

ЖИЛИ ■

были ■■■

С В Ё К Л А

П О М И Д О Р

Т Ы К В А

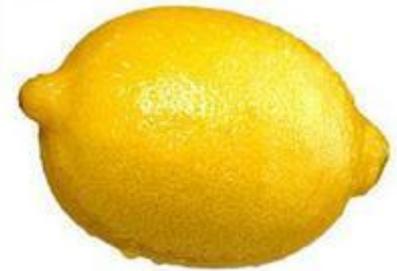
К А П У С Т А

Л И М О Н

Р Е Д И С К А

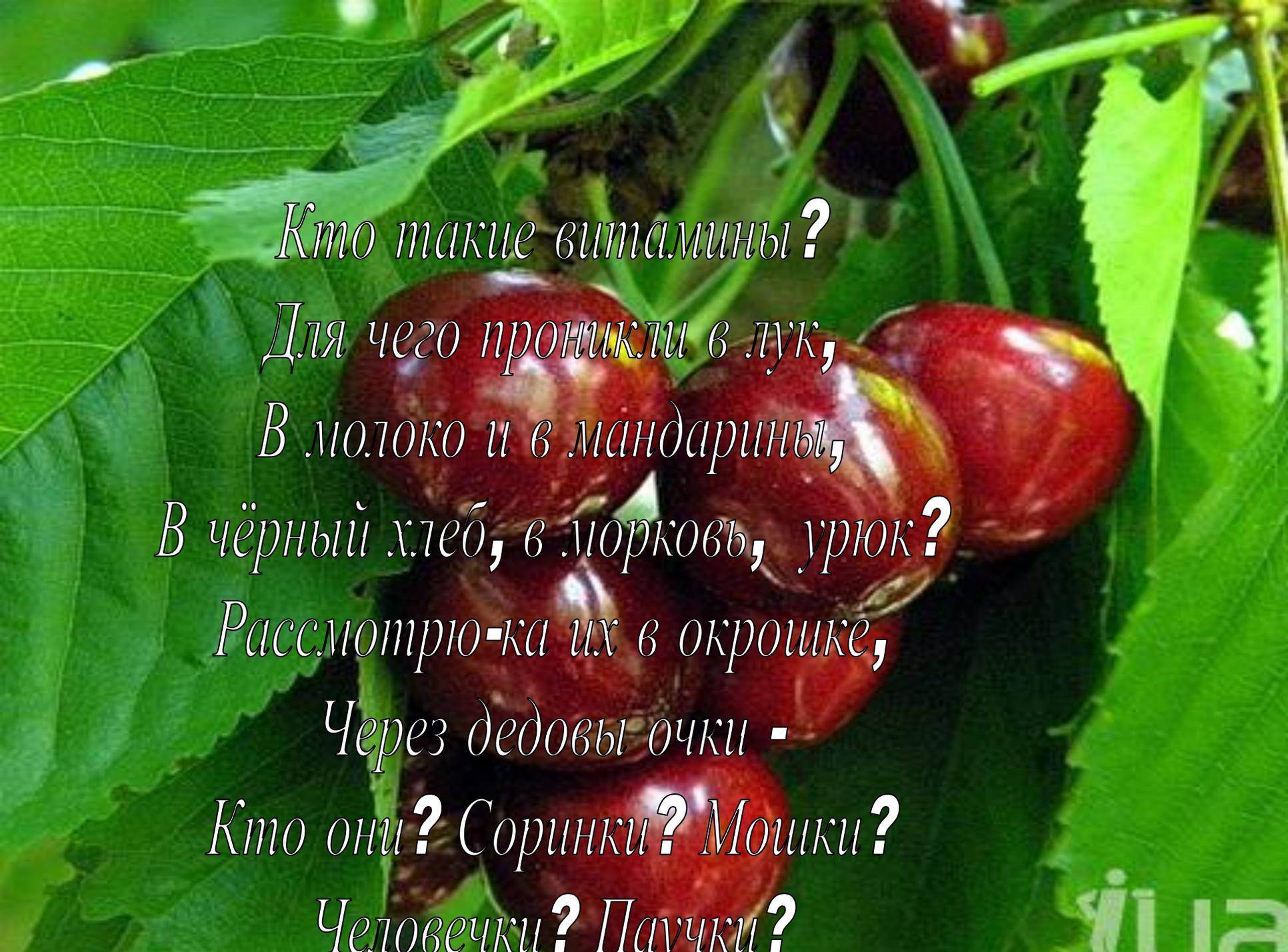
А Н А Н А С

Д Ы Н Я



Круглобока, желтолица,
Может с солнышком сравниться.
А душистая какая,
Мякоть сладкая такая!
Мы поклонники отныне
Королевы поля...

ВИТАМИНЫ



