

Викторина «Здоровое питание»

1. Какой овощ очень полезен для зрения?

- Морковь
- Капуста
- Помидор

2. Какое название ещё имеет помидор?

- Томат
- Синьор
- Плод

3. Какой витамин получает человек, загорая на солнышке?

- Витамин Д
- Витамин С
- Витамин А2

4. Какой полезный продукт производят пчёлы?

- Кефир
- Мёд
- Масло

5. Как называется сушеный абрикос без косточки?

- Изюм
- Чернослив
- Курага

6. Этот напиток считается вредным для детского организма

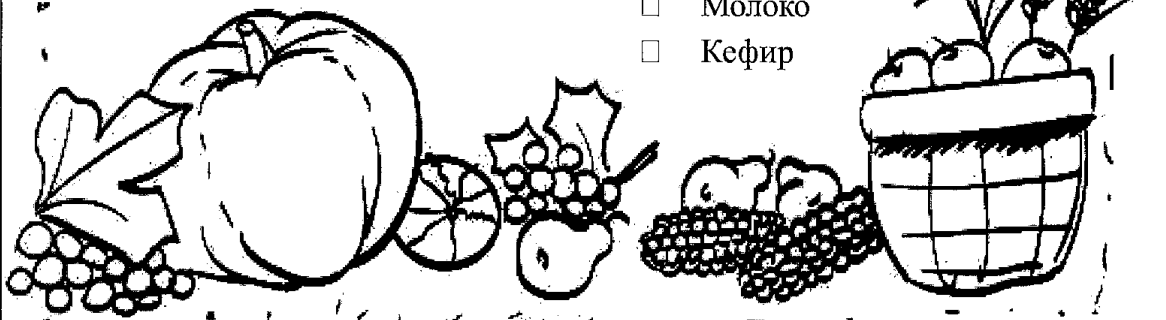
- Газированная сладкая вода
- Минеральная вода
- Чай

7. Как называется каша, сваренная из смеси нескольких круп?

- Счастье
- Дружба
- Любовь

8. Первая еда родившегося ребенка

- Каша
- Молоко
- Кефир



Загадки о здоровом питании

Очень яркая девица
Летом прячется в темнице.
Любят зайчики и детки
В свежем виде и в котлетках.
Эта рыжая плутовка
Называется...

Я – и свежий, и солёный,
Весь пупырчатый, зелёный.
Не забудь меня, дружок,
Запасай здоровье впрок.

Жёлтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Витаминов кладезь он,
А зовут его...

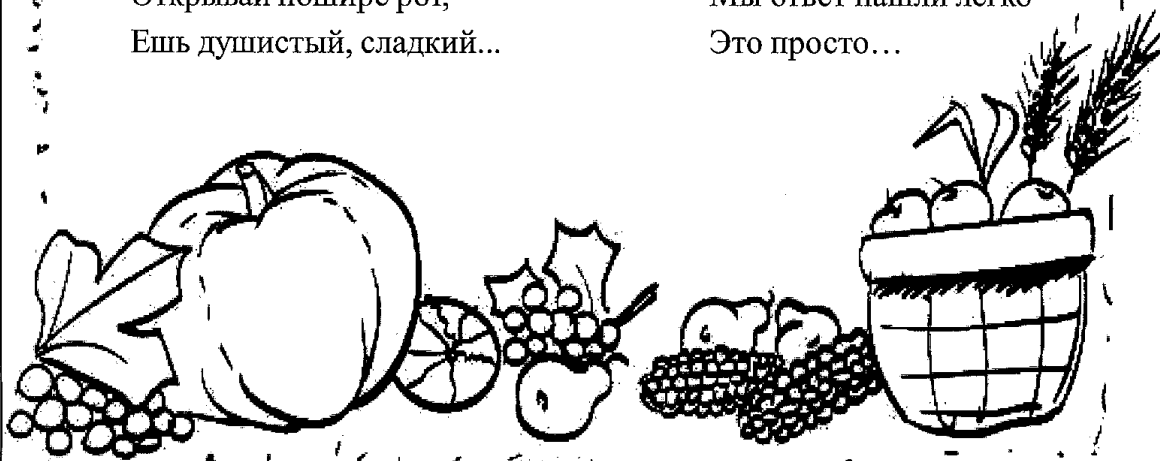
Пчелки летом потрудились,
Чтоб зимой мы угостились.
Открывай пошире рот,
Ешь душистый, сладкий...

