Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

№ 32 «Детский сад комбинированного вида»

**Картотека потешек для детей младшего дошкольного возраста (полезная еда)**

воспитатель

Чернышева Татьяна Александровна

**Кемерово**

По утрам я ем "Агушу"  
Сытно и питательно  
Буду скоро сильным я,  
Как же замечательно!!!

\*\*\*

Как у бабушки на грядке  
Вырос овощ очень сладкий,  
Проведем мы тренировку -  
Кто быстрей сгрызет морковку.  
  
\*\*\*

Морковь с достоинством сказала:  
– У меня заслуг немало!  
Во мне особый витамин  
– незаменимый каротин.  
Чтоб кожа бархатной была,  
чтоб слепота не подвела,  
всегда останусь я в цене,  
я всем нужна, поверьте мне!  
  
\*\*\*

Чтобы быстрым быть и ловким,  
Нужно много есть морковки.  
Это овощ, а не фрукт -  
Нужный для детей продукт!  
Моя мама говорила: -  
"Он дает красу и силу.  
Насыщая организм,  
Продлевает людям жизнь."  
Мы решили с другом Вовкой  
Очень много есть морковки.  
В ней есть важный витамин -  
Это бета-каротин.  
Пользы от него не мало -  
Бьет свободных радикалов.  
Я не понял кто такие,  
Но пусть гибнут, если злые!

\*\*\*

Очень красная морковка,  
От морковки много толка:  
Витамины, сок и вкус -  
Кушай смело карапуз!   
  
\*\*\*

На гряде расселась ловко  
Длиннохвостая морковка!  
Спряталась - не отыскать,  
Только хвостики видать!  
Ты за хвост её возьми,  
Посильнее потяни -  
Из земли появится...  
Грязная красавица!  
Ты красавицу умой  
Кипячёною водой,  
И пошире рот открой:  
Витамины в ней - горой!

\*\*\*

Вот и полдник подошел,   
Сели дети все за стол.   
Чтобы не было беды,   
Вспомним правила еды:   
Наши ноги не стучат,   
Наши язычки молчат.   
За обедом не сори,   
Насорил — так убери.   
А у нас есть ложки   
Волшебные немножко.   
Вот — тарелка, вот — еда.   
Не осталось и следа.   
\*\*\*

На моей тарелочке   
Рыженькая белочка,   
Чтоб она была видна,   
Все съедаю я до дна.   
Пей, дружок, томатный сок,   
Будешь строен и высок.   
\*\*\*

Глубоко и мелко,   
Корабли в тарелке,   
Вот кораблик плывет,   
Заплывает прямо в рот.   
\*\*\*

«Не хочу есть манную кашу!»   
— Кричала девочка Маша.   
«Правильно» — думала каша,   
Хорошая девочка Маша».   
\*\*\*

Бери ложку, бери хлеб,   
И скорее за обед.   
\*\*\*

Посадим на ложку   
Капустку, картошку — и спрячем!   
Попробуй найди!   
Не видно на ложке   
Капустки, картошки.   
И нет на тарелке — гляди!   
\*\*\*

Час обеда подошел,   
Сели деточки за стол.   
\*\*\*

Сначала он в поле большом колосится,   
Потом в амбаре крестьянском хранится.   
Затем он в пекарне печется   
И мягким, душистым на стол подается.

\*\*\*

«Зайка начал умываться

Видно в гости он собрался.

Вымыл ротик

Вымыл носик

Вымыл ухо

Вот и сухо.»

\*\*\*

«Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазки глядели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!»

\*\*\*

«Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу,

Оба глаза!

Мойтесь, уши,

Мойся, шейка!

Шейка, мойся

Хорошенько!

Мойся, мойся,

Обливайся!

Грязь, смывайся!

Грязь, смывайся!»

\*\*\*

«Водичка серебристая,

Ты как сюда попала?»

«Через луга росистые

Я в детский сад бежала»

«Водичка серебристая,

Зачем ты к нам бежала?»

