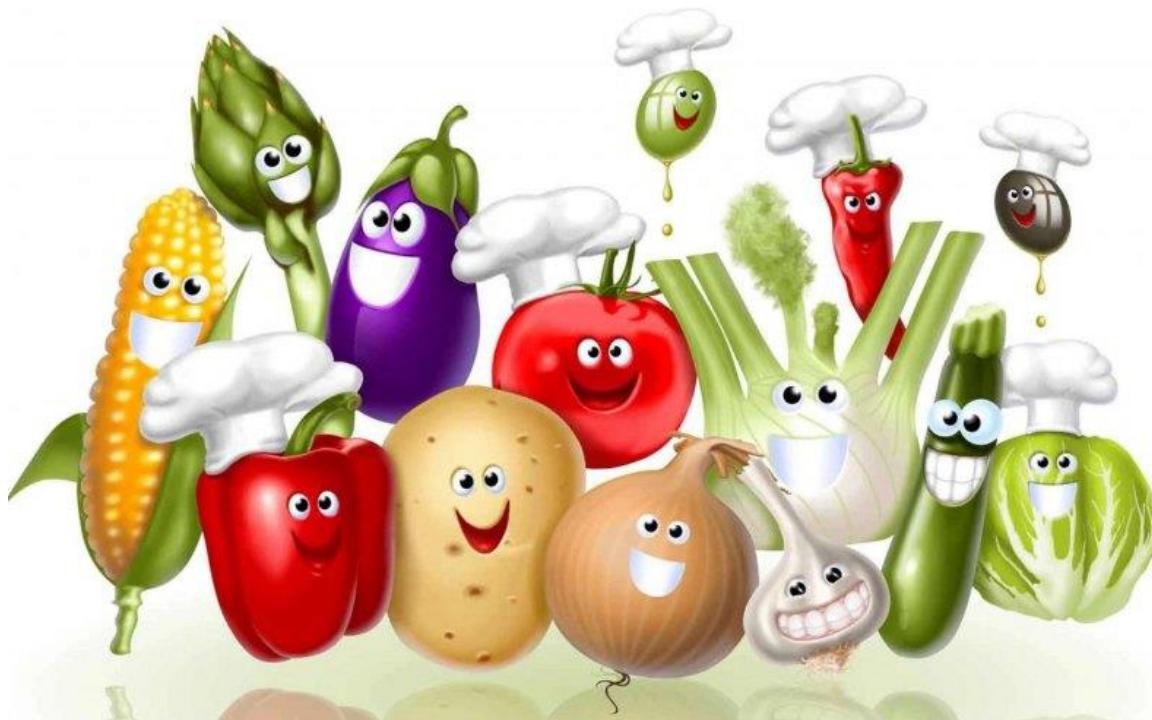


Витамины наши друзья!



Подготовила инструктор
по ФК Никитина
Светлана Николаевна
МАДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад №69»

Витамин А волшебный помощник

- ▶ Помогает глазкам хорошо видеть.
- ▶ Дарит коже и волосам здоровье.
- ▶ Живёт в морковке, тыкве , перце, помидоре, петрушке...



Витамин D

сила косточек

- ▶ Делает косточки крепкими.
- ▶ Помогает расти высоким и сильным.
- ▶ Живёт в солнышке, рыбке, молоке, твороге...



Витамин С

защитник здоровья

- ▶ Помогает не болеть.
- ▶ Делает нас бодрыми и активными.
- ▶ Живёт в апельсинах, лимонах, ягодах.



Ешь полезное – будь здоровым!

- ▶ Витамины – наши добрые друзья.
- ▶ Они помогают расти и играть.
- ▶ Ешь фрукты, овощи и полезные продукты!

