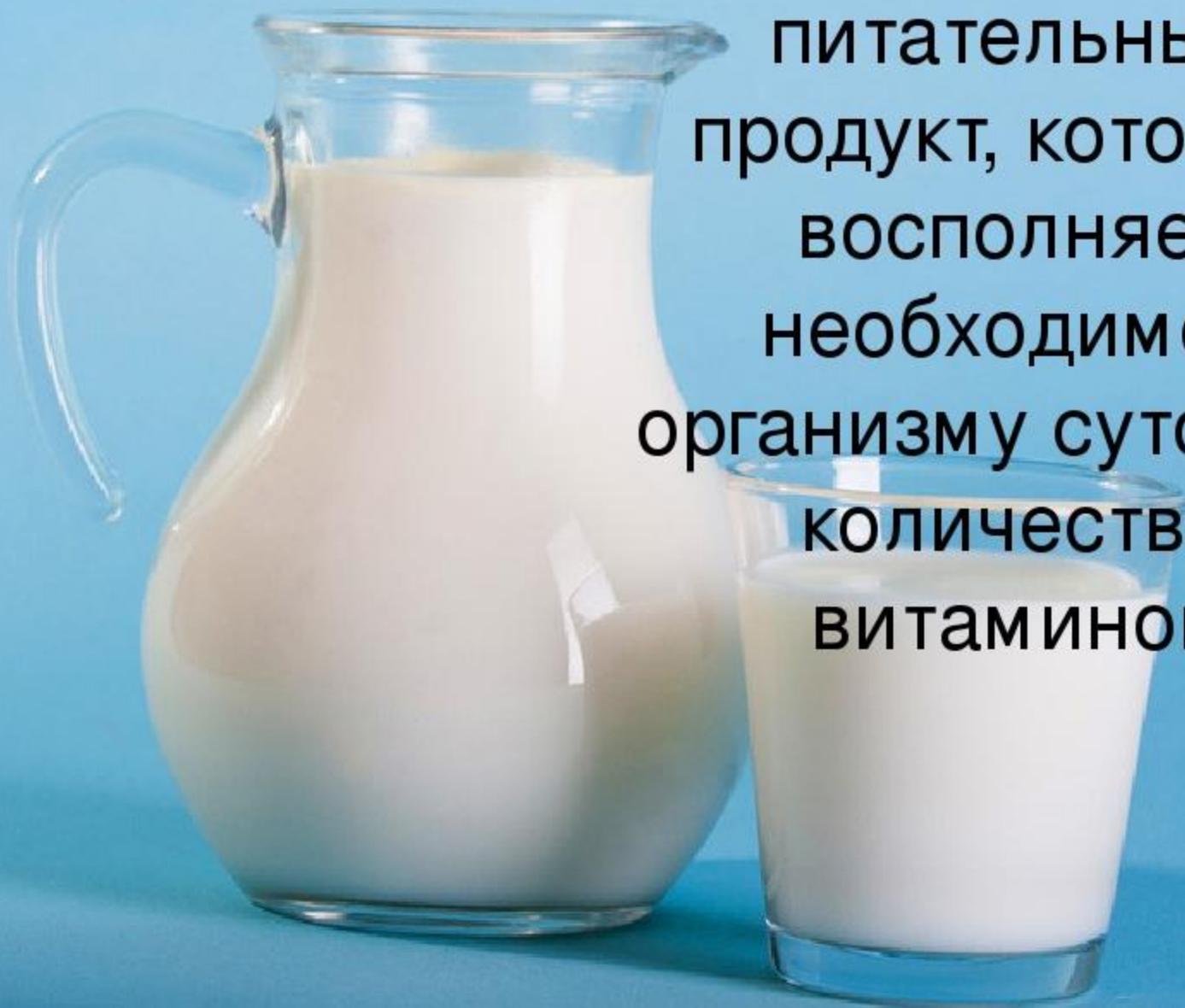
Пейте, дети, молоко – будете здоровы!

О пользе молока



Подготовила:
Фадеева Галина Ив.

**Молоко- полезный и
питательный
продукт, который
восполняет
необходимое
организму суточное
количество
витаминов**



Продукты из молока

- Сыр
- Йогурт
- Простокваша
- Сливки
- Сметана
- Масло сливочное
- Мороженое
- Коктейли
- Творог



Состав молока.

- Белок, необходимый для укрепления мышц и восстановления их после тяжелой работы.
- Жир, вместе с которым в ваше тело поступает энергия.
- Сахар-углеводород, являющийся другим источником энергии. Он называется лактоза.
- Минеральные соли - требуются человеку для укрепления костей и производства свежей крови.
- Молоко обеспечивает нас витаминами. В нем велико содержание витаминов B2, A, B1, C, D.
- Разумеется, в молоке содержится и вода.





Пословицы и поговорки о молоке

- Заварил кашу, так не желей ни молока, ни масла.
- Корова – на дворе, молоко – на столе.
- Корова пьет воду – дает молоко, змея пьет воду – источает яд.
- Обожжешься на молоке, станешь дуть и на воду.
- Корова рогата, да молоком богата.
- Не дело дегтем щи белить, на то есть сметана.





**С детства пьем мы молоко,
В нем и сила, и тепло!
Ведь оно волшебное,
Доброе, полезное!
Молоко всем**

помогает:

**Зубы, десны укрепляет!
Чувствуешь себя легко,
Если пьешь ты молоко!**

