

**В И Т А М И Н Н А**

**С Е М Ь Я**

# Советы Зелибобы

- Перед едой мой руки с мылом.
- Хорошо мой овощи и фрукты.
- Ешь небольшими кусочками.
- Во время еды не разговаривай.
- Не передай! Ешь в меру.

# ВИТАМИН А



Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен Я!



# ВИТАМИН В



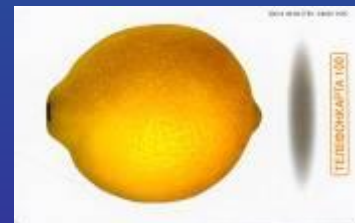
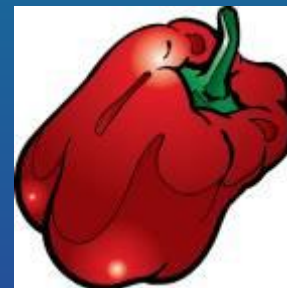
Если вы хотите быть сильными, иметь хороший аппетит и не хотите огорчаться по пустякам, вам нужен Я!



# ВИТАМИН С

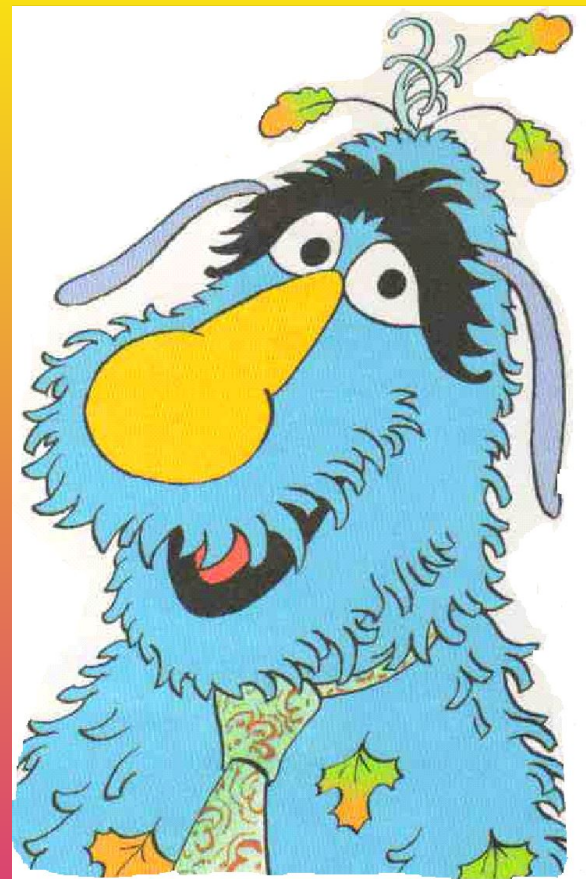


Если вы хотите реже простужаться, быть здоровыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я!



# Ребята!

**Овощей нужно есть  
как можно больше,  
потому что в них  
много витаминов и  
других полезных  
веществ.**



***Без витаминов человек болеет!***

