



Путешествие в страну Витаминию



L/O/G/O



Витамин А



ВИТАМИН

Расскажу Вам не тая,
Как полезен я, друзья!
Я морковке и томате,
В тыкве, в персике, в салате.
Съешь меня – и подрастешь,
Будешь ты во всем хорош!
Помни истину простую:
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок!

А



- Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен Я - Витамин "А". Меня ещё зовут витамином роста.
В каких же овощах и фруктах содержится этот полезный Витамин? Отгадайте мои загадки и узнаете.



Загадки-отгадки «А»



- Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице.
(Морковь)
- Семьдесят одежек
и все без застежек
(Капуста)
- Золотая голова - велика,
тяжела.
Золотая голова - отдохнуть
прилегла.
Голова велика, только шея
тонка.
(Тыква)



Витамин В



- Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам,
И не только по утрам.

Если вы хотите быть сильными
и иметь хороший аппетит,
не хотите огорчаться и
плакать по пустякам, быть в
хорошем настроении, вам
нужен Я - Витамин "В".

Vitamin B





Загадки-отгадки «В»



- Желтая лампочка висит.
Скушать нам ее велит.
(Груша)
- Красная мышка
С белым хвостом
В норке сидит
Под зеленым листом.
(Редиска)
- Огурцы они как будто,
Только связками растут,
И на завтрак эти фрукты
Обезьянам подают.
(банан)



PROZAGADKI.RU
все о загадках



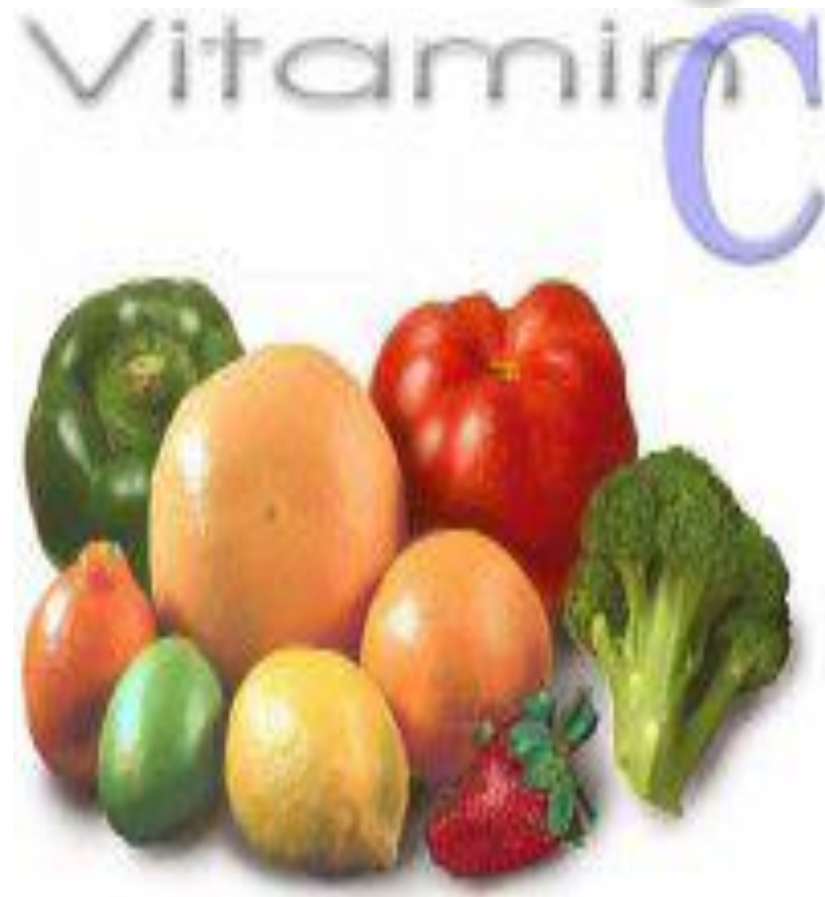
PROZAGADKI.RU
все о загадках



Витамин С



- От простуды и ангины
Помогают апельсины,
Ну а лучше съесть лимон,
Хоть и очень кислый он.
- Если вы хотите реже
простужаться, быть
бодрыми, быстрее
выздоровливать при
болезни, вам нужен Я -
Витамин "С".
Меня называют витамином
здоровья.





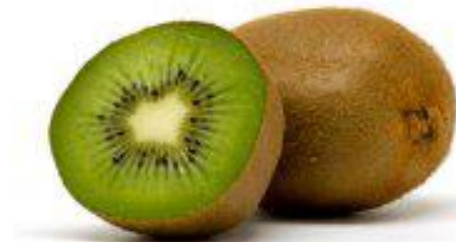
Загадки-отгадки «С»



1. Желтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Но на вкус кислейший он,
А зовут его ... (лимон).



2. Далеко на юге где-то
Он растёт зимой и летом.
Удивит собою нас
Толстокожий ... (ананас).



3. Отгадать не очень просто -
Вот такой я фруктик знаю -
Речь идет не о кокосе,
Не о груше, не о сливе, -
Птица есть еще такая,
Называют так же - ... (киви).



Витамин «Д»



- Рыбий жир всего полезней
Хоть противный – надо пить
Он спасает от болезней,
Без болезней – лучше жить!

Если вы хотите быть
крепкими, ловкими,
сильными, чтобы у вас
были крепкие зубы и кости,
тогда вам нужен Я -
витамин «Д».

Меня называют витамином
солнца.

Vitamin D





Загадки отгадки « Д »



1. Ты весь мир обогреваешь,
Ты усталости не знаешь,
Улыбаешься в оконце,
И зовут тебя все... (солнце)



2. Землю пробуравил,
Корешок оставил,
Сам на свет явился,
Шапочкой прикрылся

(гриб)

3. Блещет в речке чистой
Спинкой серебристой.

(рыба)





Друзья витамины



- Чтоб расти и развиваться,
Нужно правильно питаться.
Всухомятку не таскать,
Витамины потреблять!
Сыр на завтрак нужно кушать -
Витамина А заряд!
Бутерброд намажем маслом -
В1 получим сразу.
Молоко нам нужно пить,
С витаминами дружить!
Мясо, рыбу и яйцо
Станем кушать непременно!
И орешки будем грызть,
Чтоб белком нам запастись!
Будут дети развиваться,
Если правильно питаться!