*Кто такие витамины?
Для чего проникли в лук,
В молоко и в мандарины,
В чёрный хлеб, в морковь, урюк?
Рассмотрю-ка их в окрошке,
Через дедовы очки -
Кто они? Соринки? Мошки?
Человечки? Паучки?*



*Может, в перце и петрушке,
Незаметные на взгляд,
Очень маленькие пушки
По бактериям палят?!*

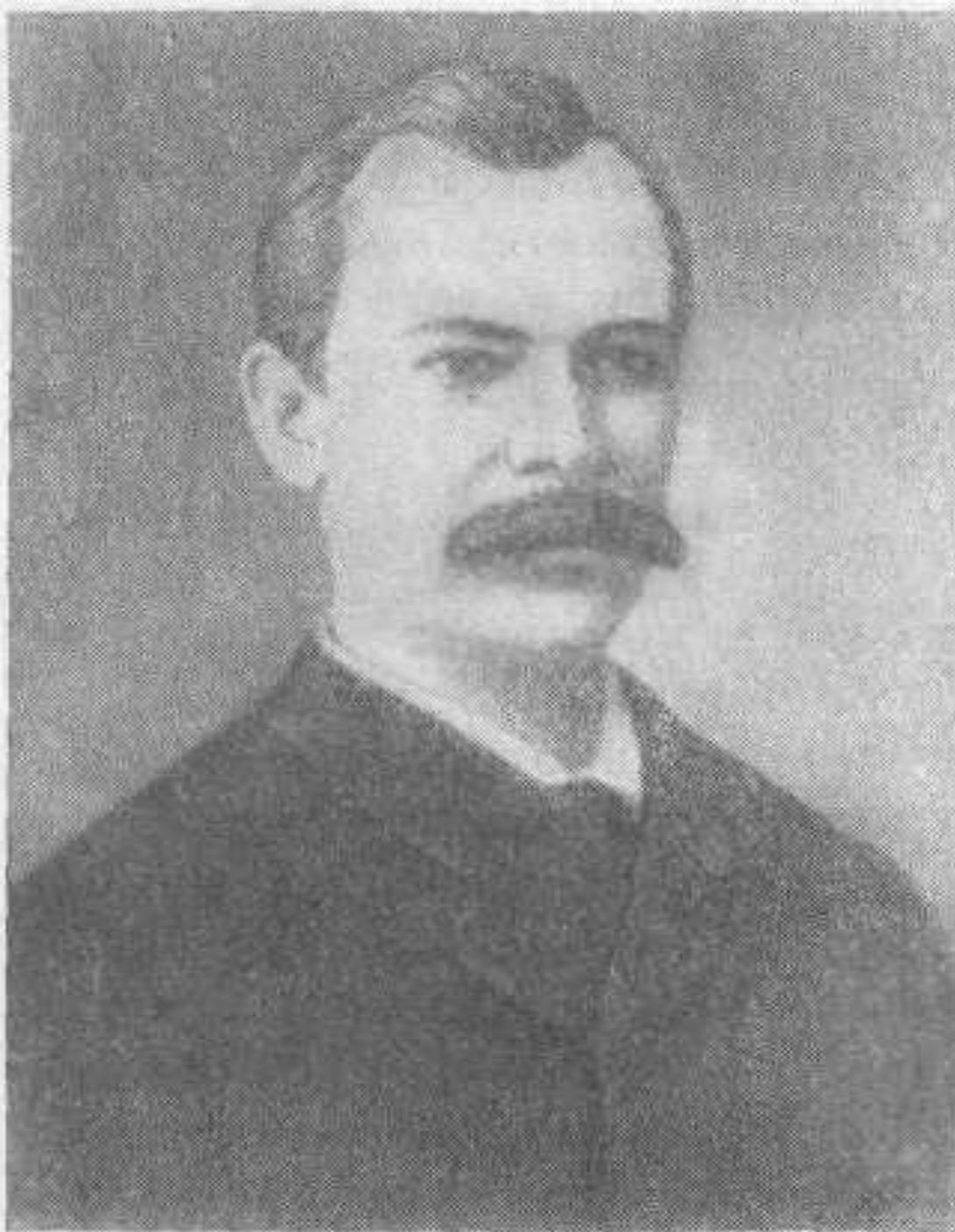
Немного истории...
КТО?

