

Здоровье
и
танге



Здоровое питание - вкусное питание !!!

6^а
класс

Ты знаешь, что цветы тоже могут быть съедобными? Нет? Тогда сделай вкусные «розочки» из яблок! Тебе понадобятся:

РОЗЫ из яблок

- несколько яблок
- готовое слоёное тесто
- абрикосовый (или просто твой любимый) джем
- корица
- сахарная пудра

1. Попроси взрослых помочь тебе нарезать яблоки тонкими ломтиками, а готовое слоёное тесто — полосками.

2. Смажь полоски теста джемом и уложи яблочные дольки в ряд.



3. Посыпь корицей и заверни нижний край теста.



4. Сверни свою заготовку «розочкой».



5. Пусть старшие поставят каждую «розу» в форму для кексов и отправят всё это в духовку на 30 минут.



Перед подачей посыпь их сахарной пудрой.



Апельсиновый СОРБЕТ

- Тебе понадобится:
- 2 стакана апельсинового сока
 - ¼ стакана сахара
 - щепотка соли

1. Вылей сок в глубокую миску.



2. Добавь туда сахар и соль.



3. Взбивай всё миксером или венчиком, пока сахар полностью не растворится. Да, придётся потрудиться!



4. Возьми ёмкость с крышкой (можно взять пластиковый контейнер).



5. Залей взбитый сок в ёмкость и поставь в морозильник.



6. Каждые полчаса перемешивай своё лакомство, чтобы не образовывались кусочки льда.



После пяти перемешиваний можно лакомиться!









Здоровье

и питание





SPORTS TEAM
THE FUTURE
ATHLETIC DIVISION
99
ALWAYS



Здоровое питание



Здоровое питание - вкусное питание !!!

6^а
класс

Ты знаешь, что цветы тоже могут быть съедобными? Нет? Тогда сделай вкусные «розочки» из яблок! Тебе понадобятся:

РОЗЫ из яблок

- несколько яблок
- готовое слоёное тесто
- абрикосовый (или просто твой любимый) джем
- корица
- сахарная пудра

1. Попроси взрослых помочь тебе нарезать яблоки тонкими ломтиками, а готовое слоёное тесто — полосками.

2. Смажь полоски теста джемом и уложи яблочные дольки в ряд.



3. Посыпь корицей и заверни нижний край теста.



4. Сверни свою заготовку «розочкой».



5. Пусть старшие поставят каждую «розу» в форму для кексов и отправят всё это в духовку на 30 минут.



Перед подачей посыпь их сахарной пудрой!

Твои съедобные цветы готовы!

Тебе понадобятся:

- 2 стакана апельсинового сока
- ¼ стакана сахара
- щепотка соли

Апельсиновый СОРБЕТ

3. Взбивай всё миксером или венчиком, пока сахар полностью не растворится. Да, придётся потрудиться!



1. Вылей сок в глубокую миску.



2. Добавь туда сахар и соль.



4. Возьми ёмкость с крышкой (можно взять пластиковый контейнер).



5. Залей взбитый сок в ёмкость и поставь в морозильник.



6. Каждые полчаса перемешивай своё лакомство, чтобы не образовывались кусочки льда.



После пяти перемешиваний можно лакомиться!



3
Zygopala humanae





Общие основы правильного питания

- 1. Люди должны быть здоровы
- 2. Уменьшение вредных привычек (алкоголь, курение)
- 3. Уменьшение вредных привычек (алкоголь, курение)
- 4. Уменьшение вредных привычек (алкоголь, курение)

$S = a \cdot a$

$a \cdot b = S$



Плолезо

В.В.45

мясо (жареная)



яблоко



яблоко



шари



печень



дубинка



офенг



банан

ЕШЬ ПОБОЛЬШЕ МЕНЯ

БУДЕШЬ СИЛЬНЫМ КАК

Я!





9-4-0
a-b=5



Здоровое питание







А О У Ы Э Н М Л Р И Б В Г Д Ж З
Я Ё Ю И Е П Ф К Т Ш С Х Ц Ч Щ Ъ Ы

декабря
В классе,





$S = R$

$a \cdot b = S$

MOMENT

ПРОПРЕМОН

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