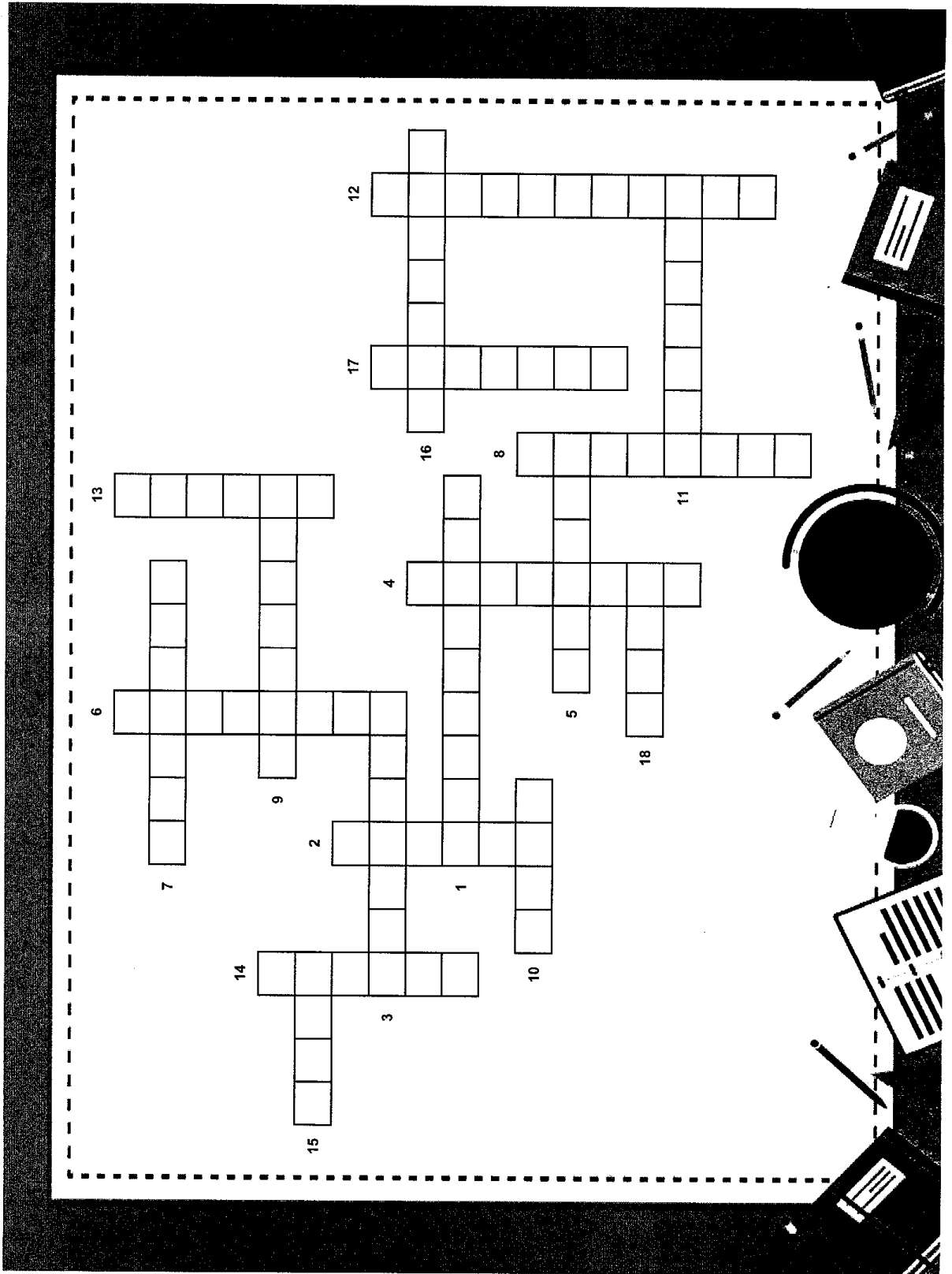
Из крупы ее сварили,
Посолили, подсластили.
Эй, ну где же ложка наша?!
Так вкусна на завтрак...

Сделан он из молока,
Но тверды его бока.
В нем так много разных
дыр.
Догадались? Это...

Догадайтесь, кто такая?
Белоснежная, густая.
Сливки взбили утром рано,
Чтоб была у нас...

Что за белая водица
С фермы к нам в бидонах
мчится?
Мы ответ нашли легко —
Это просто...





1. Чтобы ребенок был здоров он должен с детства укреплять его, занимаясь спортом, закаливанием, питаться полезной едой. Что же это?
2. Его формируют, чтобы дети получили всю необходимую полезную еду, в продуктах в нужном количестве было все самое полезное и необходимое. Догадались что это?
3. Как называется процесс, когда ребенок потребляет еду?
4. Место в школе, где употребляют пищу. Как оно называется?
5. Этот продукт делается с использованием молока, он приобретает густоватую массу белого цвета. Данный продукт очень полезен для зубов и костей. Что это?
6. Если ребенок не болеет значит с ним у него все хорошо и у него крепкое...?
7. Школьник хочет купить шоколадку, либо сок, используя при этом автомат с едой, который выдает продукты. Как называется продажа продуктов питания в школе с помощью такого автомата?
8. Белки, жиры, (дополни пропущенный ряд слов)
9. Как называется лёгкий приём пищи между обедом и ужином?
10. На входе в школьную столовую на стене висит список того, что дети будут сегодня кушать на обед. Что висит на стене?
11. Съешь полезный фрукт один, в нем будет вкусный и полезный ...?
12. Так называется процесс переваривания пищи. Что это?
13. Полезный продукт, его «производителем» является корова. Что это?
14. Этот напиток варят из фруктов, в школьных столовых часто бывает из «сухофруктов». Как он называется?
15. Его сносит курица.
16. Чтобы кости были крепкими, зубы и волосы здоровыми нужно употреблять продукты, в которых он содержится. Что это?
17. Как называется самый первый в течение дня прием пищи?
18. Мы едим ее на завтрак, она варится на воде или на молоке, бывает из крупы или муки. Что же это?



Сказочные загадки

- ❖ Этот полезный и вкусный овощ тащили из грядки Дедка, Бабка, Внучка, Жучка, Кошка... А вытащить его помогла Мышка! Что это за овощ?
- ❖ По легенде, в этом очень полезном и вкусном овоще находят детей.
- ❖ Этот очень вкусный и полезный продукт белого цвета протекал вместо воды в реке с кисельными берегами в сказке «Гуси-лебеди».
- ❖ Эти полезные и очень вкусные продукты грызла белка из «Сказки о царе Салтане» А.С. Пушкина.
- ❖ Из какого очень полезного и вкусного овоща, который бывает преимущественно оранжевого цвета, сделала карету для Золушки её фея-крестная?
- ❖ Этот сладкий, вкусный, полезный продукт очень любил медвежонок Вини-Пух.

