



**ЦВЕТОВЕТЕ НА ПЛОДОВЕТЕ И ЗЕЛЕНЧУЦИТЕ**



*Всички плодове и зеленчуци си имат цвят. Едни са жълти, други зелени, червени, лилави оранжеви.*



- *Кой е този цвят?*
- *Какви плодове и зеленчуци познавате с този цвят?*

- Червените плодове и зеленчуци са полезни с това, че правят нашата кожа и коса по-красиви. Предпазват ни да не се разболяваме и ни правят много силни.
- Ето някои червени плодове и зеленчуци:

# ЧЕРВЕНА БОРОВИНКА



ДОМАТ





МАЛИНИ

# РЕПИЧКИ





# ЧЕРВЕНО ФРЕНСКО ГРОЗДЕ



# ЧЕРЕШИ



# ЧЕРВЕНА ЧУШКА



ЯБЪЛКА





ЯГОДА

- Кой е този цвят?
- Какви плодове и зеленчуци познавате с този цвят?

- *Зелените плодове и зеленчуци са много полезни за нашите очи, кожа и пречистват нашия стомах.*
- *Ето някои зелени плодове и зеленчуци:*

# КРУШИ





КИВИ



# КРАСТАВИЦИ



ЗЕЛЕ



# ЗЕЛЕН БОБ



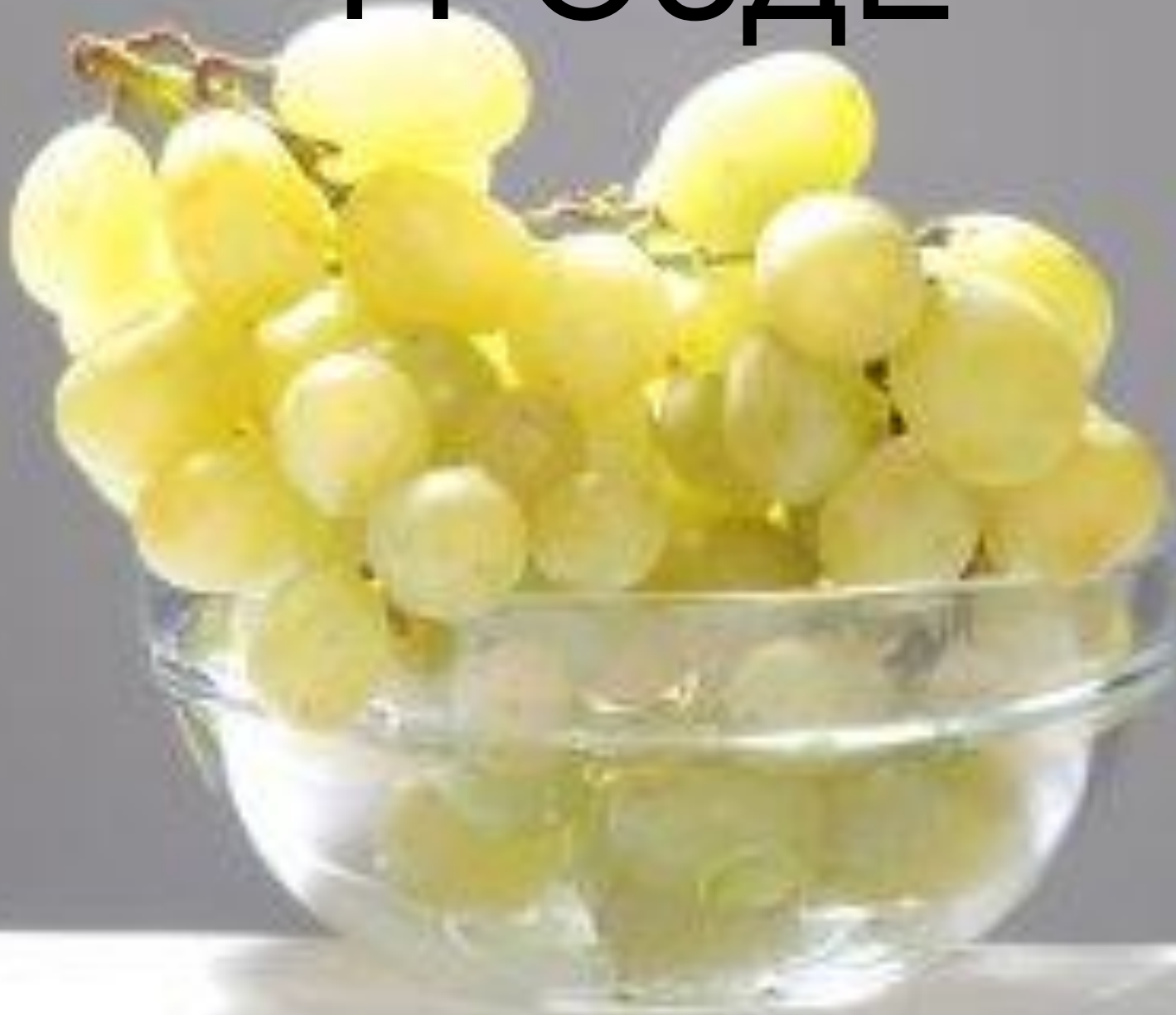
# ТИКВИЧКИ



- Кой е този цвят?
- Какви плодове и зеленчуци познавате с този цвят?

- Жълтите плодове и зеленчуци са много полезни за нашето сърце. Те ни пазят и да не се разболяваме.
- Ето и някои жълти плодове и зеленчуци:

# ГРОЗДЕ





**БАНАНИ**



# ЛИМОНИ



# ДЮЛЯ



- Кой е този цвят?
- Какви плодове и зеленчуци познавате с този цвят?

- Оранжевите плодове и зеленчуци са полезни, защото те пречистват нашето тяло от отровите, които се натрупват в него.
- Ето и някои оранжеви плодове и зеленчуци:

# КАЙСИЯ



# ПОРТОКАЛИ



ПЪПЕШ





# МОРКОВИ





**ТИКВА**

- Кой е този цвят?
- Какви плодове и зеленчуци познавате с този цвят?

- Лилавите плодове и зеленчуци са полезни с това, че те помагат много на нашите кръвоносни съдове.
- Ето и някои лилави плодове и зеленчуци:

# ПАТЛАДЖАН



# СЛИВИ



ГРОЗДЕ

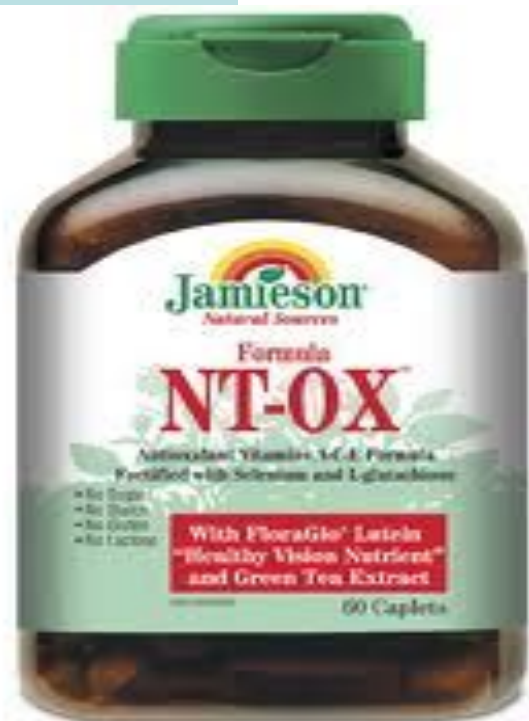




# БОРОВИНКИ



- Освен, че плодовете и зеленчуците са много вкусни те съдържат вещества наречени витамини. Те не се виждат и не се усещат, защото са в много малки количества, но са много важни за нашето здраве. Хората са им дали имена: витамин С, витамин А, Д, В. Те ни помагат да растем силни и здрави. Когато не ядем достатъчно полезни за здравето ни храни, лекарите ни изписват витамини под формата на хапчета или сиропче.



