



«Молоко и молочные продукты»

Составила воспитатель группы № 9

ГБДОУ № 83

Калининского района

г. Санкт-Петербурга

Гусак Ирина Михайловна



Мороженое – любимое лакомство, как детей, так и взрослых. В мороженом содержится большое количество витаминов. Кроме этого, одна порция мороженого хорошо успокаивает нервы и поднимает настроение.





Сметана содержит ценные витамины: А, Е, В2, В12, С, РР, а также кальций, фосфор и железо, необходимые растущему организму.



Творог – один из самых полезных кисломолочных продуктов. Творог богат кальцием и фосфором, без которых невозможно полноценное формирование костной системы. Эти вещества необходимы детям в период роста костей, в том числе и зубов.



Сыр один из наиболее древних продуктов питания человека. В мире более двухсот тысяч сортов этого кисломолочного продукта.



Кисло - молочные продукты.

- ЙОГУРТ
- КЕФИР
- ПРОСТОКВАША
- МАСЛО
- СЫР
- СМЕТАНА
- ТВОРОГ И ДРУГИЕ



укрепляет зубы и
кости

укрепляет
волосы и ногти

утоляет жажду

укрепляет
иммунитет



снижает вес

успокаивает

защищает сердце





Олень



Коровье

МОЛОКО



Кумыс (Лошадиное)



Верблюжье



Козье

В состав молока входят:



- жиры;
- белки;
- углеводы.

Пейте, дети,
молоко
Будете
здоровы!

