



Наши друзья – витамины!







Витамин А



**Помни истину простую -
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок.**







Продукты, богатые витаминами группы В





**Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку
Черный хлеб полезен вам-
И не только по утрам.**





**От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.**





Витамин D





**Рыбий жир всего полезней!
Хоть противный- надо пить
Он спасает от болезней
Без болезней лучше жить!
Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю.
Витамины А,В,С.**



