

Полезный фрукт

В период эпидемии гриппа и ОРВИ очень важно поддержать организм витаминами. О лечебных свойствах лимона многие вспоминают зимой и ранней весной. А главное преимущество одного из лучших «хранителей» аскорбиновой кислоты в том, что этот желтый фрукт не теряет витамины в течение долгой зимы.

26 февраля 2019 года воспитанники группы «Умники и умницы» решили поближе познакомиться с этим удивительным фруктом и изучить его свойства. В ходе беседы ребята узнали, что лимон - это цитрусовое дерево с сочными кислыми плодами, которые широко применяются не только в кулинарии, но и в медицине, в хозяйстве и косметологии. Воспитатель Николаева Марина Алексеевна отметила, что лимон - чудесный фрукт с огромным количеством полезных веществ и минералов. Дошкольники обсудили, как может лимон поднимать настроение и улучшать жизненный тонус. В завершении беседы ребята смогли насладиться чаем с кисленькими кусочками лимона и все обещали как можно чаще употреблять его в пищу.