«Чтоб все вы были чистыми,

Чтоб все вокруг сверкало»

\*\*\*

«Закатаем рукава,

Открываем кран - вода.

Моем глазки, моем щечки,

Моем уши и ладошки!

Посмотрите, крошки,

На свои ладошки.

Ах, какие ладошки!

Чистые ладошки!»

\*\*\*

«В ручейке вода струится

В речке плещется вода.

Мы под краном будем мыться,

Без воды мы никуда.

Моем руки, моем лица

Мылом, щеткой и водой.

Если ты не любишь мыться,

Эту песенку не пой.»

\*\*\*

«Чистая водичка

Умоет Саше личико,

Анечке - ладошки,

А пальчики - Антошке.»

\*\*\*

«Не умыться, не напиться без воды,

Листику не распуститься без воды,

И потому всегда

Всем, везде нужна вода.»

\*\*\*

«Знаем, знаем, да-да-да,

Где тут плещется вода.

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошки,

По-нем-нож-ку,

Нет, не понемножку - посмелей,

Будем умываться веселей.»

\*\*\*

«Из колодца принесла

Курица водицы.

И цыплята всей гурьбой

Побежали мыться.»

\*\*\*

«Кран, откройся,

Нос, умойся!

Мойтесь сразу оба глаза!

Мойтесь уши, мойся шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся,

Грязь, смывайся! Грязь, смывайся!»

\*\*\*

Лейся, чистая водичка,

Ты умой мне чисто личико,

Шейку, ручки умывай,

Ничего не забывай!

Мылом, мылом чисто мойся,

Ни о чем не беспокойся.

Мыло не кусается, просто умывается.»

\*\*\*

«Кто не моет руки с мылом

От среды и до среды.

На мохнатом полотенце

Отпечатаны следы.»

\*\*\*

«Нам водичка - добрый друг,

Скажут люди все вокруг.

Мы на руки все польем,

А потом играть пойдем.

Говорим тебе - спасибо,

Ты даешь ребятам силу.»

\*\*\*

«Дорогие мои дети!

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Все равно, какой водою:

Кипяченой, ключевой.

Из реки иль из колодца,

Или просто дождевой.

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем,

Перед каждою едой,

После сна и перед сном.»

\*\*\*

«Каждый день я мою мыло

Под горячею водой.

Мойся, мыло, не ленись,

Не выскальзывай, не злись.

Вот оно и не упало,

Мы не моем его сначала.

Ах, опять оно упало,

Будем мыть его сначала.

Умываемся мы быстро,

Вытираемся мы чисто,

Так опрятны, аккуратны,

Всем смотреть на нас приятно.»

\*\*\*

«А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот — тарелка, вот — еда.

Не осталось и следа.»

\*\*\*

«На моей тарелочке

Рыженькая белочка,

Чтоб она была видна,

Все съедаю я до дна.

Пей, дружок, томатный сок,

Будешь строен и высок.»

\*\*\*

«Глубоко и мелко,

Корабли в тарелке,

Вот кораблик плывет,

Заплывает прямо в рот.»

\*\*\*

«Тень-тень - потетень,

В огороде-то плетень.

В избе печка топится,

Бабушка торопится:

Она репу печет,

По тарелочкам кладет».

\*\*\*

«Утром завтрак у людей!

И у птиц, и у зверей.

Молоко из кринки пьют

Ваня и Егорка.

Зайцы овощи грызут,

А мышата - корку.»

\*\*\*

«У котика в чашке

Было много кашки.

Две тетери прилетели.

Две тетери кашку съели.

И кричат они котенку:

«Ротозей, ты, ротозей!

Если дали тебе кашку

Надо есть ее скорей!»

\*\*\*

«Жили-были сто ребят,

Все ходили в детский сад.

Все садились за обед,

Все съедали сто котлет.

Все потом ложились спать.

Начинай считать опять.»

\*\*\*

«Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.»

\*\*\*

«Посадим на ложку

Капустку, картошку — и спрячем!

Попробуй найди!

Не видно на ложке

Капустки, картошки.

