

Каша – пицца наша

МБОУ «Старополтавская СШ»

ученица 4 «А» класса

Неженцева Кристина

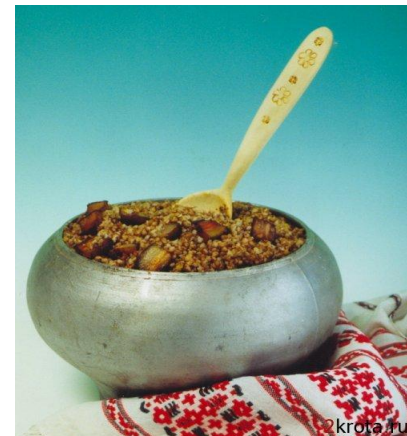
Классный руководитель: Сопивская Е.В.



«Кашка - Малашка»



- Каша – исконно русское блюдо. Самые древние каши – пшенная, манная, овсяная, каша с тыквой, каша с изюмом, каша со свеклой и курагой...
- Вкусно! Каши – очень полезное блюдо, недаром в народе про хилых людей говорят: «...мало каши ел!».
- В старину существовал обычай – в знак примирения с врагом сварить кашу.
С тех пор про несговорчивых людей говорят: «-с ним каши не сваришь!»



Каша – матушка наша

***На столе дымится каша
Где большая ложка наша?
С кашей будем мы дружить
Лет до ста мы будем жить
Наша семья- за здоровое питание.
Поэтому на завтрак у нас всегда
– любимая каша***



Наша еда – каша!

*Цельное зерно несёт в себе
силу природную, силу земли
– матушки. Потому так
полезна каша*



Пшённая каша

Любимая каша моей мамы. Она часто готовит её вместе с рисом и тыквой.

Ммм... - вкусно!



Манная каша

Манная каша – продукт, который вырабатывается из пшеницы. В ней мало клетчатки и жира, поэтому она легко усваивается.



Гречневая каша

Гречневая крупа – одна из самых полезных. В гречке содержатся растительные жиры, крахмал, белки, богата она витаминами и минеральными веществами.



Ячменная каша

Любимая каша моего папы и Петра I.

Семена ячменя очень питательны, содержат белки, жиры, углеводы, ферменты, витамины и минеральные вещества



Доброго здоровья!

*Ешьте кашу каждый день,
Силы набирайтесь,
Чтобы бодрыми быть весь
день: утром умывайтесь!*

