



# Загадки о еде

*Каждый день мы стараемся показать малышу, что эта полезная еда, а вот эта нет. Но ведь детям сложно доказать, что вкусное – не всегда полезное.*

*Привлечь внимание ребят к нужным продуктам можно с помощью загадок про еду и питание.*

*Мы выбрали загадки для детей лёгкие, сложные, смешные. Отгадывайте интересные загадки со своими малышами и кушайте только здоровые продукты.*

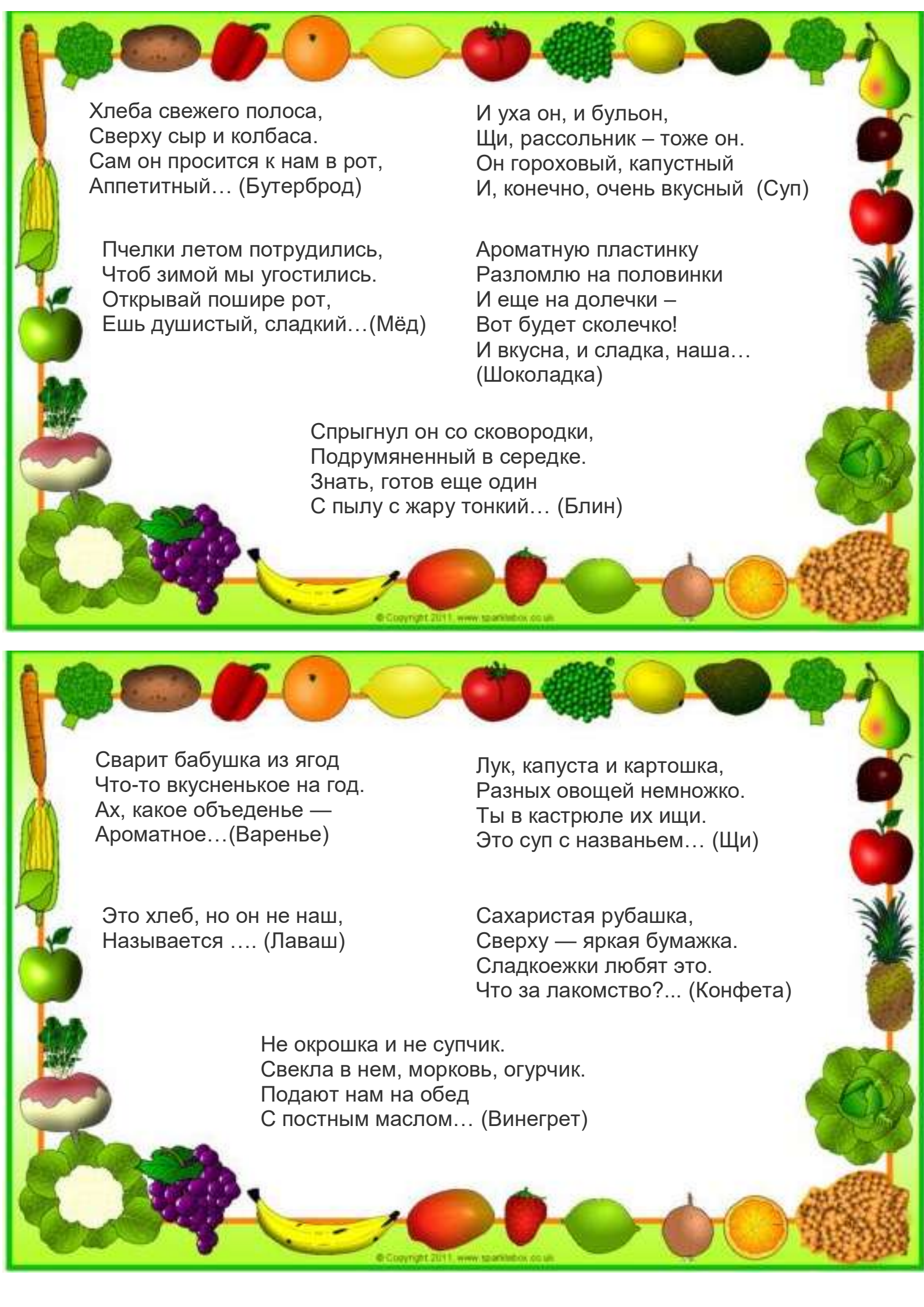
Не снег, а белое всегда.  
Хоть и течет, а не вода.  
(Молоко)

