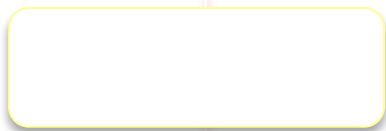


**Вкусно**

**И**

**здорово**



# *Правила здорового питания:*

**1. Гигиена питания**

**2. Рацион питания:**

**умеренность и разнообразие.**

**3. Режим питания.**

**4. Культура питания.**

# *Робин Бобин Барабек*





A





**B 1**





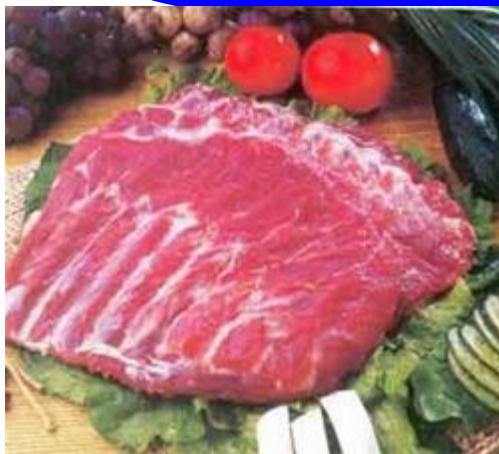
**B<sub>2</sub>**





C





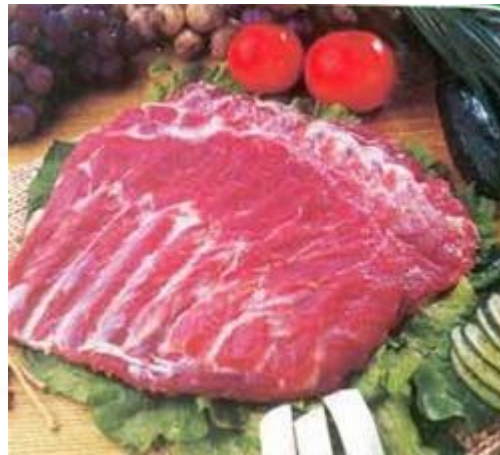
D





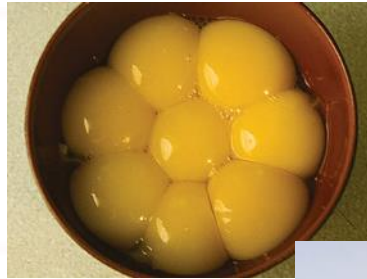


**E**





**B**



**A**



**C**

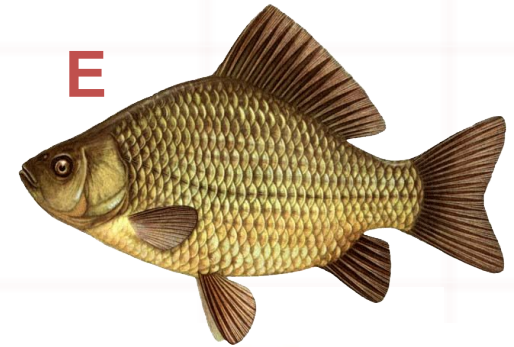


**B**

**B**



**E**



**B**



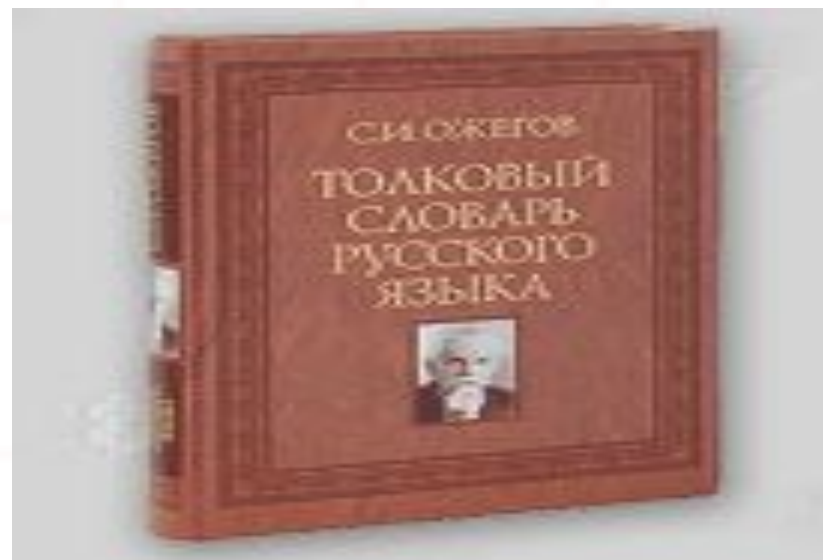
**D**

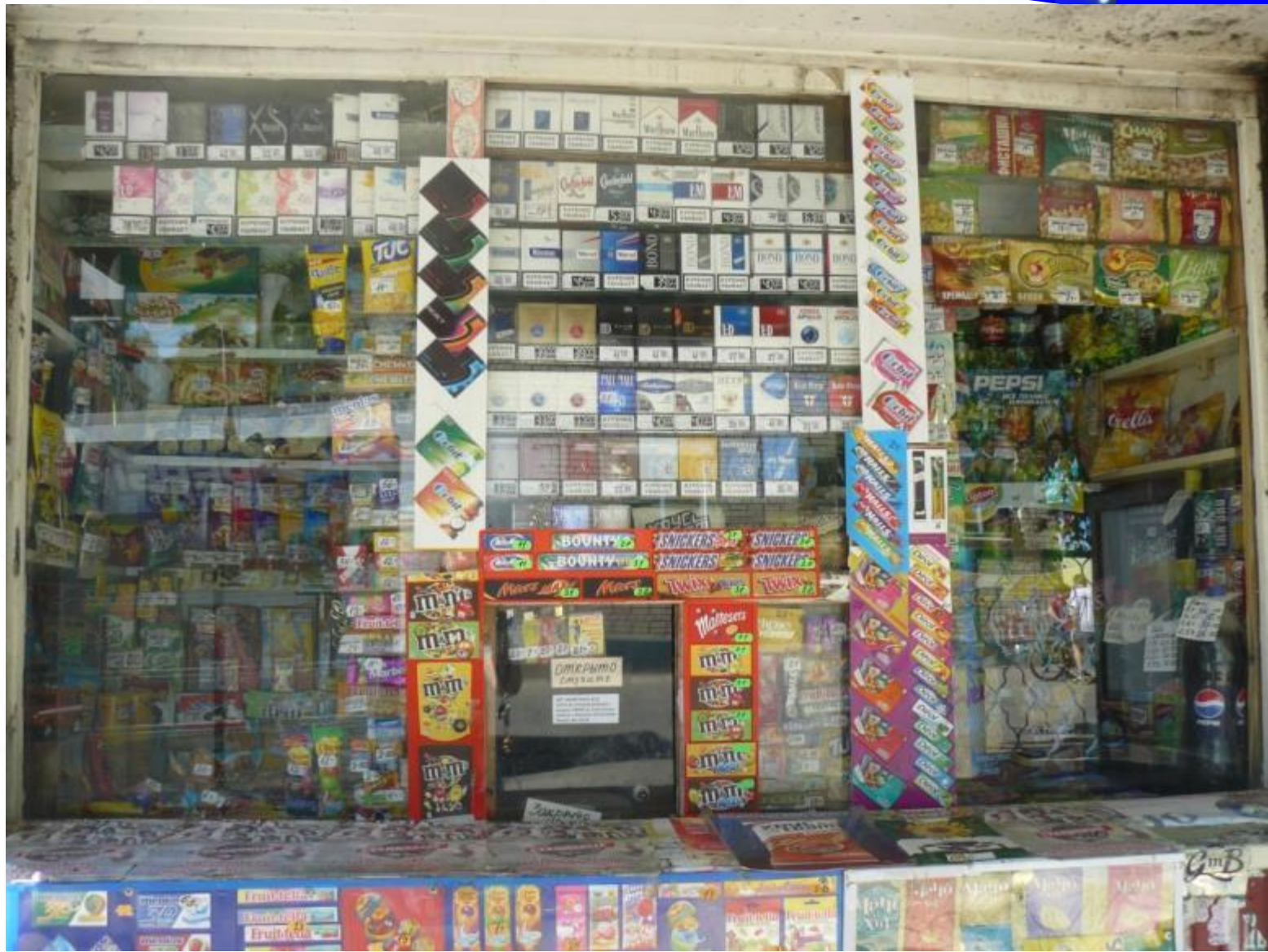


**Натура-это то же, что и природа...**

**Натуральный - настоящий,  
природный, не искусственный...**

**(толковый словарь С.И.Ожегова)**





... ХОРОШЕГО  
СОЛНЕЧНОГО



НАСТРОЕНИЯ!!!



ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ  
НА ВЕСЬ ДЕНЬ!

