

# Твои первые уроки здоровья.

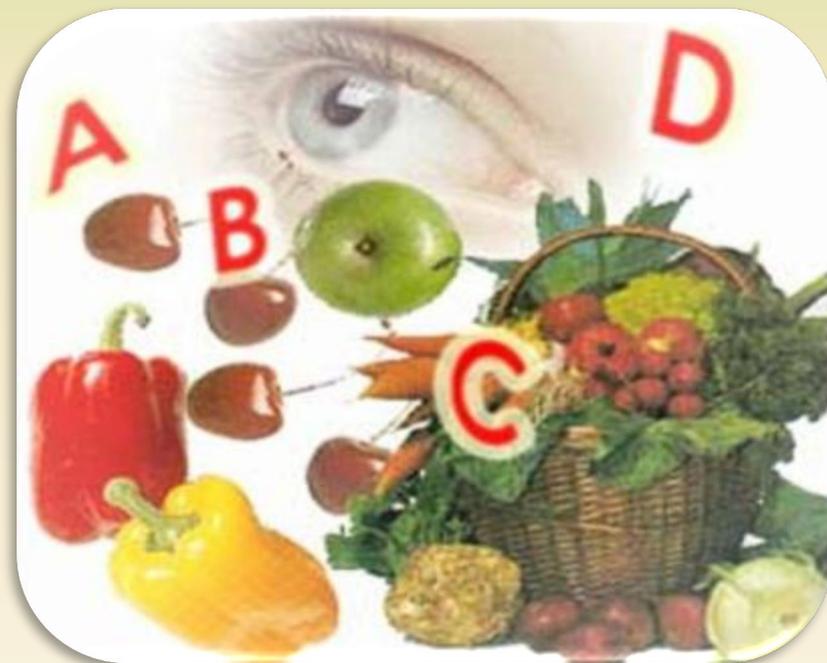
## Где живут витамины?



Рассказова М.Б.  
ЦРР «Росток»  
Санкт-Петербург



Никогда не унываю,  
И улыбка на лице,  
Потому что принимаю  
Витамины А, В, С.







**B 1**





C





D





**B<sub>2</sub>**





pp





Помни истину простую-  
Лучше видит только тот.  
Кто жует морковь сырую  
Или сок морковный пьёт.

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

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

**Эти правила, дружок,  
Ты запомни на зубок.  
Будешь ты тогда здоров,  
И без всяких докторов!**



Рассказова Марина Борисовна

**Презентация  
опубликована на сайте  
[wiki.rdf.ru](http://wiki.rdf.ru)**