Мы на хлеб его намажем  
И добавим к разным кашам.  
Кашу не испортят точно  
Бело-желтые кусочки.  
(Масло)

Сделан он из молока,  
Но тверды его бока.  
В нем так много разных дыр.  
Догадались? Это ... (Сыр)

Догадайтесь, кто такая?  
Белоснежная, густая.  
Сливки взбили утром рано,  
Чтоб была у нас ... (Сметана)

Что за белые крупинки?  
Не зерно и не снежинки.  
Скисло молоко — и в срок  
Получили мы ... (Творог)



Хлеба свежего полоса,  
Сверху сыр и колбаса.  
Сам он просится к нам в рот,  
Аппетитный... (Бутерброд)

Пчелки летом потрудились,  
Чтоб зимой мы угостились.  
Открывай пошире рот,  
Ешь душистый, сладкий... (Мёд)

Спрыгнул он со сковородки,  
Подрумяненный в середине.  
Знать, готов еще один  
С пылу с жару тонкий... (Блин)

И уха он, и бульон,  
Щи, рассольник – тоже он.  
Он гороховый, капустный  
И, конечно, очень вкусный (Суп)

Ароматную пластинку  
Разломлю на половинки  
И еще на дольки –  
Вот будет сколочко!  
И вкусна, и сладка, наша...  
(Шоколадка)

Сварит бабушка из ягод  
Что-то вкусненькое на год.  
Ах, какое объеденье —  
Ароматное... (Варенье)

