


# Правила поведения за СТОЛОМ



Давайте, друзья,  
узнаем,  
как правильно сидеть  
за столом  
и что делать во  
время еды?







Известно с детства  
это всем:  
Когда я ем, я глух и  
нем.

Жуёц  
рот д  
Прогл  
скажи

М





Блюдо с хлебом  
далеко,  
Дотянуться  
нелегко.  
Рукавом в салат  
не лезь,  
За столом соседи  
есть  
Попроси их  
вежливо.  
И припомни

СЛОВА

Не вытирай свой рот рукой

—

Салфетка есть перед  
тобой.

Облизывать не стоит  
пальцы,

Которые за всё хватальши.

Учитесь

Для ру

салфе



етки:



Чтобы что-то резать, нож  
В руку правую берёшь,  
Вилку – в руку левую,  
Сидишь королевою.  
Кто дома есть научится,  
В гостях не будет мучиться.





Не вертись, спокойно кушай.  
И не чавкай, словно хрюша.  
Ложка в чашке – не пропеллер,  
Не спеша помешивай.  
Чтобы люди не смотрели  
На тебя насмешливо.



Чтоб не  
грохнутья  
случайно  
На пол в час  
веселья,





## Как правильно сидеть за столом

- садиться за стол можно только с чистыми руками,
- на стол можно положить только запястье, а не локти,
- руки следует держать как можно ближе к туловищу, не расставляя их слишком широко в стороны,
- сидя за столом только слегка наклоняют голову над тарелкой, а не низко сгибаются над ней,

А ПОЧЕМУ?



## Во время еды следует:

- есть размеренно, а не торопливо или чересчур медленно, чтобы не отставать от других,
- ждать, пока горячее блюдо или напиток остынут, а не дуть на них,
- есть беззвучно, а не чавкать,
- выбирать порции, лежащих на общем блюде ту, которая лежит ближе, а не выбирать лучшую,
- съесть всё, что лежит на тарелке, оставлять на ней пищу некрасиво, но не следует вытирать тарелку хлебом досуха,
- соль набирать специальной ложечкой, а если её нет в солонке — кончиком своего ножа, а не руками,
- сахарный песок насыпать в чай или другой напиток