где?

когда?

Впервые
Николай Ива
разделив их
молоком, а
минеральным
предположил
необходимы
молоке.

Позднее
настоящее вр

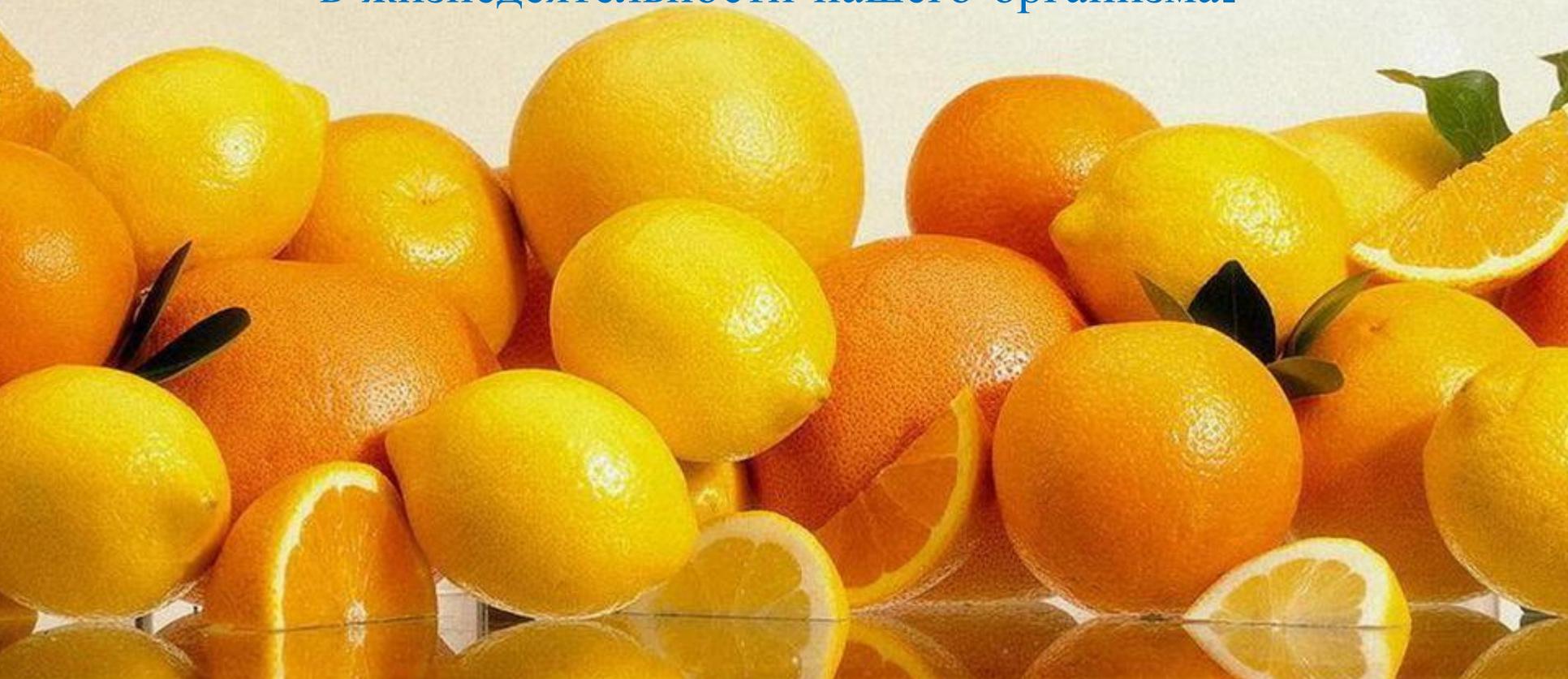


й Лунин
мышами,
уральным
водой и
ла. Лунин
организма
ащиеся в
пинами. В



Слово «витамины»
в переводе с латинского языка
обозначает «жизнь». И это не случайно.

Витамины играют важнейшую роль
в жизнедеятельности нашего организма.



Витамины нам полезны,

Это точно знаем.

Только их не из таблеток

Мы употребляем.

Получаем их из пищи

Вкусной и полезной.

Где же прячутся они?

Очень интересно.



Витамин группы А

обеспечивает
нормальное
состояние кожи
и слизистых оболочек,
улучшает зрение,
сопротивляемость
организма в целом.





Витамин группы В

укрепляет нервную систему, волосы, ногти, улучшает память,
пищеварение;

положительно влияет на состояние нервов;

регулирует кровообращение и уровень холестерина; стимулирует
рост.





The background of the slide is a vibrant, close-up photograph of fresh fruit. It features several slices of oranges, showing their characteristic segments and white pith, interspersed with several whole, bright red strawberries. The lighting is bright, highlighting the natural colors and textures of the fruit.

Витамин группы С

полезен для иммунной системы,
соединительной ткани,
костей, способствует заживлению ран.

При недостатке его в организме возникают частые простуды,
выпадение зубов, утомляемость, раздражительность.



