



**В ГОСТЯХ У
ВИТАМИНКИ**

Витамины



Не даром их название
с латинского языка —

«ЖИЗНЬ».

Витамины – просто чудо!
Столько радости
несут:
Все болезни и
простуды
Перед ними упадут,
Вот поэтому всегда
Для нашего здоровья
Полноценная еда –
Важнейшее условие!



Где живут витамины?



Витамин А

Витамин А очень важен для зрения, его называют «витамином роста». Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин А.



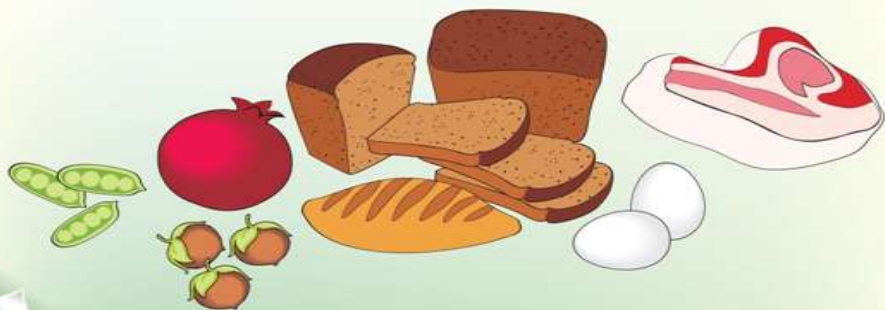
Витамин С

Витамин С укрепляет весь организм, защищает от простуды. Если всё-таки простудился, то с его помощью можно быстрее выздороветь. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин С.



Витамин В

Витамин В помогает сердцу хорошо работать, даёт энергию нашему организму. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин В.



Витамин Д

Витамин Д укрепляет наши косточки. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин Д.