И нет на тарелке — гляди!»

\*\*\*

«Час обеда подошел,

Сели деточки за стол.»

\*\*\*

«Вот и полдник подошел,

Сели дети все за стол.

Чтобы не было беды,

Вспомним правила еды:

Наши ноги не стучат,

Наши язычки молчат.

За обедом не сори,

Насорил — так убери.»

\*\*\*

«Сначала он в поле большом

колосится,

Потом в амбаре крестьянском

хранится.

Затем он в пекарне печется

И мягким, душистым на стол

подается.»

\*\*\*

Маленькие ножки

Бежали по дорожке:

Топ, топ, топ, топ, топ,

Топ, топ, топ, топ, топ.

Топ-топ по земле,

Ведь земля-то наша.

И для нас на ней растут

Пироги да каша!»

\*\*\*

Буль-буль-буль кипит бульон,  
Ох и вкусным будет он!  
Приглашаю всех обедать  
И буль-буль-бульон отведать!

 \*\*\*

Глубоко — не мелко,  
Корабли в тарелках:  
Луку головка,  
Красная морковка,  
Петрушка,  
Картошка,  
И крупки немножко.  
Вот кораблик плывёт,  
Заплывает прямо в рот!

 \*\*\*

Ну-ка, ну-ка, ну ли!  
Не ворчите вы, кастрюли!  
Не ворчите, не шипите,  
Кашу сладкую варите.  
Кашу сладкую варите,  
Наших деток накормите.

\*\*\*

 Отчего щенок подрос,  
Обгоняет Сашу?  
Оттого, что он без слёз  
Ест и суп, и кашу.

 \*\*\*

Если ты не хочешь супа –  
Поступаешь очень глупо  
И не станешь нипочём  
Настоящим силачом.

 \*\*\*

Супчик ели,  
Супчик ели,  
Поскорей бы супчик съели!  
Много кушать?  
Ну так что ж,  
Ай да супчик! Ай, хорош!

\*\*\*

Кормят родители малую детушку:  
Ложка за бабушку, ложка за дедушку.  
Крошка старается, крошка пыхтит –  
Только у взрослых такой аппетит.  
  
Ложка за слоника, ложка за зайчика,  
За крокодильчика, за попугайчика.  
Чуть не забыли про мышку!  
Чуть не забыли про мишку!!!  
  
Скушали ложку за доктора детского  
И за Серёжку, сынишку соседского,  
За воробьишку, за чижика  
И за дворняжку Рыжика.  
  
А ещё – за сестрёнку с братиком,  
А ещё – за котёнка с бантиком.  
А глоточек последний самый –  
Самый вкусный – за папу с мамой.

\*\*\*

Сжали ручку кулачком,  
Взяли чашку с молочком.  
Раз – глоточек, два – глоточек,  
А потом ещё чуточек.  
  
Прибежал из леса ёжик,  
Перелез через порожек.  
Хочет ёжик молочка,  
Хоть на кончик язычка.  
  
Заглянул бычок в окошко.  
– Мне бы тоже хоть немножко.  
Мне бы хоть на донышке  
молочка Бурёнушки.  
  
Знают ёжик и телёнок,  
Что от чашки молока  
Прибавляется силёнок,  
Округляются бока.  
  
Раз – глоток, два – глоток,  
А потом ещё чуток.  
Выпьешь чашку молока –  
\*\*\*

Дорастёшь до потолка.

Я дружу немножко  
Со столовой ложкой.  
Только ротик открываю,  
Ложка с кашей заезжает,  
Плюх! Ко мне на язычок,  
Щёчки дружно чмок-чмок-чмок!  
Все довольны: я, мой ротик  
И мой сытенький животик!

 \*\*\*

Творог-творог-творожок,  
Ням-ням-ням – как вкусно!  
Творог-творог-творожок,  
Белый, как капуста!  
В ротик – ам! – и творожок  
Как снежинка тает;  
Творог-творог – наш дружок!  
Зубки укрепляет.