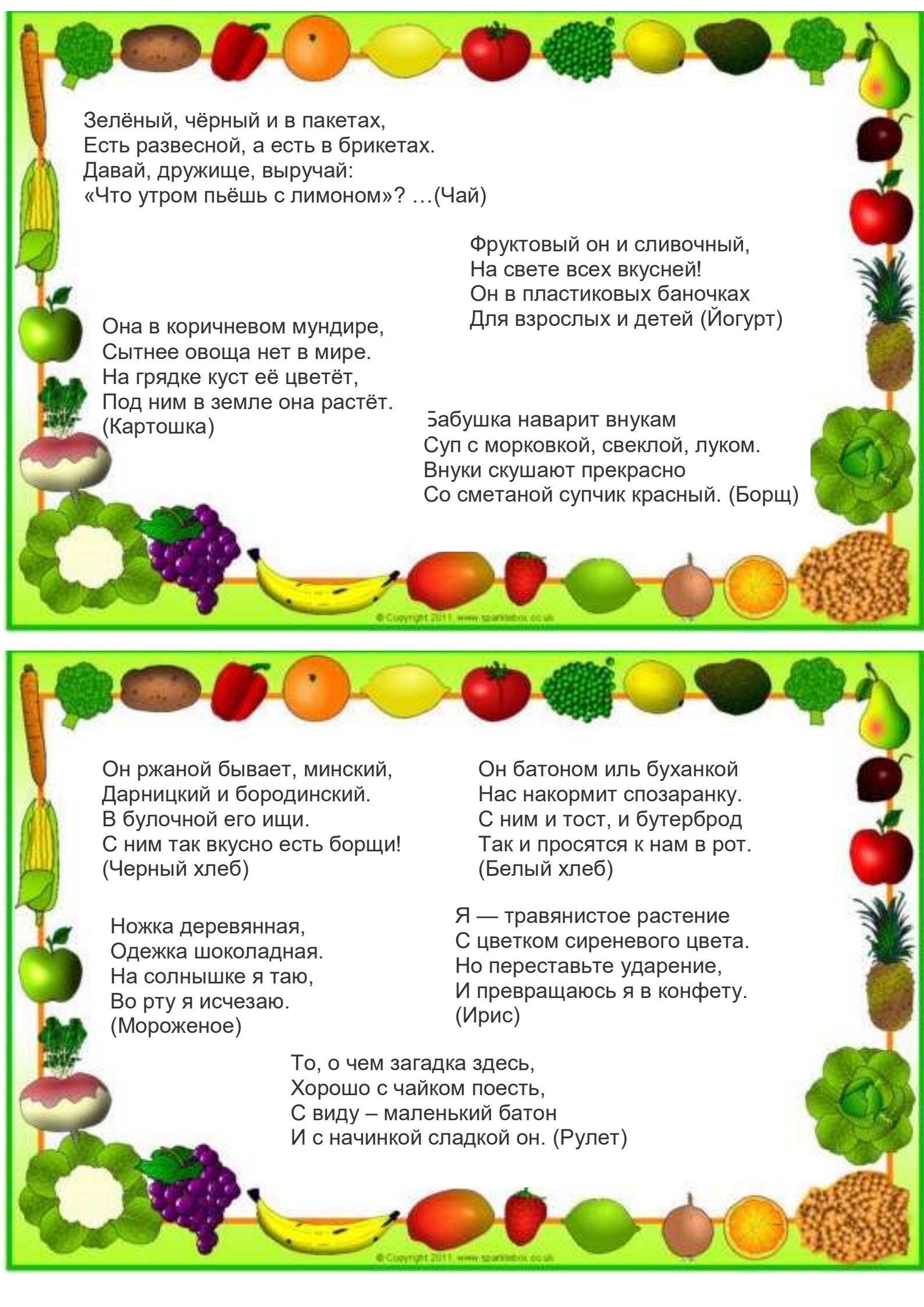
Это хлеб, но он не наш,  
Называется .... (Лаваш)

Не окрошка и не супчик.  
Свекла в нем, морковь, огурчик.  
Подают нам на обед  
С постным маслом... (Винегрет)

Лук, капуста и картошка,  
Разных овощей немножко.  
Ты в кастрюле их ищи.  
Это суп с названьем... (Щи)

Сахаристая рубашка,  
Сверху — яркая бумажка.  
Сладкоежки любят это.  
Что за лакомство?... (Конфета)





Зелёный, чёрный и в пакетах,  
Есть развесной, а есть в брикетах.  
Давай, дружище, выручай:  
«Что утром пьёшь с лимоном»? ... (Чай)

Она в коричневом мундире,  
Сытнее овоща нет в мире.  
На грядке куст её цветёт,  
Под ним в земле она растёт.  
(Картошка)

Фруктовый он и сливочный,  
На свете всех вкусней!  
Он в пластиковых баночках  
Для взрослых и детей (Йогурт)

Бабушка наварит внукам  
Суп с морковкой, свеклой, луком.  
Внуки скушают прекрасно  
Со сметаной супчик красный. (Борщ)


Он ржаной бывает, минский,  
Дарницкий и бородинский.  
В булочной его ищи.  
С ним так вкусно есть борщи!  
(Черный хлеб)

Он батоном иль буханкой  
Нас накормит спозаранку.  
С ним и тост, и бутерброд  
Так и просятся к нам в рот.  
(Белый хлеб)

Ножка деревянная,  
Одежка шоколадная.  
На солнышке я таю,  
Во рту я исчезаю.  
(Мороженое)

Я — травянистое растение  
С цветком сиреневого цвета.  
Но переставьте ударение,  
И превращаюсь я в конфету.  
(Ирис)

