

Составила:
воспитатель МБДОУ детский сад
№ 12 «Солнышко»
Шипицына Ольга Юрьевна

ВИТАМИНЫ — НАШИ ДРУЗЬЯ!



Где прячутся
витамины



Загадки

Раскрась
картинку



ВИТАМИН

А

Расскажу Вам не тая,
Как полезен я, друзья!
Я морковке и томате,
В тыкве, в персике, в салате.
Съешь меня – и подрастешь,
Будешь ты во всем хорош!
Помни истину простую:
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок!





В

ВИТАМИН

Рыба, хлеб, яйцо и сыр,
Мясо, птица и кефир,
Дрожжи, курага, орехи –
Вот для Вас секрет успеха!
И в горохе тоже я.
Много пользы от меня!
Очень важно спозаранку
Съесть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам –
И не только по утрам.



ВИТАМИН

Земляничку ты сорвешь —
В яголке меня найдешь.
Я в смородине, в капусте,
В яблоке живу и в луке,
Я в фасоли и картошке,
В помидоре и горошке!
От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.






В

ВИТАМИН

Я – полезный витамин.
Вам, друзья, необходим!
Кто морскую рыбу ест,
Тот силен как Геркулес!
Если рыбий жир полюбишь,
Силачом тогда ты будешь!
Есть в икре я и в яйце,
В масле, в сыре, в молоке.



