

# **ПРАВИЛЬНО ПИТАЙСЯ - РАСТИ И УЛЫБАЙСЯ !**

---

**группа "Незнайки"**

**Подготовили:**

**Бессарабова Мария Валерьевна**

**Рождественская Оксана Юрьевна**









---

***Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молоко, продукты -  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна  
Вот вам добрые советы  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Научись его ценить!***









На моей тарелочке  
Рыженькая белочка.  
Чтоб она была видна,  
Все съедаю я до дна!







*Посадили мы лучок,  
Раз пучок и два пучок.  
Вырос он душистый,  
Зеленый и пушистый.*







**Пейте воду ключевую,  
Чтоб иметь семью живую.  
Ешьте ягоды лесные,  
А не чипсы покупные  
Ешьте овощи и фрукты.  
Не будьте похожи на сухофрукты.  
Будем кушать вкусный хлеб  
А фаст-фуду скажем нет!**







yes











**Что полезно и что вредно - надо это знать,  
чтобы сильным и здоровым в будущем стать !**

---





**БУДЬ  
ЗДОРОВЫМ,  
УЛЫБАЙСЯ,  
ПРАВИЛЬНО  
ПИТАЙСЯ !**

---

