

# Тема урока

## ЧТО Я ЕМ НА ОБЕД



Выполнил работу  
Халандач Тимофей  
ученик 1 класса И  
МОУ СОШ № 289  
ЗАТО г. Заозерск  
руководитель учитель  
начальных классов  
Шембакова Наталья  
Сергеевна





**Бабушка Таня готовит обед:  
Суп, макаронны, десяток котлет.  
Варит компот, запекает картошку,  
И брокколи жарит с зелёным  
горошком.  
Я помогаю – режу салатик,  
А бабушка быстро готовит оладьи!**



# МОЙ ОБЕД



# СУП

Ай да суп!

Глубоко - не мелко, Корабли в тарелках:  
Луку головка, красная морковка,  
петрушка, картошка и крупки немножко.  
Вот кораблик плывёт, заплывает прямо в  
рот!



Ирина Токмакова



# МАКАРОНЫ И КОТЛЕТЫ

Непосредственно макаронные изделия сложно назвать чрезмерно калорийными. В 100г макаронных изделий, приготовленных из твердых сортов пшеницы, может содержаться примерно 330 ккал.

Подробнее:

<http://mednurse.ru/news/p>



# САЛАТ

Ешьте овощи и фрукты-  
Это лучшие продукты.  
Вас спасут от всех болезней.  
Нет вкусней их и полезней.

Подружитесь с овощами,  
И с салатами и щами.  
Витаминов в них не счесть.  
Значит, нужно это есть!

Н. Довженко



# КОМПОТ

Восемь яблок взял енот,  
Чтоб сварить себе компот.  
Почесал енот макушку  
И в компот добавил грушку.  
Пять минут — компот готов!  
Сколько в нём всего плодов?

В. Черняева





**Такой обед полезен  
не только детям, но и  
взрослым.**

**Приятного  
аппетита!**





# СТИХИ ВЗЯТЫ С САЙТА Ну, мама

[http://www.numama.](http://www.numama)

