



«Молоко и молочные продукты»

Загадка.

«Оно течет, но не вода.
Оно, как снег бело всегда.
На вкус узнать его легко,
Ведь это в крынке ...»
(Молоко)





Издавна народ слагал о молоке
пословицы и поговорки:

«Корова во дворе – еда на
столе»

«Заварил кашу, так не
жалей ни молока, ни
масла»



В состав молока входят:



- жиры;
- белки;
- углеводы.



Олень



Коровье

МОЛОКО



Кумыс (Лошадиное)



Верблюжье



Козье

укрепляет зубы и
кости

укрепляет
волосы и ногти

утоляет жажду

укрепляет
иммунитет



снижает вес

успокаивает

защищает сердце

Кисло - молочные продукты.

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



Йогурт -



это кисломолочный продукт обычно с фруктовыми добавками.

Йогурты содержат кальций, необходимый для формирования и укрепления костей, а также для роста зубов, и витамин В2, который благотворно влияет на рост детского организма.



Сметана

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



Кефир

Среди всех
кисломолочных
продуктов, выпускаемых
сегодня в мире, кефир
может по праву занять
первое место.

В составе кефира есть
много полезного для
нашего здоровья.

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

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

Мороженое –

любимое лакомство, как детей, так и взрослых. Одна порция мороженого хорошо успокаивает нервы и поднимает настроение.



Пейте, дети,
молоко
Будете
здоровы!

