

# ВИТАМИН

# Ы



Никогда не унываю,  
И улыбка на лице,  
Потому что принимаю  
Витамины А, В, С.



# Витамин А

Помни истину простую,-  
Лучше видит только тот,  
Кто жуёт морковь сырую  
Или пьёт морковный сок.





# Витамин В

**Очень важно спозаранку  
Есть за завтраком овсянку.  
Чёрный хлеб полезен нам.  
Ине только по утрам.**





# Витамин С

**От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну а лучше есть лимон,  
Хоть и очень кислый он.**



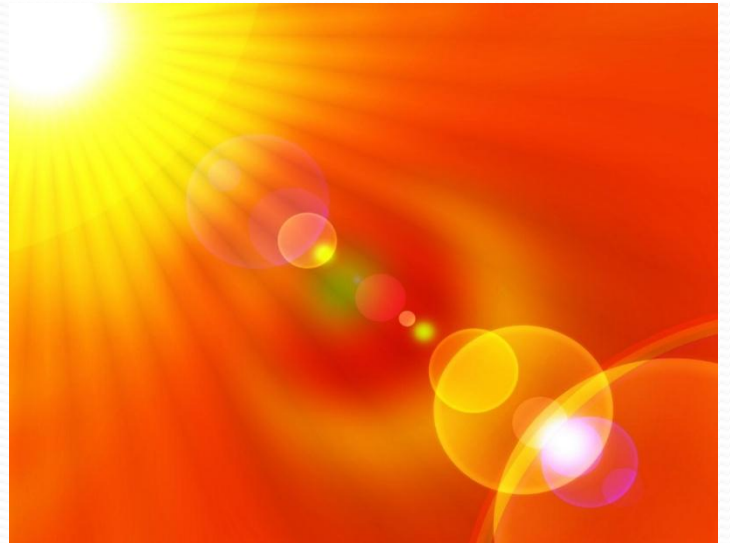




# Витамин D

**Рыбий жир всего полезней,  
Хоть противный - надо пить.  
Он спасает от болезней  
Без болезней - лучше жить.**





# Витамин Е

- Продлевает жизнь человека,
- Увеличивает мышечную массу.



**Еще витаминов есть много,  
Пополняйте организм ими  
строго.**

**Тогда не будете болеть,  
Будете веселиться и петь.**