 \*\*\*

Мы гуляем, мы гуляем!  
Погуляем – поглядим,  
Аппетит как нагуляем  
Мяско вкусное съедим.

 \*\*\*

Ах, котлеточки-котлетки!  
Ах, как пахнут! Хороши!  
Их пожарим мы, пожарим,  
Наедимся от души!

 \*\*\*

Рыбка-рыбка, ну дела,  
К нам в кастрюльку приплыла!  
Чтоб вариться, всех кормить –  
Быстро-быстро руки мыть.

 \*\*\*

Куры-куры: "Ко-ко-ко!  
Мы снесли яички;  
Ку-ку-кушайте, ко-ко,  
Детки-невелички!"

\*\*\*

Тыква-тыква подросла,  
Тыкву мама принесла;  
Папа-папа – воду грей!  
Варим тыкву поскорей.

 \*\*\*

Мы висели под дождём;  
Капал дождик ночью, днём,  
Чтоб краснели мы и спели,  
Чтоб скорей нас детки съели!  
Всех помыл нас дождь сейчас –  
Мы черешни – ешьте нас!

 \*\*\*

Ложка в маминой руке  
как кораблик на реке.  
Дует ветер. Мы во рту  
спрячем ложку, как в порту.  
  
Наша ложка — самолет —  
залетает прямо в рот.  
В небе тучи, град и гром.  
Инин рот — аэродром.  
  
А теперь во рту гараж.  
Вышла ложка на вираж.  
Рот пошире — и уже  
скрылась ложка в гараже.  
  
Догоняет мышку кошка.  
Кто же мышка? —  
Наша ложка.  
В ротик-норку поскорей  
прячься, мышка, от зверей.

 \*\*\*

Кушай, моя крошечка,  
Вот первая ложечка.  
Кашки вкусной тебе дам,  
Ротик открываем – АМ!  
  
С неба машет самолет,  
Кто тут, как птенец, клюет?  
Ну-ка кушай кашу сам!  
Вот вторая ложка – АМ!  
  
Ложка третия в пути,  
Крошке надо подрасти.  
Три, четыре, пять да шесть! -  
Как успел ты кашу съесть?  
  
Выпил сок, целый стакан,  
Ай, да мальчик – великан!  
Ай, да мальчик – богатырь!  
Силы есть на десять гирь!  
\*\*\*  
Кончился обед-игра,  
Деточке бай-бай пора.  
Чтобы очень сильным стать,  
Надо есть, и надо спать!

\*\*\*

Юля плохо кушает,  
Никого не слушает.  
— Съешь яичко, Юлечка!  
— Не хочу, мамулечка!  
— Съешь с колбаской бутерброд!  
Прикрывает Юля рот.  
— Супик?  
— Нет…  
— Котлетку?  
— Нет… —  
Стынет Юлечкин обед.  
— Что с тобою, Юлечка?  
— Ничего, мамулечка!  
— Сделай, внученька, глоточек,  
Проглоти ещё кусочек!  
Пожалей нас, Юлечка!  
— Не могу, бабулечка!  
Мама с бабушкой в слезах —  
Тает Юля на глазах!  
Появился детский врач —  
Глеб Сергеевич Пугач,  
Смотрит строго и сердито:  
— Нет у Юли аппетита?  
Только вижу, что она,  
Безусловно не больна!  
А тебе скажу, девица:  
Все едят —  
И зверь и птица,  
От зайчат и до котят  
Все на свете есть хотят.  
С хрустом Конь жуёт овёс.  
Кость грызёт дворовый Пёс.  
Воробьи зерно клюют,  
Там, где только достают,  
Утром завтракает Слон —  
Обожает фрукты он.  
Бурый Мишка лижет мёд.  
В норке ужинает Крот.  
Обезьянка ест банан.  
Ищет жёлуди Кабан.  
Ловит мошку ловкий Стриж.  
Сыр и сало  
Любит Мышь…  
Попрощался с Юлей врач —  
Глеб Сергеевич Пугач.  
И сказала громко Юля:  
— Накорми меня, мамуля!

