

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.

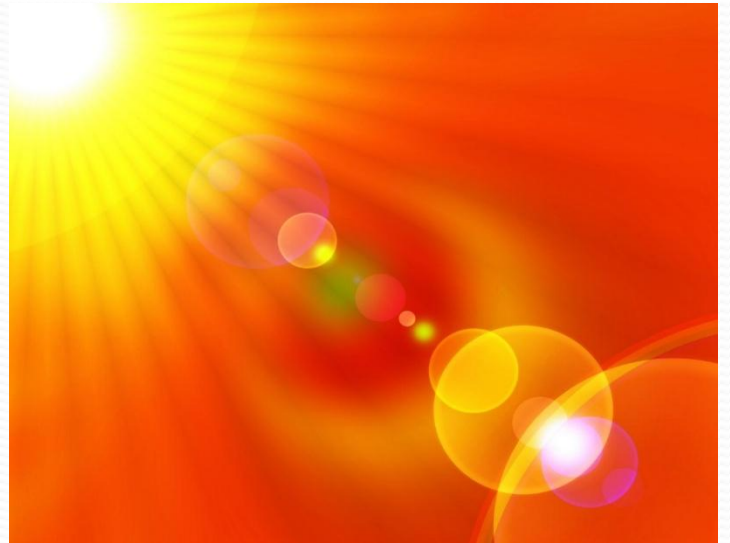




Витамин D

**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.**

