

Ложечку – за папу, ложечку – за маму.

Кушай, детка, кашку,

Будешь умный самый.

Ложечку – за бабу, ложечку – за деду,

Ложечка за юркую мышку – непоседу!

Ложечку за слоника, ложечку – за мишку,

Ложечка за желтого цыпленка –

шалунишку!

Ложечка за хрюшку, ложечка за киску,

Ложечка за рыжую, хитренькую лиску.

Ложечка за девочку, ложечка – за

мальчика.

Ложечка за маленького попрыгушку –

зайчика!

Ложечка – за зебру, ложечка – за

львенка,

Ложечка за самого хорошего ребенка!



Многие малыши любят слушать во время обеда сказки. Важно помнить, что "заобеденная" сказка должна быть длинной и заканчиваться вместе с обедом. Начинайте тренироваться заранее, когда кроха еще не очень понимает смысл, но ловит Ваши интонации. "Заобеденная" сказка более полезна для пищеварения, чем просмотр мультфильмов.



Кушай, детка, кашку!



Питание малыша - это один из самых важных моментов.

Конечно, бывают случаи, когда у малыша действительно плохой аппетит. В этом случае можно воспользоваться старинным русским рецептом. Как только ребенок утром проснулся, дайте ему тертое яблочко, лучше без кожуры, а завтраком покормите через 30-40 минут. Съеденные перед едой яблоки способствуют лучшему выделению желудочного сока, а после еды увеличивают выделение желчи, необходимой для переваривания пищи. Сходным действием обладают клюква и брусника. Их можно давать в любом виде - свежими или в виде сока. Кроме того, помните, что дети любят, когда еда выглядит красиво. Старайтесь разнообразить ежедневное меню и выбирайте контрастные цвета пищи при сервировке. И, конечно же, можно и нужно стимулировать кроху стихами и сказками. Еда должна вызывать интерес и желание ассоциировать себя с героями.

(информация подготовлена с помощью интернетсайтов воспитателем Русановой Н.А.)

**Птичка зернышки клюёт,
Колет белочка орешки,
Травку козочка жует
Ест улитка сыроежки.
Молочко котенок пьет
У мышат - головка сыра,
Косточку щенок грызет.
У пчелы - кусок зефира.
Сено ест смешной теленок,
Кролик скушал лист капустный
Что же любит наш ребенок?
Кашку? Это очень вкусно!**

