



**ОВОЩИ, ЯГОДЫ И  
ФРУКТЫ – САМЫЕ  
ВИТАМИННЫЕ  
ПРОДУКТЫ!**



ВИТАМИНАДА

**Овощи, ягоды, фрукты, доставляющие  
в организм больше всего витамина С.**



**Этот витамин помогает бороться с болезнями.**

**Овощи, ягоды, фрукты, доставляющие  
в организм больше всего каротина.**



**Каротин улучшает зрение, даёт рост.**

Овощи, ягоды, фрукты, доставляющие в организм больше всего минеральных веществ, положительно влияющих на обмен веществ в организме.



**Эти витамины улучшают самочувствие.**

# ИГРА: «ПЕРЕВЁРТЫШ».

АТСУПАК;

ЁЛКВАС;

УЛК;

ОКОВАМРЬ;

ЛЕФОТКАРЬ;

ДОРМИПО;

ЗУБРА.

# БАКЛАЖАНЫ

Образуйте новые слова,  
используя буквы из  
ЭТОГО слова.

Буквы можно повторять.

В баклажанах – каротин  
и минеральные вещества;  
Они помогают правильно  
развиваться.