

В началото на декември Благо и Даря бяха много заети. В училище имаха най-разнообразни задачи, а и правеха планове за Коледа. Въпреки всички задължения те не пропускаха да си отбележат плодометрите всеки ден и успешно вървяха по пътя на здравето.

Очевидно беше, че и господин Плодоноско е доволен, защото не след дълго двете деца отново получиха писмо от него. Когато го отвориха, Благо и Даря прочетоха следното нещо:

Здравейте, скъпи деца,

Радвам се да ви пиша! Щастлив съм и от това, че сте толкова усърдни в своите задачи и напредвате благодарение на своето постоянство. Приятелството ни е все по-голямо, имам ви доверие и както ви бях казал преди време, ще ви разкривам все повече от тайните на Плодария. Затова бих искал да ви покажа плодозаврите - това са възшебни същества, които живеят при нас. Може да ги види само онзи, който отговори на няколко въпроса правилно. Ако се справите, на бял лист пред вас ще се появи ПЛОДОЗАВЪР.

Дали Благо и Даря успяха да отговорят на въпросите? А ти искаш ли да опиташ? Когато го направиш, ще получиш и лист с един от плодозаврите на господин Плодоноско, в който има специално послание.

1. Защо е подходящо да се консумират сезонни плодове и зеленчуци?

Направете ябълката усмихната на твърдението, което е вярно.

-  защото така получаваме по-добър тен, подходящ за сезона;
-  защото не ни изпитват в училище;
-  Сезонните плодове и зеленчуци са тези, които узряват през определения сезон и са подходящи за хапване, защото са свежи и по най-добрия начин подпомагат нуждите на нашето тяло.

2. От всички плодове и зеленчуци оцветете тези, които са сезонни в момента:



3. Защо е по-добре да изберем плодове и зеленчуци, пораснали в България (местна храна), отколкото такива, пристигнали от чужбина?

Направете ябълката усмихната, ако смятате, че твърдението е вярно.

-  Местната храна не изминава големи разстояния, за да стигне до трапезата. Така тя остава свежа и съдържа максимум хранителни вещества;
-  Плодовете и зеленчуците, отглеждани в България, преди ядене не се мият.
-  Когато пътуването на храната е по-кратко, тогава и природата се замърсява по-малко.

 С плодовете и зеленчуците от чужбина се научава по-добре чуждия език.

 Понякога има възможност да се разговаря с хората, които отглеждат плодовете и зеленчуците.

4. Кое е по-здравословно?

 Да подсладим чая със захар

 Да подсладим чая с мед.

5. Добре ли е да купуваме храна, в която има много консерванти (Е-та) - вещества, които подобряват вкуса и предпазват храната по-дълго от разваляне?

 Да, консервантите са много полезни, дават енергия и сили на тялото. Добре е да ги консумираме всеки ден.

 Изкуствените консерванти и подобрители са нещо чуждо и непознато за тялото, няма ги в природата и в много случаи нашият организъм ги разпознава като нещо неподходящо за него. Когато се натрупат, започват да вредят и причиняват болести.

6. Според теб каква е задачата на ПЛОДОЗАВРИТЕ? Какво правят те за хората?

Те са за здравословно хранене

Ти ме откри!
А сега ме оцвети
и какво ти пожелавам
намери.



Пожелавам ти здраве и успехи