\*\*\*

За столом кричит Дуняша:  
«Не хочу! Не буду кашу!»  
Мама с папой:  
«Что с тобой?»  
Деда с бабой:  
«Ой-ёй-ёй!»  
Тётя с дядей:  
«Съешь, Дуняш!»  
Домовята:  
«Завтрак наш!»  
\*\*\*  
Но воротит нос Дуняша:  
«Надоела эта каша!»  
Мама с папой:  
«Нагоняй!»  
Деда с бабой:  
«Ай-яй-яй!»  
Тётя с дядей:  
«Стыд и срам!»  
Домовята:  
«Ням-ням-ням!»

\*\*\*

Удивляется Дуняша:  
«А куда пропала каша?»  
Мама с папой:  
«Кто же мог?»  
Деда с бабой:  
«Ох-ох-ох!»  
Тётя с дядей:  
«Глянь, глазища!»  
Домовята:  
«Вкуснотища!»  
\*\*\*

Стала умницей Дуняша:  
«По утрам варите кашу!»   
Мама с папой:  
«Чудеса!»  
Деда с бабой:  
«Ах, краса!»  
Тётя с дядей:  
«Молодец!»  
Домовята:  
«Наконец!  
Ух, как ест, вот это дело!  
Ложкой вправо, ложкой влево;  
Проучили, будет знать!  
Быстро в щёлку под кровать».

**Картотека потешек для детей среднего дошкольного возраста (полезная еда)**

Дед хотел уху сварить,

Дед пошёл ершей ловить,

А за дедом кот Лаврентий,

За котом петух Терентий

Тащат удочки

Вдоль по улочке.

Деду одному невмочь,

Надо старому помочь.

 \*\*\*

Долгоногий журавель

На мельницу ездил,

На мельницу ездил,

Диковинку видел,

Ай-люли, ай-люли,

Диковинку видел:

Коза муку мелет,

Козёл засыпает,

Малые козляточки

Муку выгребают,

Ай-люли, ай-люли,

Муку выгребают.

 \*\*\*

Зайчишка-трусишка

По полю бежал,

В огород забежал,

Морковку нашёл,

Сидит грызёт.

Ай, кто-то идёт!

\*\*\*

Иди, весна, иди, красна,

Принеси ржаной колосок,

Овсяной снопок,

Большой урожай

В наш край!

\*\*\*

Кот на печку пошёл,

Горшок каши нашёл.

На печи калачи,

Как огонь, горячи,

Пряники пекутся,

Коту в лапы не даются.

\*\*\*

Наш козёл-стрекозёл

Очень умный был:

Он и воду носил,

Он и тесто месил,

И дрова рубил,

И деток кормил,

Деток кормил и приговаривал:

«Кушайте, козлятушки,

Кушайте, ребятушки,

Кашку-малашку

Да сладкие оладушки».

\*\*\*

— Ножки, ножки, где вы были?

— За грибами в лес ходили.

— А вы, ручки, помогали?

— Мы грибочки собирали.

— А вы, глазки, помогали?

— Mы искали да смотрели,

Все пенёчки оглядели.

Вот и Ванечка с грибком,

С подосиновичком.

 \*\*\*

Стучит, бренчит по улице:

Фома едет на курице,

Тимошка — на кошке

По кривой дорожке.

— Куда, Фома, едешь?

Куда погоняешь?

— Еду сено косить.

— На что тебе сено?

— Коровок кормить.

— На что тебе коровы?

— Молоко доить.

— А зачем молоко?

— Ребяток кормить.

 \*\*\*

— Чики-брики — ты куда?

— Чики-брики — на базар!

— Чики-брики — ты зачем?

— Чики-брики — за овсом.

— Чики-брики — ты кому?

— Чики-брики — я коню!

— Чики-брики — ты какому?

— Чики-брики — вороному.

 \*\*\*

Я по лесу по зелёному бреду,

Я грибочки в кузовок соберу,

Я в осиннике рыжики беру,

По берёзничку — берёзовики,

По сосновым пням — опёночки,

А под ёлкой — белый гриб-боровик.

