Słuchanie wiersza S. Karaszewskiego **Witaminowe abecadło**.

Oczy, gardło, włosy, kości

zdrowsze są, gdy **A** w nich gości.

**A** w marchewce, pomidorze,

w maśle, mleku też być może.

**B** – bądź bystry, zwinny, żwawy

do nauki i zabawy!

W drożdżach, ziarnach i orzeszkach,

w serach, jajkach **B** też mieszka.

Naturalne witaminy lubią chłopcy i dziewczyny.

Bo najlepsze witaminy to owoce i jarzyny.

**C** – to coś na przeziębienie i na lepsze ran gojenie.

**C** – porzeczka i cytryna – świeży owoc i jarzyna!

Zęby, kości lepiej rosną, kiedy **D** dostaną wiosną.

Zjesz ją z rybą, jajkiem, mlekiem, na krzywicę **D** jest lekiem.

Naturalne witaminy lubią chłopcy i dziewczyny.

Bo najlepsze witaminy to owoce i jarzyny.