

Разговор о правильном питании

В нём солёная вода.
По воде плывут суда,
Волны, ветер на просторе,
Чайки кружатся над ..



Рыба и морепродукты



Вопросы

- Почему человеку нужно употреблять в пищу рыбу и морепродукты?
- Какие виды рыб вы знаете?
- В каком виде продаются рыбные продукты в магазине?

Морская рыба



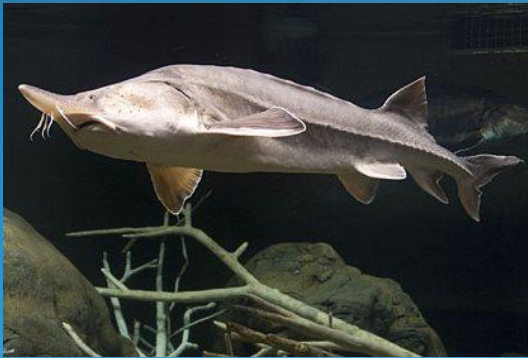
барабулька



камбала



катран



осётр



сельдь



скумбрия

Морская рыба



макрурус



бычок



лосось



окунь



ставрида



тунец

Морепродукты



креветки



омары



лангуст



краб



мидии

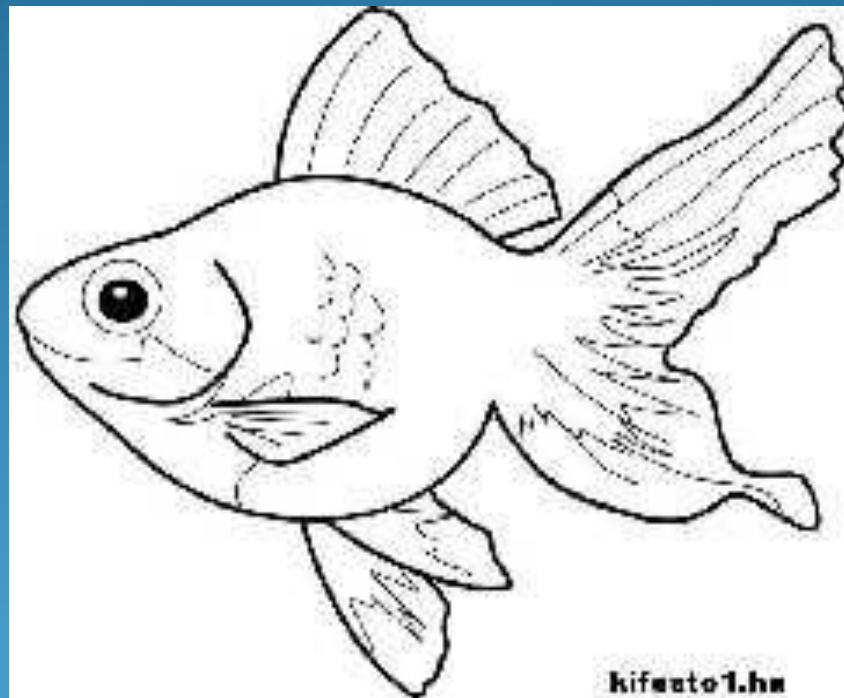


кальмар

Какую пользу приносят рыба и морепродукты ?

1. Рыба и рыбные продукты — источники полноценных белков и жиров.
2. В них имеются все необходимые аминокислоты, фосфор, калий, железо, йод и фтор, а также витамины А, Д, В, РР..
3. Богаты полезными для сердца и сосудов омега-3-жирными кислотами .

Строение рыбы



Виды рыбных товаров.

- живая
- охлаждённая
- мороженая
- солёная
- вяленая
- горячего копчения
- холодного копчения
- икра
- рыбные консервы

1. Что такое там плавает?

Может быть, желе иль лёд,

Может, мякоть от арбуза?..

В море плавает ...



медуза

2. Он похож на мягкий таз,
Зорек блеск огромных глаз,
Восемь длинных гибких ног,
А все вместе - ...



ОСЬМИНОГ

**3. Она из хищников морских,
Опасна сильно для других,
Когда в поисках обеда
По морю мчится, как торпеда.**



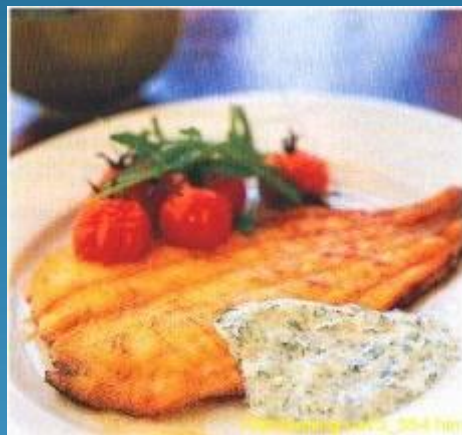
акула

4.Щупальца - из головы,
Как пучок морской травы,
Он хватается ими смело,
На стакан похоже тело.

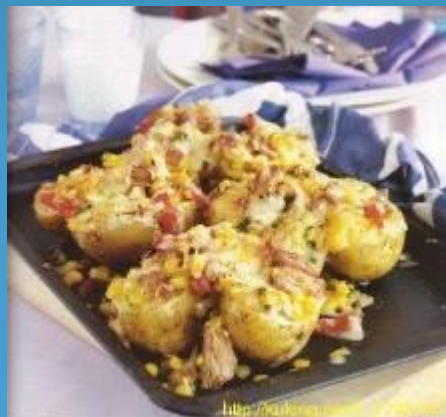


кальмар

Блюда из рыбы.



Блюда из рыбы.

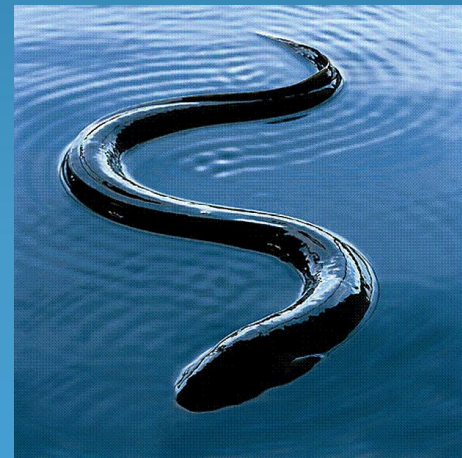


Блюда из морепродуктов.

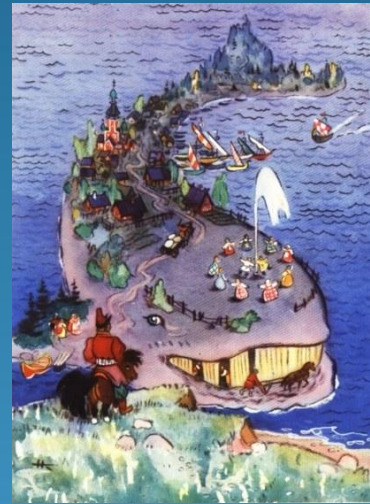


Пословицы и поговорки

1. Без труда не вытащишь рыбку из пруда.
2. Как рыба в воде.
3. Нем как рыба.
4. Скользкий как угорь.



Сказки про рыбку



Спасибо за работу