\*\*\*  
тот, кто пьет молоко,   
будет бегать далеко,   
будет прыгать высоко,   
тот, кто пьет молоко  
\*\*\*  
Я уважаю каждый дом,   
где угощают молоком  
  
\*\*\*  
Как приятно и легко   
Пить из соски молоко.   
  
\*\*\*  
Мне не надо кока-колы,  
Сока, чая, кваса.  
Лишь бы сися была рядом -  
Будет жизнь прекрасна!  
  
\*\*\*  
Пять минут как я проснулся,  
улыбнулся, потянулся,   
гукнул, пискнул и молчу…   
Мама, где ты? Есть хочу!   
Что ж не слышишь ты никак,  
как лежу, сосу кулак.  
Все, обиделся, кричу:  
«Эй, мамуля, есть хочу!»  
Накорми меня уже!   
Титю дай, прижми к себе…   
Ты зачем ее забрала?   
Я еще покушал мало.  
Ну решил в обед вздремнуть,   
быстро дай обратно грудь!   
Не хочу твоей пустышки,   
мы малышки – не глупышки!   
Не хочу играть в игрушки   
и не брякай в погремушки,   
да не лезь ты в мой подгузник  
и не надо гладить пузик.  
Титю я хочу обратно,   
неужели не понятно?!  
Как тебе еще сказать,   
мне доесть бы и доспать!  
  
\*\*\*  
Даст мне мама молочка,   
даст иммунитета  
Подросту — скажу спасибо  
мамочке за это  
  
\*\*\*  
Как теперь мне быть,  
Мне стало не легко.  
Больше я не пью  
Мамы молоко.  
  
Но зато теперь  
На ночь пью кефир  
И в моём животике  
Поселился мир.

\*\*\*

Конфетка оказалась вкусной,  
Перемазался искусно...  
Ручки, Щёчки, даже лоб,  
Перепачкал всё что смог!

\*\*\*

Аппетит отменный,  
Ем я хорошо.  
Значит непременно  
Вырасту большой!

\*\*\*

Мне на праздник - день рожденье,  
Машинку баба привезла!  
Такое было объеденье!  
Скажу вам, по секрету, я!

\*\*\*

Познакомься, вот крыжовник.  
Весь колючий, как крыжовник.  
Очень круглый, как крыжовник.  
Очень толстый крыжовник

\*\*\*  
Я знаю бывает смородина разной .  
Черной бывает, и белой, и красной.  
Крыжовник колючий и полосатый.  
Но кто-нибудь ягоду видел усатой?  
Трудно поверить в подобную чушь,  
Только вдруг мама Сказала: " Илюш!  
Ножницы где? Подстригать помоги-ка.  
Видишь, Усы отрастила клубника!"

\*\*\*  
Как за ягодой за красной,  
Мы не ходим понапрасну.  
За клубникой, за морошкой,  
Мы не ходим понарошку.  
Собирали, собирали,  
Ручки, ноженьки устали.  
Скоро солнышку садиться,  
Как бы нам не заблудиться.  
Вот опушка, вот тропинка,  
Ох, и тяжела корзинка.  
Вот и дом, родной порог,  
Будет ягодный пирог!