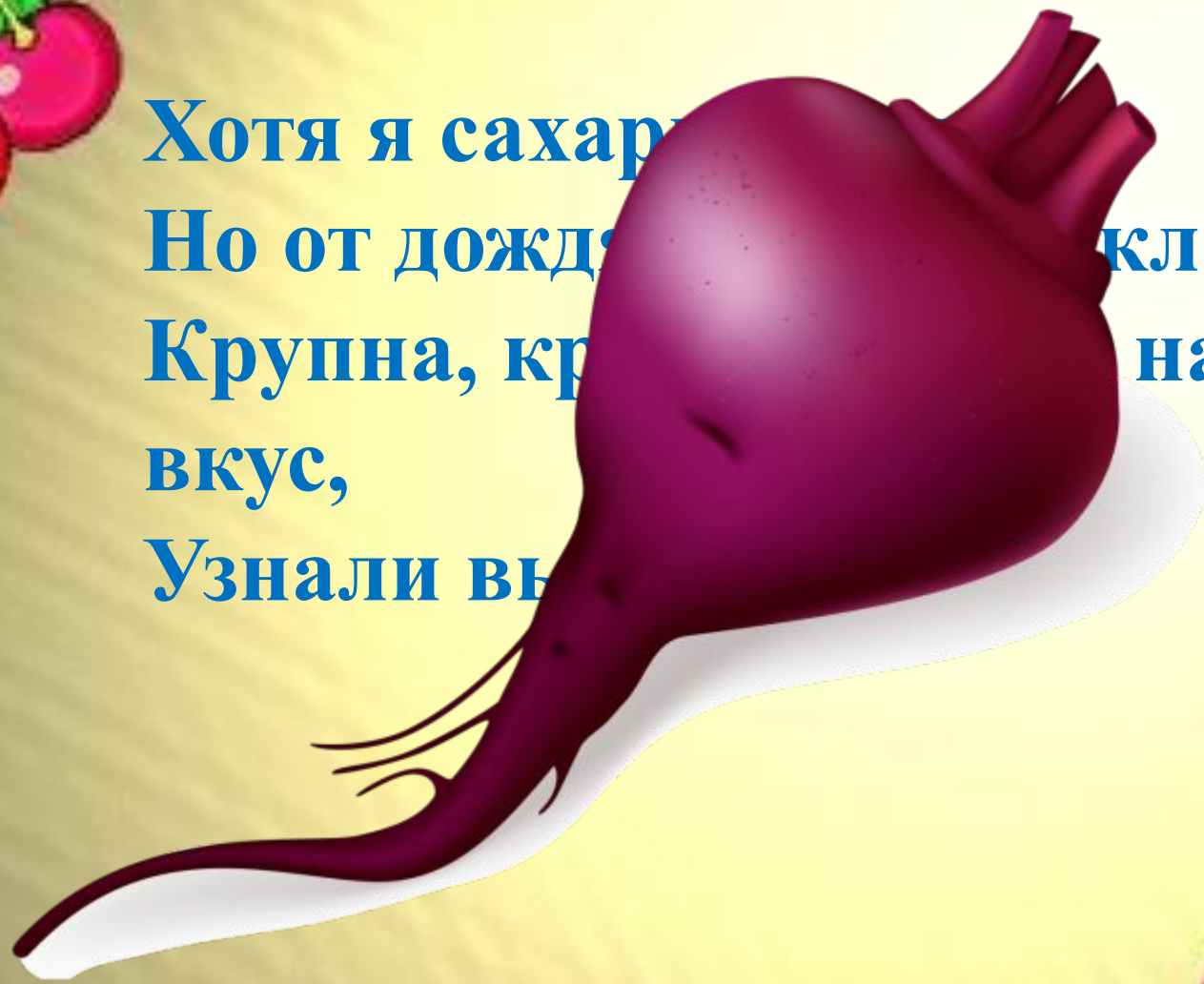


**За кудрявый хохолок
Лису поймай и заволок.
На ощупь она
гладкая,
На вкус
сладкая.**





Хотя я сахар
Но от дождя
Крупна, крупна
вкус,
Узнали вы





Л
К

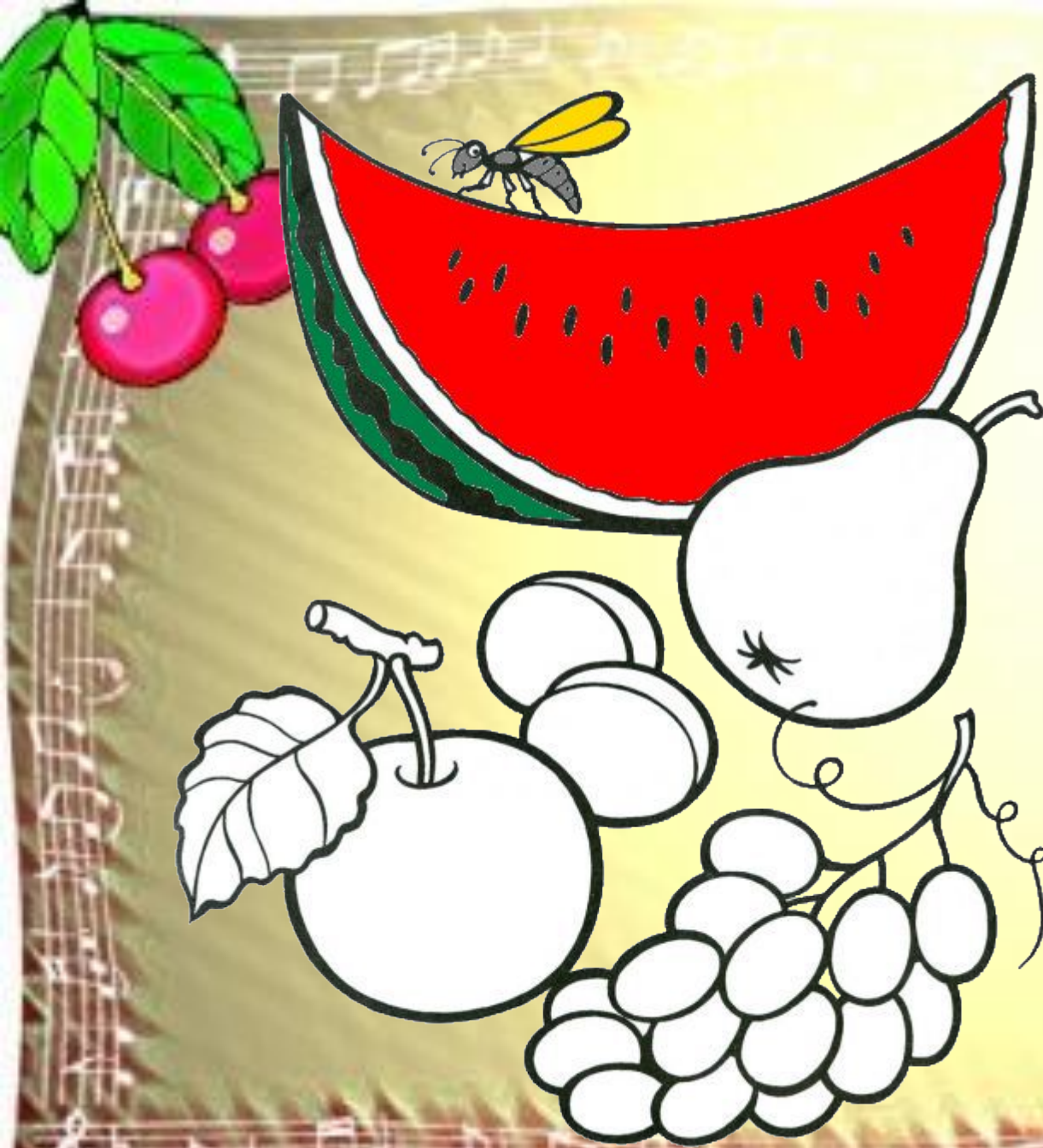


«Огородная краля
В оранжевом платье
Притаилась в погребке,
Лишь коса на бугорке»

