

ЩЕЦ

A baby wearing a white chef's hat is the central focus, holding a large red bell pepper. The baby is surrounded by a variety of fresh vegetables, including broccoli, mushrooms, and onions, suggesting a theme of healthy eating or a cooking activity. The background is dark, making the colors of the vegetables and the baby's hat stand out.

МКДОУ № 8 г Сим.

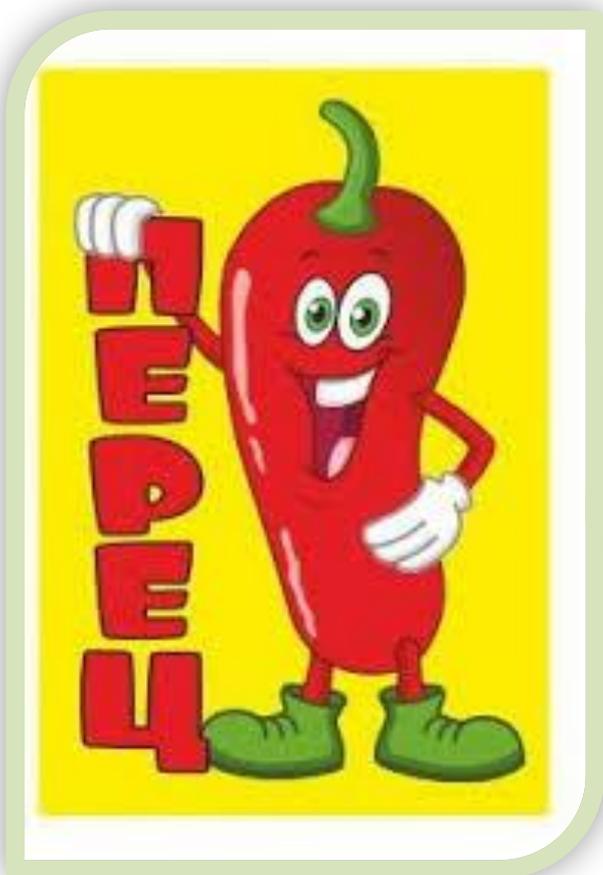
Группа « Колобок »

Воспитатель: Ярошко. Н.К.

Перец считается самым древним культивируемым овощем Америки, его семена были обнаружены 5000 лет назад. Страна происхождения перца - Перу. В Европу перец был завезен врачом Христофора Колумба. Начиная с XVI века, перец распространился по всей Европе и нашел свое место в средиземноморской и балканской кухне.



Различают перец сладкий и перец острый. В России выращивается практически повсеместно. Перец острый начали возделывать более 2 тыс. лет назад. Родина его - Центральная Америка. В России стали выращивать в Астрахани. В культуре перец кайенский, стручковый, китайский, ягодовидный



Сладкий перец Чемпион среди овощей по содержанию витамина С (150 мг в 100г зелёных плодов и 250 мг в 100г красных). Чтобы взрослому человеку удовлетворить суточную потребность в витамине С, нужно съесть всего 50г зелёного перца, а красного ещё меньше. В перце есть другие витамины – В1, В2, РР, Е, каротин. Кроме того, предупреждает образование злокачественных опухолей, катаракты и артрита. Улучшает пищеварение.



ЗАГАДКИ

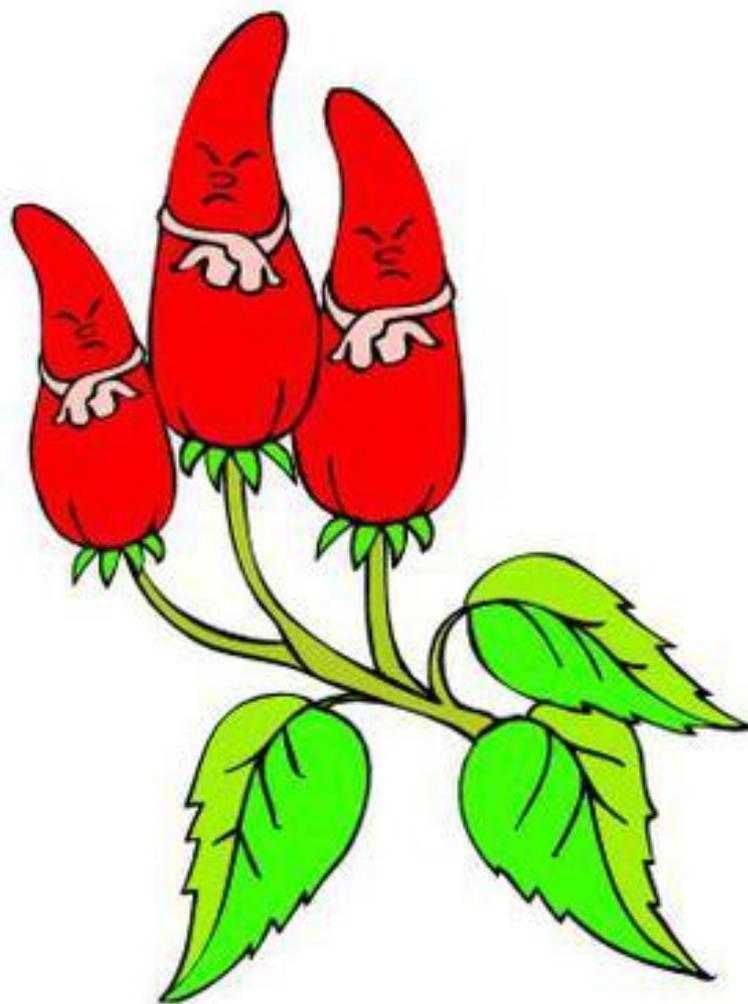
**В Болгарии родился,
По миру расселился,
Зелёный, красный, жёлтый,
Он сладкий очень сочный!**

**Острый, но не режет,
Горит, но не светит,
Его когда кусаешь,
Огнём язык пылает!**

**Красные фонарики,
На веточках качаются,
Длинные стручки,
Горькие внутри!**



ПЕРЕЦ



В огороде перед нами
Куст усыпан колпачками,
Каждый
Пламя прячет.
А кто съест,
Заплачет.

СТИХИ

*Любят перец даже звери,
Пусть он горький или сладкий,
Всем полезен он ребятки,
Если в горькости умерен.*

*Без него не обойтись
На столе как не крутись.
Чтоб прожить по больше лет –
Поддержи иммунитет!*

*Перец овощ разноцветный
Он зеленый, желтый, красный
И оранжевого цвета,
И размеров, формы разной.
Что подходит – выбирай
И на завтрак собирай.*



БЛЮДА ИЗ ПЕРЦА



Приятного аппетита