\*\*\*  
Куст растет в конце дорожки,  
Пересекшей огород.  
Он ведет себя, как кошка,  
Или даже злобный кот.  
Гроздья ягод цвета дегтя  
Между листьями видны,  
Но вокруг – шипы, как когти,  
Нас хватают за штаны,  
Процарапывают кожу,  
Оставляя красный след...  
Мы добыть никак не можем  
Вкусных ягод на обед!  
Не крапива, не шиповник,  
Но шипами так же густ...  
Называется - крыжовник  
Этот злой кошачий куст.  
\*\*\*  
На болотце, возле Юквы,  
Кочки с мхом красны от клюквы!  
Будет нам теперь работа,  
Будет «тихая охота» –  
Ягоды в ведро собрать,  
Дома чисто перебрать,  
Потом сварить желе-варенье,  
Чтоб зимой есть в наслажденье!  
\*\*\*  
В лесу на болоте  
Вы клюкву найдёте.  
В плетёной корзине  
Домой принесёте.  
Потом очень тщательно  
Переберёте,  
И, сахар добавив,  
Её перетрёте.  
Когда вы вкуснятину  
Эту лизнёте -  
С любовью подумаете  
О болоте.  
\*\*\*  
– Ой! – сказала ежевика  
Спелой сливе, – посмотри-ка:  
Мои сизые бока –  
Как густые облака.  
Но я до сих пор на ветке...  
Ей ответила соседка:  
– Ты красива, вкус хорош,  
Но колючая, как ёж.  
\*\*\*  
- Ёжик любит ежевику.  
Пусть поест, - решила Вика, -  
Ну а мы с Мариной  
Будем есть малину.

\*\*\*  
Красная смородина  
До чего крупна!  
Кисленькая, вроде бы,  
Но с сахаром, вкусна!  
  
\*\*\*  
Красная, чёрная, белая  
Манит смородина спелая.  
Ягоды соком наполнились,  
Солнечной краской окрасились.  
Птички слетаются шустрые,  
Ягодки ранят упругие.  
Чёрная, красная, белая  
Вздыхает смородина спелая:  
- Если меня не сорвёте,  
Осыплюсь, потом не найдёте.  
  
\*\*\*  
Любят все чернику очень,  
Ягодки чернее ночи.  
Луше с Дашей вкус их сладкий  
Лучше даже шоколадки.  
И, как после шоколада,  
Девочкам умыться надо!

\*\*\*  
У Алёши черный рот,  
Как пещера, или грот  
Просто он всю съел чернику  
Пока я считал клубнику  
Вся смеялась детвора  
Что-то делать нам пора!  
Как очистить черный рот,  
Без особенных хлопот?  
Он немножко испугался  
Когда двор над ним смеялся  
Мы потом вдвоём смеялись  
Когда ягодой менялись  
Вы не бойтесь – всё напрасно,  
Есть чернику не опасно  
От неё всем чёрный ротик –  
Не болит зато животик!  
От черники лучше глазки,  
видят мультики и сказки  
  
\*\*\*  
Ягодка зернистая  
Смотрит прямо в рот.  
Очень замечательный  
Из неё компот.  
Нежная и сладкая  
Вовсе не калина.  
На кустах колючих  
Выросла малина.

**Загадки**

На сметане мешен,

На окошке стужен,

Круглый бок, румяный бок

Покатился. *(колобок)*.

\*\*\*

Бабушка девочку очень любила,

Шапочку красную ей подарила.

Девочка имя забыла своё.

А ну, подскажите ребята его. *(Красная Шапочка)*

\*\*\*

Толстяк живёт на крыше,

Летает он всех выше. *(Карлсон)*

\*\*\*

Возле леса, на опушке

Трое их живёт в избушке.

Там три стула и три и три кружки,

Три кроватки, три подушки.

Угадайте без подсказки,

Кто герои этой сказки? *(Три медведя)*

\*\*\*

**Пословицы**

За общим столом еда вкуснее.

В здоровом теле - здоровый дух.

Речь без **пословицы**, что суп без соли.

**Считалки**

Аты-баты, шли солдаты,

Аты-баты, на базар.

Аты-баты, что купили?

Аты-баты, самовар.

Аты-баты, сколько стоит?

Аты-баты, три рубля

Аты-баты, он какой?

Аты-баты, золотой.

Аты-баты, шли солдаты,

Аты-баты, на базар.

Аты-баты, что купили?

Аты-баты, самовар.

Аты-баты, сколько стоит?

Аты-баты, три рубля.

Аты-баты, кто выходит?

Аты-баты, это я!

\*\*\*

Каша вкусная дымится,  
Леша кашу есть садится,   
Очень каша хороша,   
Ели кашу неспеша.   
Ложка за ложкой,   
Ели по немножку.

