

Пшенная каша



В пшенной каше много питательных веществ, которые помогают работать нашему мозгу. Поэтому ее называют кашей для ума.



Рисовая каша



Манная каша



Гречневая каша



Перловая каша



Перловая крупа цветом и формой отдаленно напоминает речной жемчуг









**Запомните эту историю нашу ,
Пляшите , играйте , но
кушайте кашу !**

**И пшёнку , и гречку ,
перловку и манку ,
С клубникой и сливками -
ешьте**

овсянку .

**Полезной и вкусной должна
быть еда ,**

**И каша поэтому с нами
всегда !**