

В И Т А М И Н Н А
С Е М Ь Я

Советы Зелибобы

- Перед едой мой руки с мылом.
- Хорошо мой овощи и фрукты.
- Ешь небольшими кусочками.
- Во время еды не разговаривай.
- Не переедай! Ешь в меру.

ВИТАМИН А



Если вы хотите хорошо
расти, хорошо видеть и
иметь крепкие зубы, вам
нужен Я!



ВИТАМИН В



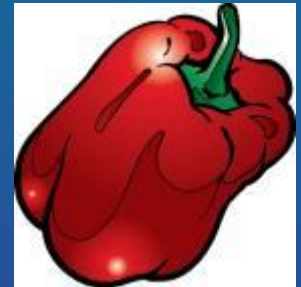
Если вы хотите быть
сильными, иметь
хороший аппетит и не
хотите огорчаться по
пустякам, вам нужен Я!



ВИТАМИН С

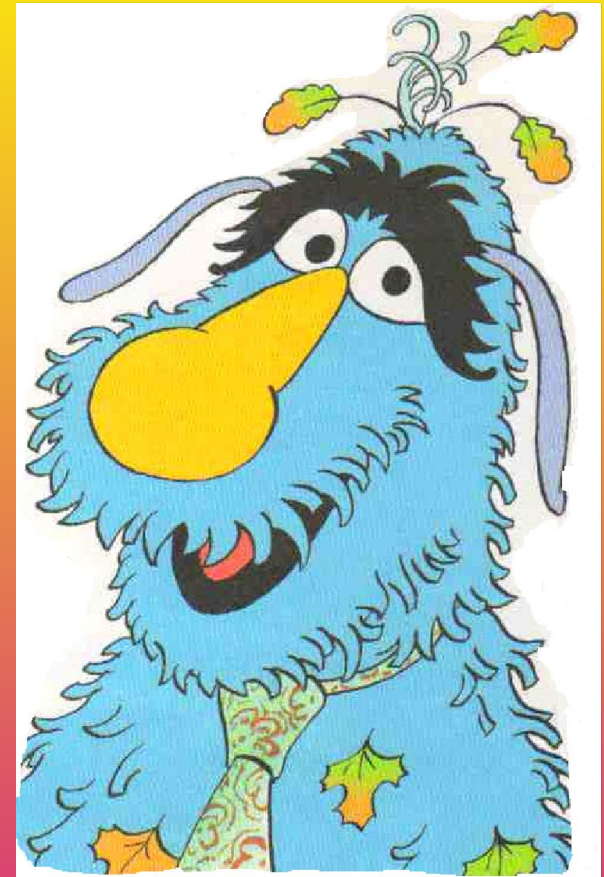


Если вы хотите реже простужаться, быть здоровыми, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я!



Ребята!

**Овощей нужно
есть как можно
больше, потому что
в них много
витаминов и
других полезных
веществ.**



Без витаминов человек болеет!