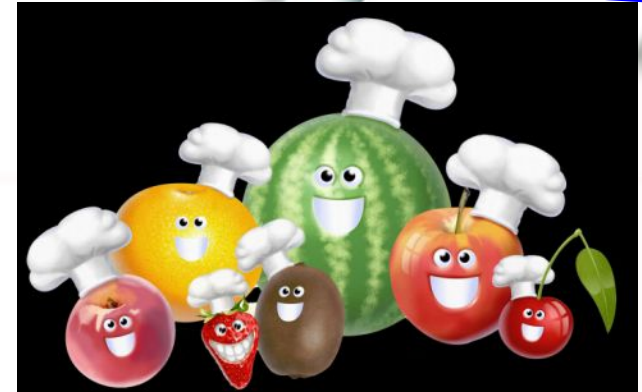
# Правила выбора

**лакомств:**

**1. Не доверяйте ... .**

**2. Внимательно  
читайте... .**

**3. Старайтесь выбирать  
только лакомства из...**



# **«О вкусной и здоровой пище».**

**Составители книги :**

**учащиеся 1В класса и их родители.**



**Как  
хитрый  
зайчонок  
лису  
съел.**



# Правила приготовления блюда:

Из чего-же наш зайчонок:

Перца сладкого бочонок,

Огурец, морковь, маслины,

Лист салата, половина.

Для лисы возьмем пучок,

Запечем окорочок.

Что за диво, что за чудо?

Вкусным получилось блюдо!!!

**А готовить нужно так:**

Взять фантазии дуршлак,

Тазик целый настроенья

И намазать нос вареньем.

40 дружных пальчиков

Смастерят и зайчиков!

А как получится у Вас?

Позовите в гости нас!!!



Салат «Змейка»

# «МОРСКОЙ БОЙ»



Рыба на пару  
и отварной  
картофель  
(рецепт для  
мультиварки)



# ***Блинчики с начинкой из яиц и селедки.***





Будем здоровы!

