

Любимое блюдо учащихся

МБОУ СОШ № 5

станица Стародеревянкская

**Рано утром просыпайся,
Себе, людям улыбайся,
Ты зарядкой занимайся,
Обливайся, вытирайся,
Всегда правильно питайся,
В школу смело отправляйся.**



Дерево держится своими корнями, а человек - пищей

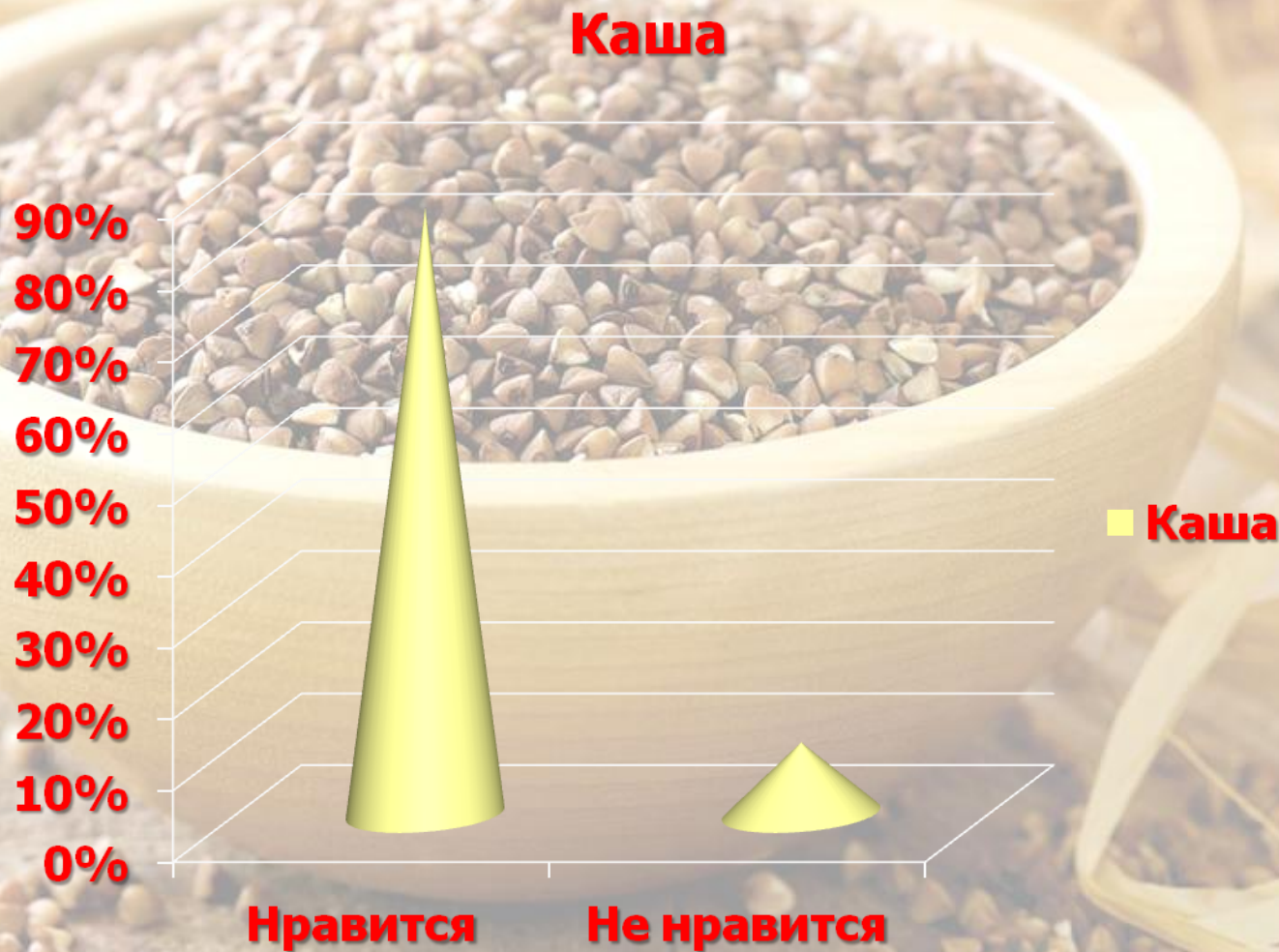
650 учащихся МБОУ СОШ № 5
питаются в школьной столовой



Прежде чем за стол мне сесть,
Я подумаю, что съесть



В ходе анкетирования учащихся школы выявлено,
что их любимым блюдом является гречневая каша
с тушеной птицей в сметане

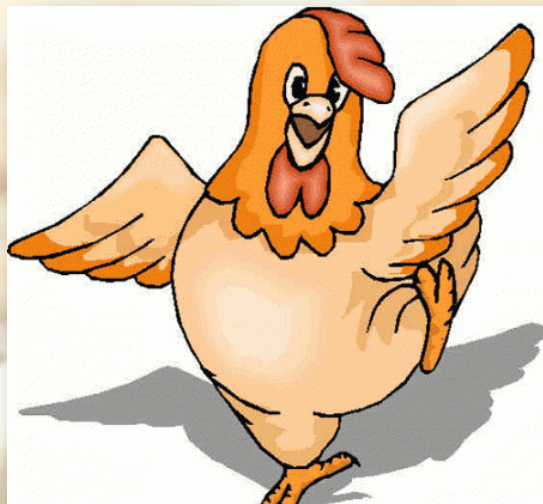


**Люблю я гречневую кашу –
И разве это тяжкий грех?
Ведь кормят ей державу
нашу,
По мне – она вкуснее всех!
Полезна очень для здоровья,
В ней углеводы и белки,
И отношусь я к ней с
любовью,
Не пожалею и строки.
А если сливочного масла
В неё немного положить –
Жизнь расцветёт, тоска
погаснет,
И можно дальше в мире жить!**



Гречневая каша невероятно полезная и очень вкусная. Кажется, испортить гречневую кашу трудно, мы представляем Вам рецепт варки рассыпчатой гречневой каши.





Но что поделать, коль судьба -
Закон природы лишь простой:
Чтоб, накудахтавшись сполна,
Стать диетической едой.

Мясо курицы отлично утоляет
чувство голода, прекрасно
воздействует на обменные
процессы, восстанавливает
физическую активность.



**Наши дети очень любят
гречневую кашу с куриным мясом**

В рационе школьника обязателен салат



**Свёклу знают все ребята,
Это овощ очень яркий.
Витаминов много в нем,
Мы прекрасно заживем.
Приготовим мы салат,
Будешь ты, конечно, рад.
Приготовим винегрет,
Свекла шлет нам свой привет!**

Вывод:

**Каждый человек должен
заботиться о своем
здоровье. Ведь никто не
позаботится о тебе
лучше, чем ты сам.**

**Полноценная еда
Хороша для нас всегда.
Фрукты, овощи всегда –
Вот отличная еда!
Будет разная еда -
Бодрым буду я всегда.**



Приятного аппетита!

