

Витаминная азбука



Существует много азбук

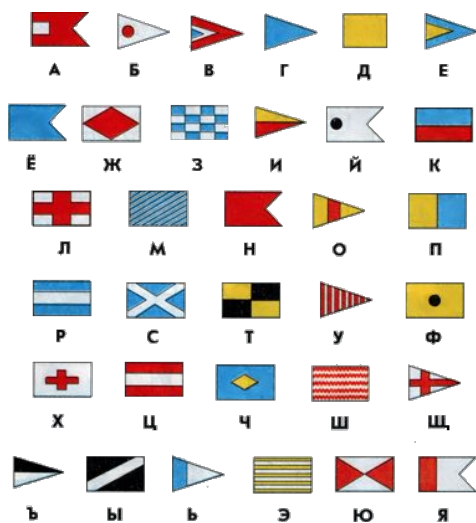
Алфавитная азбука



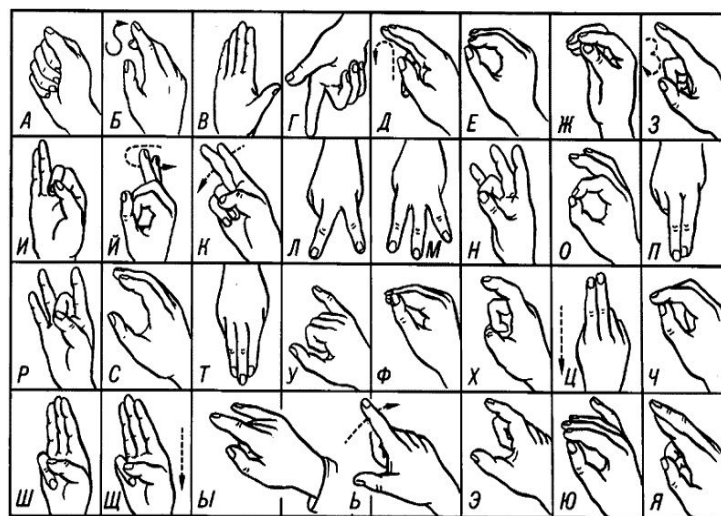
Азбука Морзе

А	• —	Л	• — • •	Ц	— • — •
Б	— • • •	М	— —	Ч	— — — •
В	• — —	Н	— •	Ш	— — — —
Г	— — •	О	— — —	Щ	— — • —
Д	— • •	П	• — — •	Ъ	• — — • — •
Е	•	Р	• — •	Ы	— • — —
Ж	• • • —	С	• • •	Ь	— • • —
З	— — • •	Т	—	Э	• • — • •
И	• •	У	• • —	Ю	• • — —
Й	• — — —	Ф	• • — •	Я	• — • —
К	— • —	Х	• • • •		

Морская азбука



Азбука глухонемых

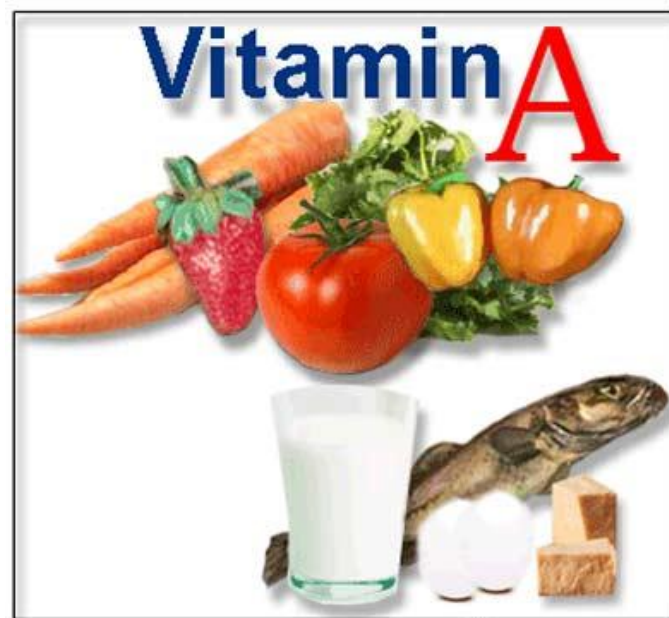


ВИТАМИН А

Витамина А нужен для зрения. Например, он содержится в моркови.

Помни истину простую –

- Лучше видит только тот,
- Кто жует морковь сырую
Или сок морковный пьет.



ВИТАМИН В

Витамин В улучшает работу мозга. Он содержится в овсянке, черном хлебе и мясе.

Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам,
И не только по утрам.



ВИТАМИН С

Витамин С нужен для борьбы с простудой. Он содержится в цитрусовых (лимон).

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



ВИТАМИН D

Витамин D нужен для сохранения для здоровья костей и профилактики рахита у детей. Он содержится в рыбьем жире.

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



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.