**НО ЗАПОМНЕТЕ!**

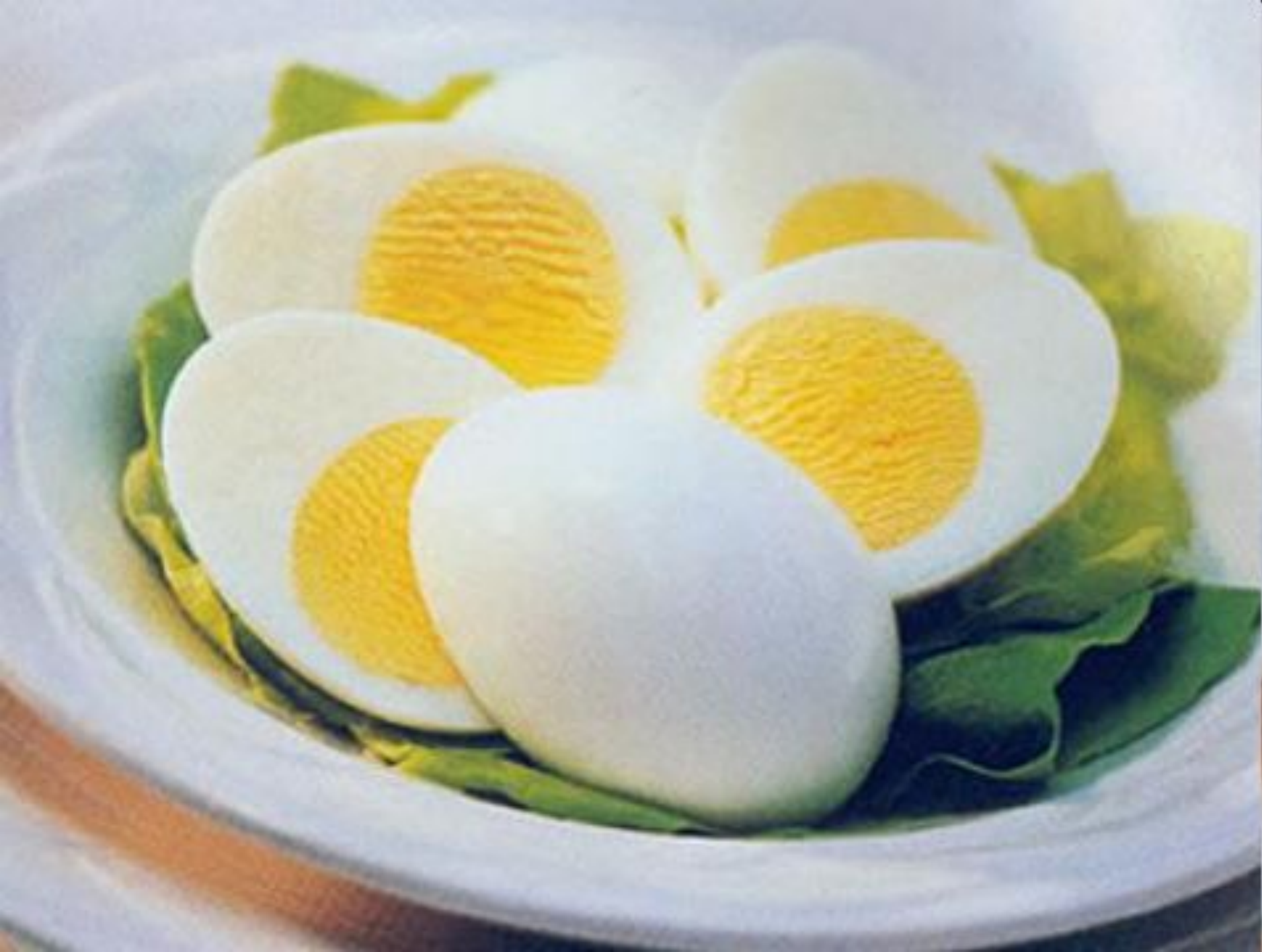
*Преди да изядете плодовете и зеленчуците,  
Те трябва много добре да се измият!*



- Освен плодове и зеленчуци за да сме здрави какво още трябва да ядем?









batpep



