

## **Пользуемся столовыми приборами**

Разрезая пищу у себя на тарелке, вилку нужно держать наклонно к тарелке и не в коем случае не перпендикулярно.

Просто в этом случае меньше вероятность того, что вилка соскользнет с тарелки и вся пища, которая была у Вас в тарелке, окажется на столе.

Локти в это время должны быть разведены, но не под большим углом, чтобы не мешать соседям.

И ни в коем случае не следует класть локти на стол.

Если же вилка используется без ножа, то тогда держать ее стоит в правой руке.

Существует несколько случаев, когда вилка используется без ножа:

- Во-первых, это естественно гарнир. Но если гарнир рассыпчатый, допустим гречка, то можно помочь себе ножом.

### **Внимание!**

**Приучайте ребенка, чтобы всегда был в руках кусочек хлеба, чтобы помочь брать гарнир.**

Также нож не используется при принятии такой пищи, как:

- рубленые котлеты,
- рыба,
- тефтели,
- овощи.

В этом случае, просто аккуратно вилкой отделяются небольшие кусочки.

### **Внимание!**

Не стоит сразу всю пищу, которая находится у Вас на столе нарезать или разламывать на кусочки. Отделять надо только по мере съедания. Просто в этом случае еда не так быстро остывает, как если бы она была разделена на мелкие части.

### **Внимание!**

И никогда нельзя тянуться и наклоняться к вилке или ложке, а наоборот - еду на вилке или в ложке подносим ко рту, сидя прямо на стуле.

**Этому необходимо научить детей!**