

***Самый полезный  
и любимый мой  
фрукт:  
ЯБЛОКО!!!***

Выполнила: ученица 1"Б" класса МБОУ СОШ №13 г. Южно-Сахалинска: Майорова Ольга Александровна





**1.ЦЕЛЬ:** Узнать о пользе яблок для человека

**2.ГИПОТЕЗА:** Яблоки самые полезные и вкусные!!!

**3.ЗАДАЧИ:** Поделиться информацией с одноклассниками!

# ЯБЛОКО

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА



-СОДЕРЖАТ МНОГО  
КЛЕТЧАТКИ,

-УЛУЧШАЮТ  
ПИЩЕВАРЕНИЕ,

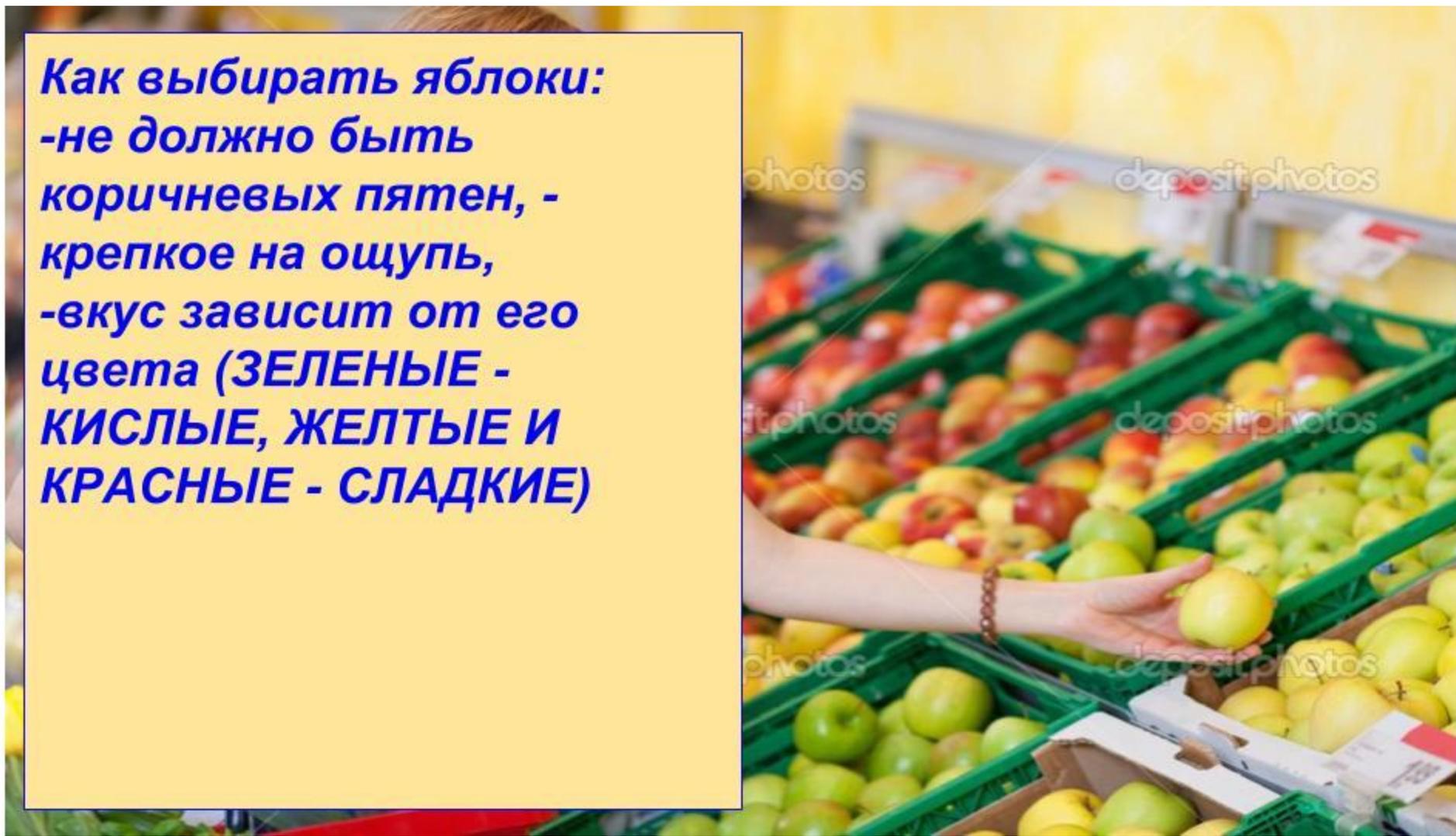
-УКРЕПЛЯЮТ  
СЕРДЦЕ,

-ТОНИЗИРУЮТ



В английском языке есть пословица  
«кто яблоко в день съедает, у доктора  
не бывает!»

**Как выбирать яблоки:**  
**-не должно быть**  
**коричневых пятен, -**  
**крепкое на ощупь,**  
**-вкус зависит от его**  
**цвета (ЗЕЛЕННЫЕ -**  
**КИСЛЫЕ, ЖЕЛТЫЕ И**  
**КРАСНЫЕ - СЛАДКИЕ)**



**В КОЖУРЕ ВСЕ САМЫЕ  
ПОЛЕЗНЫЕ ВИТАМИНЫ**



Существует много способов приготовления яблок

напитки из яблок



Блюда из яблок



ПИРОГИ



Десерты





*Яблоко не вызывает  
аллергию в отличие  
от мандаринов и  
бананов, а груши  
нельзя кушать на ночь*

подтвердилась.

Действительно, яблоко,  
полезный и вкусный фрукт.

