

ТРУДИЛИСЬ ВИТАМИНЫ

VITAMIN
D

VITAMIN
E

VITAMIN
C

VITAMIN
A

VITAMIN
C

VITAMIN
B

VITAMIN
K

VITAMIN
A

Анжела Абдуризакова

Анжела Абдуризакова

Трудились витамины

«Автор»

2026

Абдуризакова А.

Трудились витамины / А. Абдуризакова — «Автор», 2026

Поучительная история для детей 5–9 лет о витаминах А, В, С, D и Е, которые выясняли, кто из них важнее. Каждый день отдавали первенство одному из витаминов — и всякий раз становилось ясно, что без остальных организму не хватает сил, защиты, крепости костей или хорошего зрения. В итоге витамины поняли: они нужны все и только вместе могут по-настоящему помогать. Сказка в увлекательной форме объясняет роль разных витаминов, показывает, как они дополняют друг друга, и прививает интерес к полезной еде. Яркие образы, динамичный сюжет и понятный вывод делают историю запоминающейся и полезной для разговора о здоровом питании.

© Абдуризакова А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Анжела Абдуризакова

Трудились витамины

Глава

В одном маленьком, но очень важном мире — внутри детского организма — кипела своя особенная жизнь. Там, куда попадали кусочки яблок, морковки, творога и каши, просыпались крошечные, но невероятно деятельные существа — витамины. У каждого был свой характер, своя задача и своё мнение о том, кто из них важнее.

Витамин А, изящный и внимательный, любил всё рассматривать. Он гордился тем, что помогает глазам видеть даже в полумраке и защищает кожу от сухости.

— Без меня никак! — уверенно говорил он, расправляя свои невидимые крылышки. — Если я не буду на страже, ребёнок не увидит ни радуги после дождя, ни картинки в книжке.

Рядом важно расхаживал Витамин В. Он был собранным и деловым, потому что отвечал за энергию и работу нервов.

— А без меня он вообще не сможет двигаться! — возражал Витамин В. — Я помогаю превращать еду в силу, чтобы можно было бегать, прыгать и даже просто сидеть на уроке. Без энергии никакие глаза не помогут!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.