

# Частушки - веселушки

## О ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ

*Если хочешь быть здоровым*

*И прожить сто лет,*

*Пей поменьше кока-колы,*

*Меньше ешь конфет.*

\*\*\*

*Любят дети шоколад,*

*Чипсы, газировку...*

*Лучше ели бы они*

*Кашу да морковку.*

\*\*\*

*Даша с Машей ели кашу -*

*Девочки здоровы наши.*

*Вася кашу есть не стал -*

*И теперь он пьет «Гастал».*

*Выбирай внимательно,*

*Что положить в рот.*

*От чипсов, газировки*

*Заболит живот.*

\*\*\*

*Ты запомни, мой дружок:*

*Нужно кушать творожок.*

*Будут, знаем мы, тогда*

*Зубки крепкие всегда.*

\*\*\*

*Есть полезные продукты -*

*Это овощи и фрукты.*

*Их достаточно вполне.*

*Мы разборчивы в еде!*



## **Частушки о школьной столовой**

\*\*\*

*В наших блюдах есть белки,  
Витамины и жиры.  
Мы растем здоровыми,  
Крепкими, весёлыми!*

\*\*\*

*А у нас в столовой школьной  
Всем на удивление  
Кормят всех ребяток кашей,  
Да ещё с варением.*

\*\*\*

*Повара наши искусны  
Блюда нам готовят вкусно.  
Петя кашу проглотил  
И добавки попросил!*

\*\*\*

*Знает школьник и учитель,  
Знает завуч и родитель -  
Школьная столовая  
Самая здоровая!*