То, о чем загадка здесь,  
Хорошо с чайком поесть,  
С виду — маленький батон  
И с начинкой сладкой он. (Рулет)



Жидко, а не вода,  
Бело, а не снег.  
Начинается на К  
Наш продукт из молока (Кефир)

Прозрачный дом,  
Много братишек в нем –  
Не лягушки, а зеленые,  
Не в морской воде, а соленые?  
(Соленые огурчики)

Я готовлюсь на кострах,  
Иногда в глуши лесной.  
Жарюсь там на шампурах,  
Вкусный, сочный и мясной.  
(Шашлык)

Сладок, нежен и воздушен.  
Иногда он всем нам нужен.  
Ни одно ведь торжество  
Не проходит без него (Торт)

Все мы – сыновья картошки,  
Но для нас не надо ложки.  
Мы хрустим, хрустим, хрустим,  
Угостить ребят хотим.  
(Чипсы)


Белая водица  
Всем нам пригодится.  
Из водицы белой  
Все, что хочешь, делай:  
Сливки, простоквашу,  
Масло в кашу нашу,  
Творожок на пирожок,  
Кушай, Ванюшка, дружок! (Молоко)

Я пузырюсь и пыхчу,  
Жить в квашне я не хочу,  
Надоела мне квашня,  
Посадите в печь меня  
(Тесто)

Терпкой горечью приправит  
Шашлыки на ужин.  
И здоровье тем поправит,  
Кто лежит простужен.  
Хоть спина огнем горит,  
Вылечит она бронхит (Горчица)

Он бывает с толокном,  
Рисом, мясом и пшеном,  
С вишней сладкою бывает.  
В печь, сперва, его сажают.  
А как выйдет он оттуда,  
То кладут его на блюдо.  
Ну, теперь зови ребят! —  
По кусочку все съедят (Пирог)





Бьют меня палками,  
Жмут меня камнями,  
Держат меня в огненной пещере,  
Режут меня ножами.  
За что меня так губят?  
За то, что любят. (Хлеб)

В печь несут — жидко, горячо;  
Из печи несут — густо-холодно.  
(Кисель)

Оно трясется на столе,  
А называется .... (Желе)

Из муки ношу наряд,  
А начинке каждый рад!  
Сытный я, мясной продукт,  
И обжорам лучший друг!  
Мной питаться всем не лень,  
Потому что я ... (Пельмень)

Напекли хозяйшкы к  
празднику в печи,  
Пышные, румяные чудо-...  
(Куличы)


Можно сварить,  
А можно разбить,  
Если не прикасаться  
Цыпленком может оказаться.  
(Яйцо)

Вот ромашка в сковородке,  
Только это – не цветок.  
Желтый круг у ней в середине  
Называется желток.  
А белок идет вокруг.  
Ну-ка съешь ее, мой друг!  
(Яичница)

Из крупы ее сварили,  
Посолили, подсластили.  
Эй, ну где же ложка наша?!  
Так вкусна на завтрак... (Каша)

Напиток, отжатый  
Из сочных томатов,  
Яблочек спелых,  
Груш загорелых,  
Ягод рубиновых.  
Он богат витаминами (Сок)

Чтоб здоровым всегда быть,  
Надо за едой следить.  
Реже ешь ты углеводы,  
Только чистую пей... (воду).



Этот полезный и вкусный корнеплод тащили из грядки Дедка, Бабка, Внучка, Жучка, Кошка... А вытащить его помогла Мышка! Что это за корнеплод? (*Репка*)

Из этого растения, которое в молодом виде можно есть, потому что оно вкусное и в нём много витаминов, сплели рубашку в сказке «Дикие лебеди». (*Крапива*)

Какое блюдо, которое очень полезно есть на завтрак, в сказке варилось после того, как звучали слова: «Горшочек, вари!»? (*Каша, сказка «Горшочек каши»*)

По легенде, в этом очень полезном и вкусном овоще находят детей. (*Капуста*)

