

ПЛОХ ТОТ ОБЕД, ЕСЛИ ХЛЕБА НЕТ

Презентация к беседе по правильному питанию.







Пшеничный хлеб



Ржаной хлеб



Булочки



Батон

Хлеб - один из важнейших продуктов в мире, основной источник питания, содержащий практически все питательные вещества, необходимые для жизни.







Хлеб — один из старейших приготавливаемых продуктов.

Долгое время люди употребляли в пищу зерна в сыром виде, затем научились растирать их между камнями, получая крупу, и варить её.

Так появились первые жернова, первая мука, первый хлеб.

Первый хлеб имел вид жидкой каши. Она и является прародительницей хлеба.



Отгадайте загадки:

Вырос в поле дом,
Полон дом зерном,
Стены позолочены
Ставни заколочены
Ходит дом ходуном
На столбе золотом



Парикмахер необычный
Гладко чуб стрижёт
пшеничный,
И лежат за ним вразброс
Копны золотых волос.



Был я сыпучим,
Потом – тягучим,
В огонь попал –
Мягким стал.



ПОСЛОВИЦЫ

Гречневая каша - матушка наша, а хлебец ржаной – отец наш родной.

Сколько ни думай, а лучше хлеба-соли не придумаешь.

Хлеб – батюшка, вода – матушка.

Хлеб – дар божий, отец, кормилец.

Пока есть хлеб да вода - все не беда.

Хлеб – всему голова.

Хлеб да вода – богатырская еда.



Цистоговорки о хлебе

Жок-жок-жок – это пирожок,

Шки-шки-шки - мама жарит пирожки.

Жок-жок-жок - кушай дочка пирожок,

Чи-чи-чи - пекуться в печке калачи.

Ач-ач-ач – вкусный будет наш калач.



Правила бережного отношения к хлебу:

- 1. Не покупай лишнего хлеба.**
- 2. Никогда не бери хлеб грязными руками!**
- 3. Ставь хлеб на стол первым, положив его на чистую салфетку или на тарелку.**
- 4. За столом бери столько хлеба, сколько съешь.**
- 5. Во время еды не допускай шалостей с хлебом.**
- 6. Чтобы хлеб лучше сохранялся, храни его в емкости с крышкой или в хлебнице.**
- 7. Научись использовать чёрствый хлеб.**
- 8. Никогда не выбрасывай хлеб!**
- 9. Всегда и везде уважительно относись к хлебу!**



МОЛОДЦЫ!

