



**Овощи и фрукты**

100

200

300

400

500

**Полезное меню**

100

200

300

400

500

**Вкусные загадки**

100

200

300

400

500



**200**

Она бывает брюссельская,  
белокочанная, цветная,  
брокколи. О каком  
овоще идёт речь?



**100**

Я капелька лета на тоненькой ножке,  
Плетут для меня кузовки и лукошки.  
Кто любит меня, тот и рад поклониться.  
А имя дала мне родная земляца.



400

Как называется  
сушёная слива?



300

Этот фрукт в России  
едят чаще всего.



The background features a collage of fresh vegetables including green bell peppers, red tomatoes, and yellow corn. On the left side, there is a stylized sun-like graphic with yellow rays and a green circular element. The text is centered on a light green rectangular background.

**500**

Из этого огородного растения,  
как описано в сказке Шарля  
Перро, получается отличный  
транспорт для главной  
героини.



The background features a variety of fresh vegetables including green bell peppers, red tomatoes, and yellow corn cobs. A light green rectangular box is centered on the page, containing text and a navigation arrow. The number '300' is written in a large, blue, bold font at the top of the box. Below it, two lines of text in a blue font describe a riddle. At the bottom of the box, there is a grey navigation arrow pointing to the left.

**300**

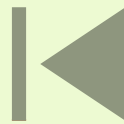
Как на нашей грядке  
выросли загадки.

Сочные да круглые,  
красные да крупные.



**400**

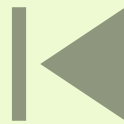
Кафтан на мне зелёный,  
А сердце как кумач.  
На вкус как сахар сладок,  
На вид похож на мяч.





**500**

Девушка укуталась в листья под грядкой,  
Выбилась только кудрявая прядка.  
Одета она в золотую кольчугу –  
Плотно прижаты колечки друг к другу.



**100**

Как репка жёлт со всех сторон,  
Чем больше дыр, тем лучше он.

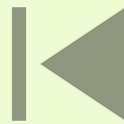


The background features a variety of fresh vegetables including green and red bell peppers, yellow corn cobs, and a tomato. A light green rectangular box is centered on the page, containing text and a navigation icon. The number '200' is written in a large, bold, blue font at the top of the box. Below it, a riddle is written in a smaller blue font. At the bottom of the box, there is a grey navigation icon consisting of a vertical bar and a left-pointing triangle.

**200**

Отгадать легко и быстро:  
Мягкий, пышный и душистый.

Он и чёрный, он и белый,  
А бывает – подгорелый.



**100**

Что получится, если смешать  
помидор, огурец, укроп и  
сметану?



**400**

Что котёнок Гав в известном мультфильме спрятал в «самое надёжное место»?



The background features a collage of fresh vegetables including green bell peppers, red tomatoes, and yellow corn. A light green rectangular box is centered on the page, containing text and a navigation icon. The number '500' is displayed in a large, bold, blue font at the top of the box. Below it, a paragraph of text in a blue font describes the most common grain in the world. At the bottom of the box, there is a grey navigation icon consisting of a vertical bar and a left-pointing triangle.

**500**

Самая распространённая в мире крупа. Отличная каша для завтрака.



