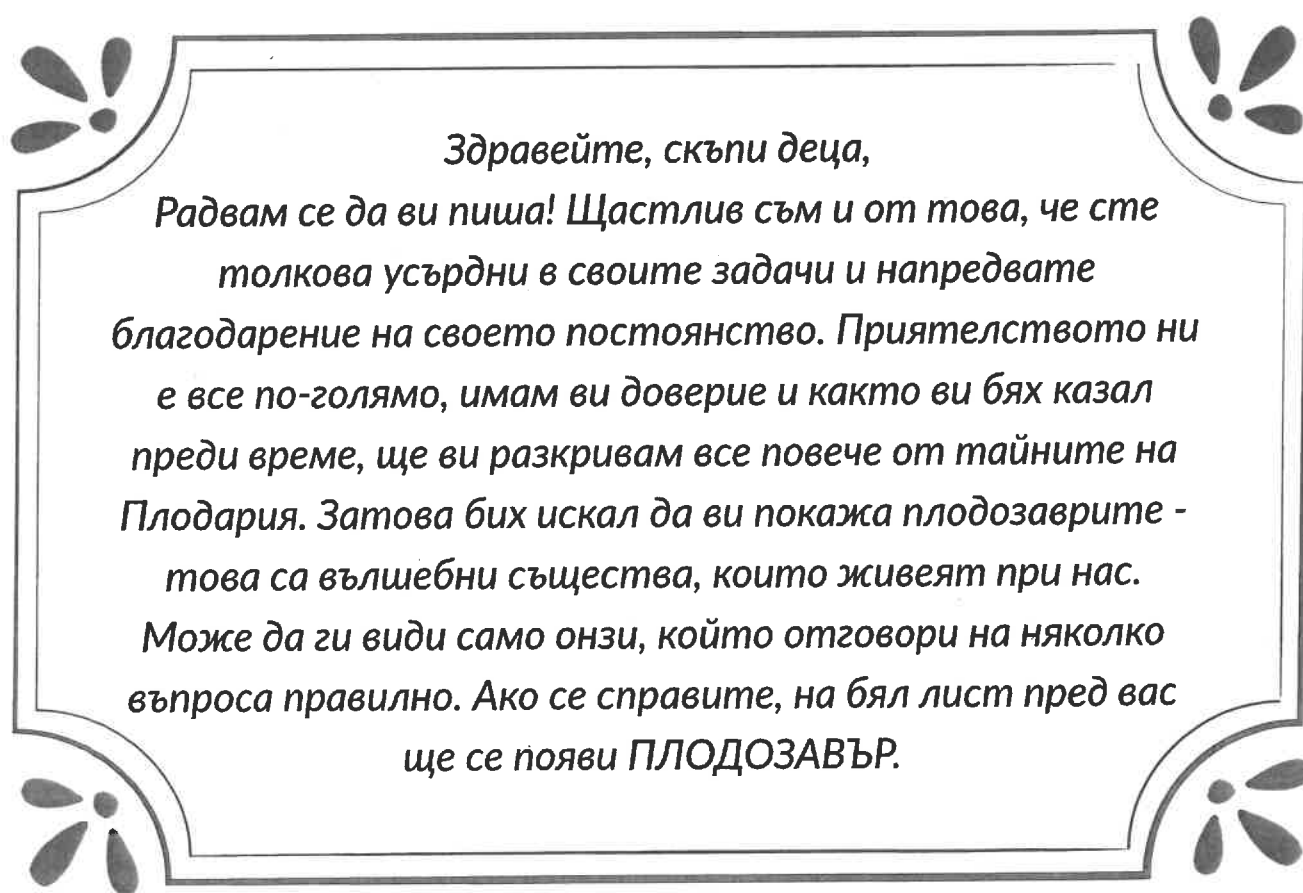


В началото на декември Благо и Даря бяха много заети. В училище имаха най-разнообразни задачи, а и правеха планове за Коледа. Въпреки всички задължения те не пропускаха да си отбележат плодометрите всеки ден и успешно вървяха по пътя на здравето.

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:



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.

