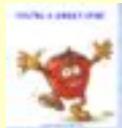
Витаминный алфавит



Составила: Гасанбекова В.З ,воспитатель ДОУ №4 «Калинка» г.Волжск



Витамины

Одной из главных составных частей пищи являются витамины. Если поставить на стол сразу завтрак, обед, ужин, для одного человека, то тесно будет тарелкам и салатницам. Но если из этой пищи выделить витамины, то получится крупинка. Но если этой крупинки не будет в нашей пище, то человека ждут болезни. Ученые обнаружили разные витамины в разных продуктах. Особенно их много в овощах и фруктах.

Основные витамины - А, В, С, Д.

Витамины — это полезные вещества, которые есть во всех овощах и фруктах. Чтобы хорошо себя чувствовать, быть здоровым и бодрым, человеку каждый день необходимо кушать и овощи, и фрукты.

Ученые каждому витамину дали свое название. Например, есть витамины:

А, В, С, Д, Е. Каждый витамин полезен нашему Организму по- своему:













Никогда не унываю И улыбка на лице Потому что принимаю Витамины АВС



ВИТАМИНЫ









КРЕПКИЕ ЗУБЫ