Витамин Д

обеспечивает нормальный рост и развитие
костей,
укрепляет зубы.

Самым богатым источником витамина Д
является солнце
в сочетании с чистым воздухом.

A photograph of two baskets filled with ripe red apples. One is a traditional woven wicker basket, and the other is a modern wire mesh basket. The apples are scattered on the ground around the baskets. The background shows a tree trunk and green foliage.

Потрудились мы на славу,

Очень многое узнали:

Витамины нам друзья

И без них никак нельзя!



Очень важно по утрам -
Помни эту простую -

Есть за завтраком овсянку,
Лучше вишни только тот,

Чёрный хлеб полезен нам -
Кто жует морковь сырую

И не только по утрам.
Или пьет морковный сок.



*Рыбий жир всего полезней!
Хоть противный - надо пить.
Он спасает от болезней.
Без болезней лучше жить!*



*Никогда не увядаем
И улыбка на лице,
Потому что принимаем
Витамины. А, В, С!*

A large, overflowing basket of fresh fruit is the central focus of the image. The basket is filled with a variety of fruits, including strawberries, cantaloupe, pineapple, orange, and grapes. The fruit is arranged in a way that it appears to be overflowing from the basket. The basket itself is white and woven. The background is a plain, light-colored wall. The text 'Будьте здоровы!' is overlaid on the image in a white, cursive font with a black outline. The text is positioned in the center of the image, over the fruit.

Будьте здоровы!