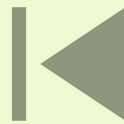
**200**

**Фрукты, ягоды  
сварились, вкусно  
елись, сладко пились.**



**300**


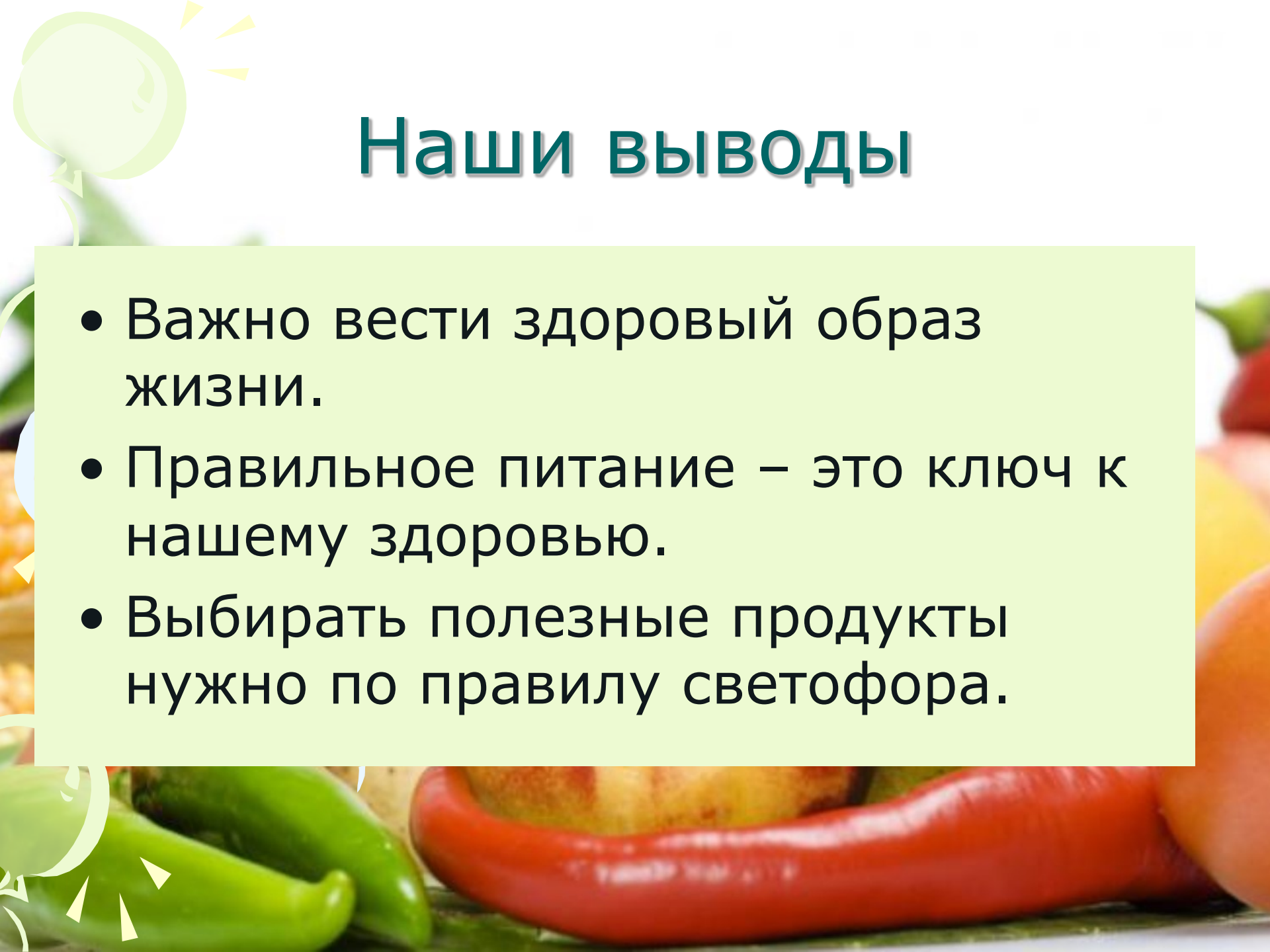
Карась, щука, сазан, лещ.  
Какое жидкое блюдо  
МОЖНО ИЗ НИХ  
приготовить?







# Наши выводы

- Важно вести здоровый образ жизни.
  - Правильное питание – это ключ к нашему здоровью.
  - Выбирать полезные продукты нужно по правилу светофора.
- 
- 



# Домашнее задание

- Расскажи родителям о том, что узнал на уроке «Секреты правильного питания».
- Вместе с родителями нарисуй полезные продукты, которые ты любишь больше всего.