



Практически все виды злаковых и овощных культур подходят для выращивания и употребления в форме микрозелени.

- злаковые культуры;
- бобовые культуры;
- овощные культуры;
- травы и салаты;
- дикие травы

Проращивать все это можно с помощью «2- модульного проращивателя «Здоровья Клад», получить проростки можно за считанные часы.



Выращивая микрозелень в 2 — модульном проращивателе «Здоровье Клад» - у детей формируется самостоятельность, трудолюбие, инициативность, способность планировать и осуществлять практическую деятельность, отслеживать результаты выполнения своей работы, делать выводы, приобретать новые знания умения и навыки.

Ушакова Надежда Ивановна воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 7»,
первая квалификационная категория

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 7 комбинированного вида»
623143 Свердловская область,
город Первоуральск,
село Битимка, ул. Совхозная, д.7а,
тел. 8(3439)296-630, 8(3439)296-630

**«Микрозелень - доступные витамины, выращенные своими руками.
(использование 2— модульного проращивателя «Здоровье Клад»)**



Для кого проращиватель «Здоровья Клад»?

1. Для здорового и правильного питания детей и взрослых (сочная зелень, полезные проростки).
2. Для домашних питомцев (полезное лакомство—зеленая травка).

Пророщенные зерна – это уникальный источник витаминов, ферментов и минеральных веществ. Пророщенная пшеница, зеленая гречка, горчица, микрозелень, рожь, ячмень, бобовые, семена подсолнечника, арахис – полезные проростки, это натуральный продукт, а также полезное дополнение к питанию в любое время года.

Микрозелень—это натуральная и экологически чистая еда, а процесс выращивания микрозелени—это интересное и полезное занятие.

Можно выращивать:

- круглый год;
- в домашних условиях
- **на воде, без почвы**

Микрозелень — это зелень в фазе первых двух листов (кресс-салат, руккола, дайкон, горчица и другие). Молодые ростки в момент активного роста содержат максимальное количество витаминов и полезных для организма веществ.



Зеленая травка для домашних питомцев

Это не только вкусное лакомство для кошек, но и источник полез-



ных веществ для вашего питомца. В качестве семян для зелёной травки подойдут зёрна злаковых культур: овёс, пшеница, рожь или их смесь. Всхожесть зависит от качества посадочного материала.

Примерная продолжительность предпосевной подготовки семян овощей

Культура	Количество часов
Горох	12–161
Перец	24–36
Петрушка	12–24
Редис	8–12
Салат	10–15
Свёкла	18–24
Сельдерей	20–24