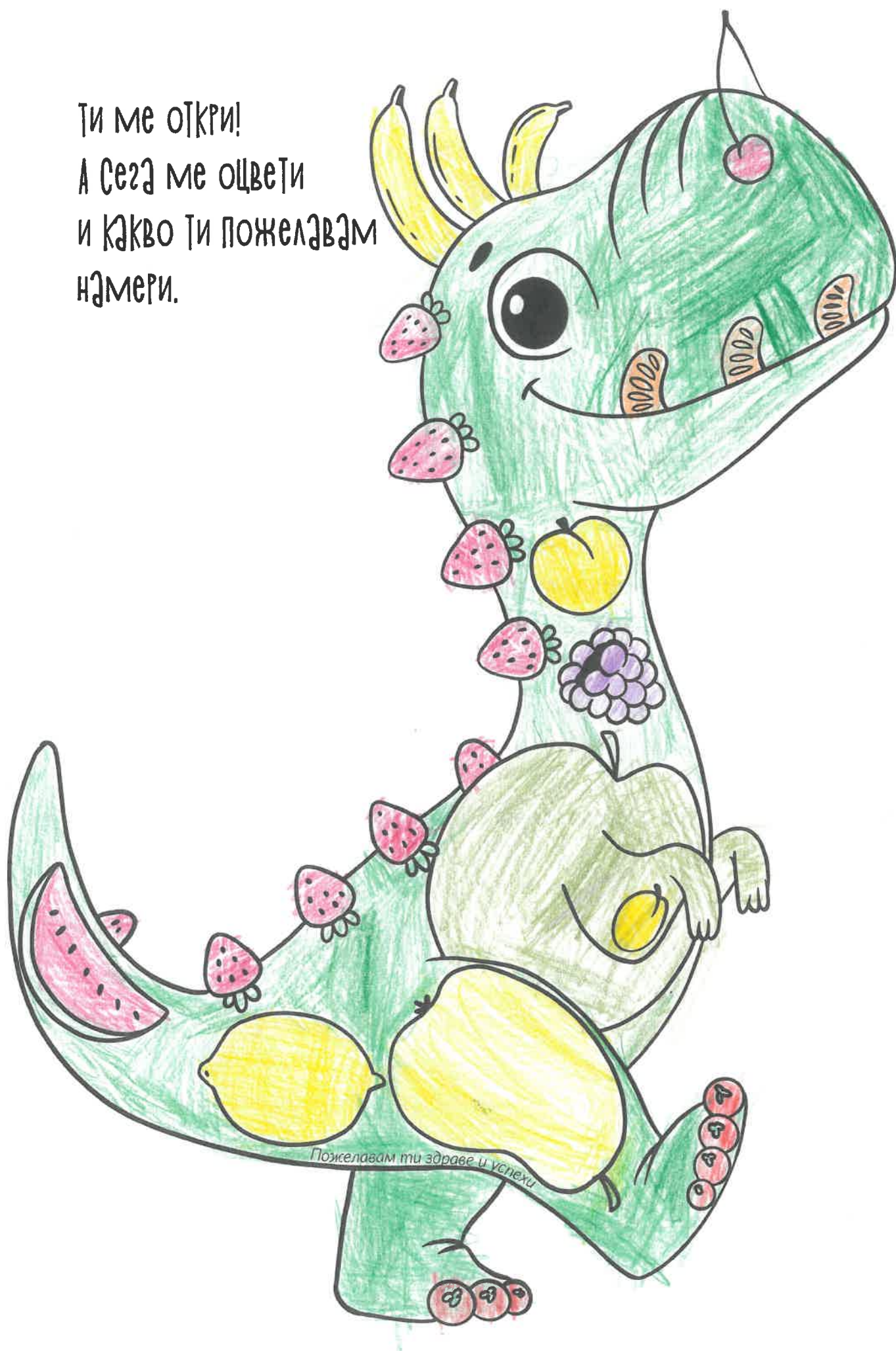
5. Добре ли е да купуваме храна, в която има много консерванти (Е-та) - вещества, които подобряват вкуса и предпазват храната по-дълго от разваляне?

 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?

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



Пожелавам ти здраве и успехи