

ВИТАМИНЫ



Николай Иванович Лунин (1853-1937)



В 1881 г. русского биохимика и врача Николая Ивановича Лунина увлек вопрос: что если в нужной пропорции смешать белки, жиры и углеводы? Получится тогда полноценная пища или нет?

Казимир Функ



Дело Лунина продолжил польский биохимик Казимир Функ (1884-1967). Он долго кормил голубей очищенным рисом, и птицы захворали. Когда же ученый стал добавлять в корм рисовые отруби, голуби на удивление быстро выздоровели. В 1912 г. Функ провел химический анализ и выделил из рисовых отрубей первый витамин В1 или тиамин. Кстати, и ныне всем знакомое слово "витамин" придумал Функ - от латинского слова *vita* - "жизнь".



Витамины - это поступающие с пищей органические вещества, необходимые для правильного обмена веществ, роста и развития организма



Никогда не унываю,
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А,В,С,Д.



Как вы думаете, что будет с человеком, если питаться одними сладостями?



Витамины обозначаются буквами латинского алфавита.
Познакомимся с некоторыми из них.











ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

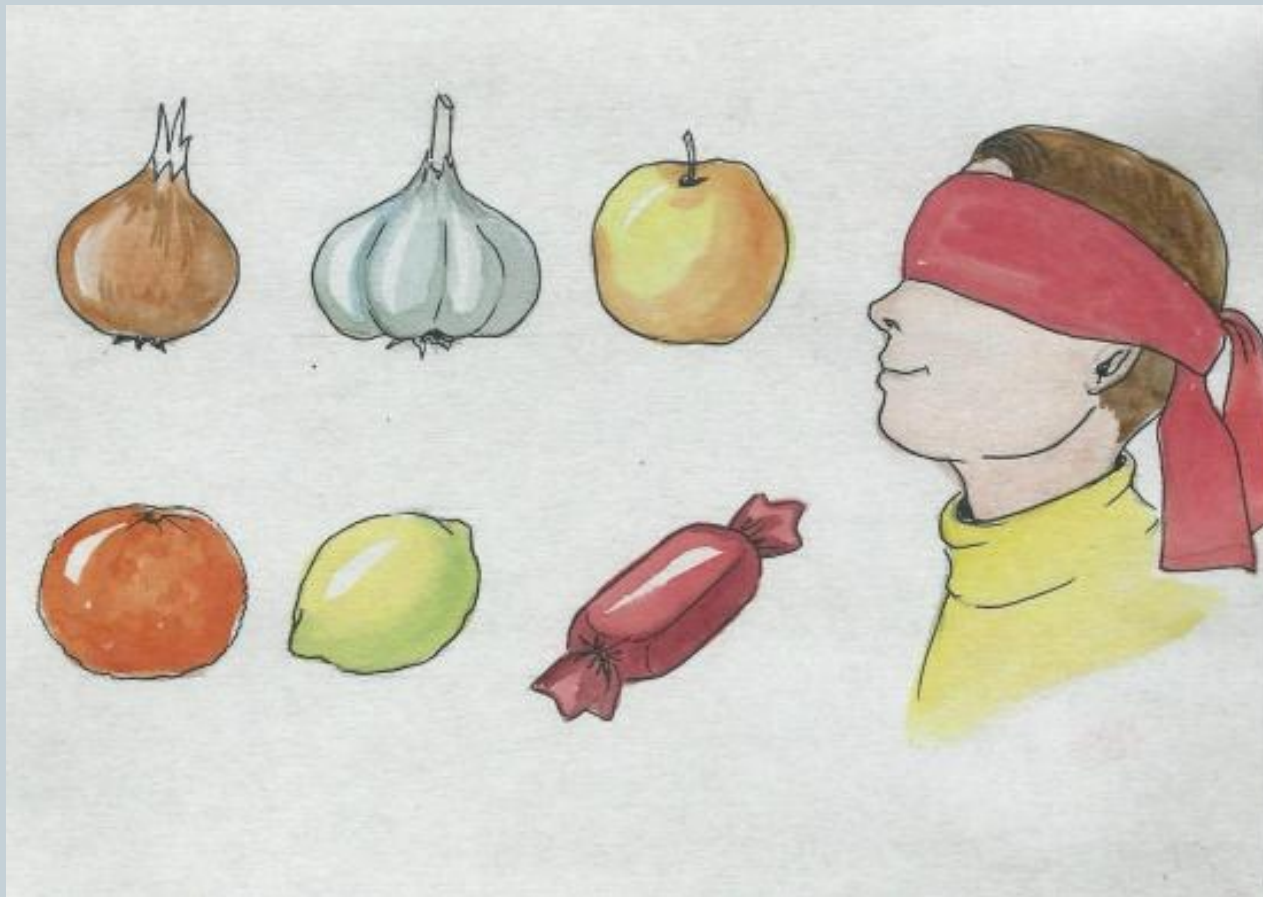








ОПРЕДЕЛИ ПО ЗАПАХУ



ЗДОРОВОЕ МЕНЮ НА ДЕНЬ



Нарисуйте, что
нужно кушать,
по вашему
мнению на

- ЗАВТРАК
- ОБЕД
- УЖИН



**Мы Вам желаем,
чтобы Ваше
здоровье всегда
былдо крепким!**