Этот очень вкусный и полезный продукт белого цвета протекал вместо воды в реке с кисельными берегами в сказке «Гуси-лебеди». (*Молоко*)


Какой вкуснейший продукт, сделанный из молока, больше всего на свете любил Рокфор из мультсериала «Чип и Дейл спешат на помощь»? (*Сыр*)

Какую очень вкусную и полезную ягоду собирала на полянке в лесу героиня сказки «Двдочка и квшинчик»? (*Земляника*)

Эти полезные и очень вкусные продукты грызла белка из «Сказки о царе Салтане» А.С. Пушкина. (*Орешки*)

Из какого очень полезного и вкусного овоща, который бывает преимущественно оранжевого цвета, сделала карету для Золушки её фея-крестная? (*Из тыквы*)





Это зёрнышко одного из продуктов, очень богатых белками, помогло петушку в народной сказке. Какое это зёрнышко? (Бобовое)

Этот вкусный, полезный продукт питания в одной из русских народных сказок получился золотым! А как называется сказка? (Куричка Ряба)

Этот сладкий, вкусный, полезный продукт очень любил медвежонок Вино-Пух. (Мёд)

По наименованию этого зелёного овоща, в котором, очень много полезных веществ, называлась река в стране, где жили маленькие весёлые человечки из сказки Н. Носова. (Огуречная река)



# Поговорки о еде





Есть в тарелочке яичко,  
Открывай свой ротик, птичка!



В чашке сладкий, вкусный чай,  
Пей, дружочек, не скучай!

Ешь баранки, жуй ватрушки,  
А еще попробуй плюшки.



Супчик надо есть всегда,  
Это вкусная еда.



Как люблю я есть картошку.  
Эй! Тащите быстро ложку!

Аппетитные сосиски  
Съела детка, а не киски.





Молочка попью немножко  
И умоюсь, словно кошка.



Буду кашу есть весь день,  
Ой! Куда-то делась лень.



Я сперва поем котлетки,  
Мама даст потом конфетку.

Сахар положу в кефир,  
Получился целый пир.



Как люблю я есть печенье,  
А особенно с вареньем.

Хрумкать вафлями так вкусно,  
Нет их больше? Ах, как грустно!





Мне бабуля испечет  
Очень вкусный сладкий торт.



Испеку сама блины,  
До чего они вкусны!



Гречку кушать не хотела,  
Замечталась, все доела!

Рыбку кушаю всегда.  
Ах, как вкусно! Это да!



Вкусно кушать бутерброд,  
В руки взял — он сразу в рот.

Я люблю покушать сыр.  
Посчитай-ка, сколько дыр?





Сварят рис мне на гарнир,  
Съем и буду командир!



Похрущу-ка сухарями  
И чуть-чуть оставлю маме.



Залпом выпью сразу сок.  
Мам! Налей еще чуток!

Огурцы и помидоры  
Малоежкам и обжорам.



Я люблю покушать фрукты,  
Что за сладкие продукты.



Я сегодня борщ сварю.  
Вот как маму удивлю!



Дочка просит манной каши.  
Я сварю. «Покушай, Маша!».



А сегодня на обед  
 Попрошу мне дать омлет!

Витамины не еда,  
 Но их кушаю всегда!



Дайте мне грибы в сметане,  
 Мне вкуснее сразу станет.



Я на завтрак съем кисель,  
 А потом — на карусель.

Как люблю я кушать мёд!  
 Мишка, тот меня поймет!





Съем тарелку макарон,  
В макароны я влюблен.



Пей, дружок, томатный сок,  
Будешь строен и высок.

Пирожки спекла мне мама,  
Не осталось их ни грамма!



Погрызу-ка я орешки  
С расстановкой и без спешки.



Я на полдник пудинг съем,  
Он похож на вкусный крем!

Целиком я съела грушу.  
Ах! Как греет это душу!