редиска

МОРКОВЬ



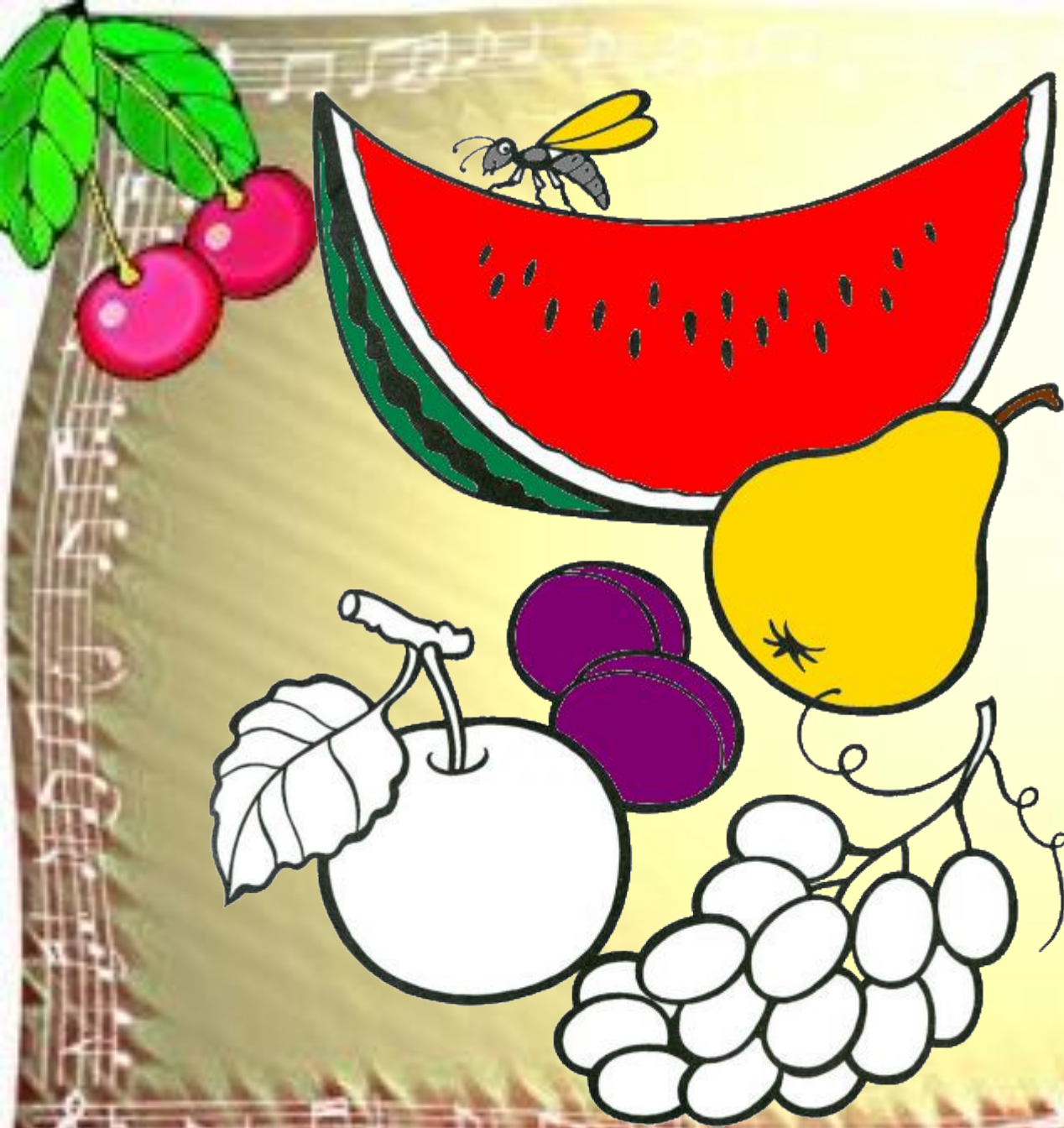


**В этом жёлтом,
кислом фрукте
много витамина
«С»**

ЛИМОН

АПЕЛЬСИН



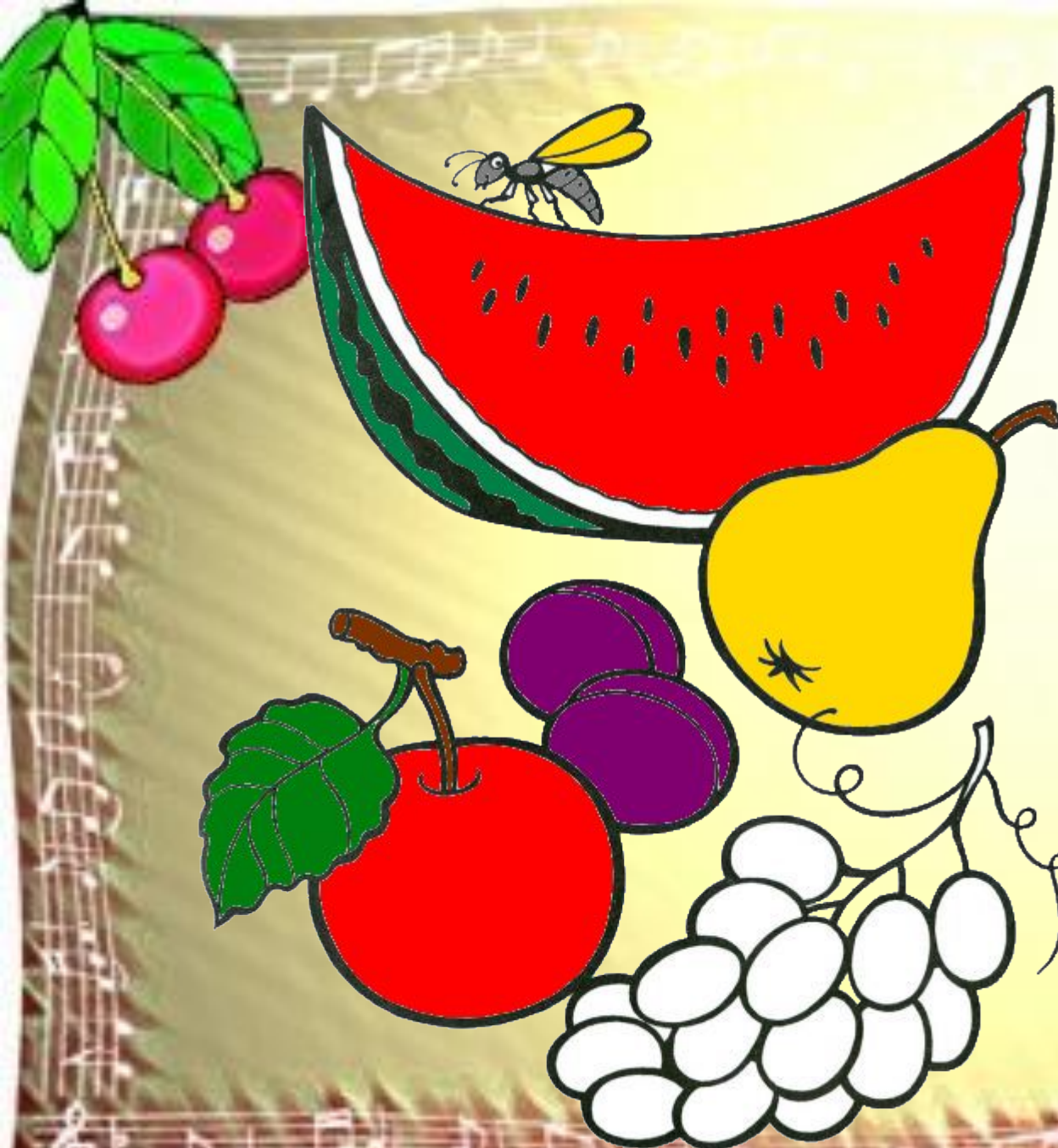


Если есть регулярно
эту ягоду, то будет
хорошее зрение.
Она растет в лесу.

голубика

черника





**Какой овощ
называют вторым
хлебом?**

картофель

репа



