

# 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

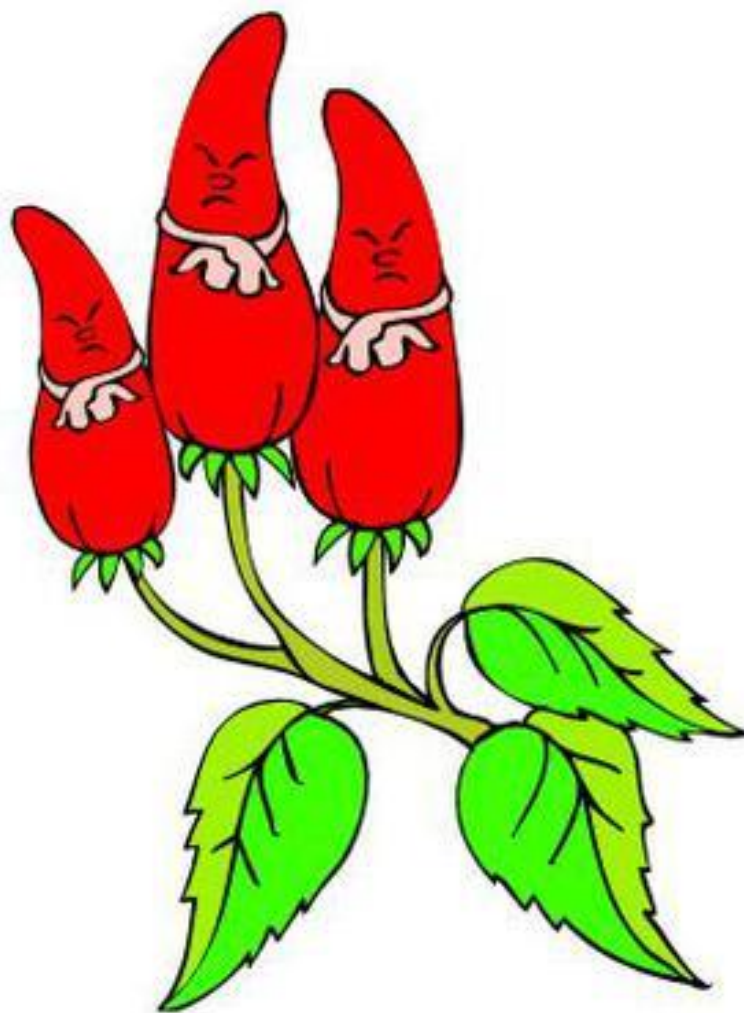
**В Болгарии родился,  
По миру расселился,  
Зелёный, красный, жёлтый,  
Он сладкий очень сочный!**

**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