\*\*\*

Это - ложка,  
Это - чашка.  
В чашке - гречневая кашка.  
Ложка в чашке побывала -  
Кашки гречневой не стало!

\*\*\*  
Пышка, лепёшка  
В печи сидела,  
На нас глядела,  
В рот захотела.

\*\*\*  
Наш Сережа непосед,  
Не доест никак обед.  
Сели, встали, снова сели,  
А потом всю кашу съели.

\*\*\*  
Ой, люли, люли, люли,  
В море плыли корабли,  
Насте кашку привезли.  
Капелька молоченная  
Для любимой доченьки.  
Настя, ротик открывай,  
Кашку сладкую глотай.  
А кто кашку кушает,  
Маму с папой слушает,  
Вырастает сильным,  
Здоровым и красивым.    
  
\*\*\*  
Кто у нас любимый самый?  
- Ложку первую за маму,   
А вторую за кого?  
- Да за папу твоего,   
За кого же третью ложку?  
- За веселую матрешку,   
Съешь за бабу,   
Съешь за деду,   
За мальчишку - за соседа,   
За подружек и друзей,   
Съешь побольше не жалей!  
Съешь за праздник, шумный, яркий,   
За гостей и за подарки,  
За котёнка, за Тимошку  
Эту маленькую ложку  
И за рыжего кота,  
Вот тарелка и пуста!

\*\*\*

Тили-час, тили-час  
вот обед у нас сейчас  
Скушаем за маму ложку,  
Скушаем за папу ложку,  
За собачку и за кошку,  
воробей стучит в окошко,  
дайте ложечку и мне...  
вот и кончился обед.

\*\*\*  
Люли, люли, люленьки,   
Прилетели гуленьки,   
Стали гули говорить:   
«Чем нам Машеньку кормить?»   
Один скажет: «кашкою»,   
Другой – «простоквашкою»,   
Третий скажет – «молочком,   
И румяным пирожком».

\*\*\*

Ванечка, Ванюша,  
Кашку всю ты скушай.  
Стукни ложкой,  
Топни ножкой.  
Хлопни ты в ладоши,  
И погладь ты кошку.

\*\*\*  
У котенка в чашке   
Было много кашки.   
Две тетери прилетели,   
Две тетери кашку съели.   
И кричат они котенку:   
- Ротозей ты, ротозей!   
Если дали тебе кашку,   
нужно съесть её скорей!

\*\*\*  
Пошёл котик по дорожке,  
Купил Машеньке сапожки,  
Пошёл котик на торжок,   
Купил котик пирожок,  
Пошёл котик на улочку,  
Купил котик булочку.  
Самому ли есть  
Или Машеньке снесть?  
Я и сам укушу,  
Да и Машеньке снесу.

[\*](http://kindergenii.ru/HTMLs/poteshki/edapot1.htm)\*\*

Едем, едем на лошадке  
По дорожке гладкой, гладкой.  
В гости нас звала Катюша,  
Кушать пудинг сладкий.  
Мы приехали к обеду  
А Катюши дома нету.  
Две собачки у порога  
Говорят нам строго, строго: Гав, гав.

**Картотека потешек для детей старшего дошкольного возраста (полезная еда)**

Дали мне на завтрак сыр -  
Тот, в котором много дыр.  
Посмотрел его на свет -  
Дырки есть, а сыра нет.  
  
Призадумался я крепко  
И решил пить чай с конфеткой.  
Пусть дырявый сыр едят  
Те, кто кушать не хотят!  
\*\*\*  
Ух, какой дырявый сыр!  
И кто надырил столько дыр?  
Ну, а главное, зачем?..  
Они ж безвкусные совсем.  
Ну не чудак ли этот кто-то,  
Проделав лишнюю работу?  
Но зато каков мастак:  
Вот как внутри сверлил он,  
как?!..  
  
\*\*\*  
  
В мышеловке сыр лежит.  
на мышоночка глядит.  
Соблазнить старается,  
Вдруг проголодается.   
  
Поселились мышки в сыре,  
В многодырочной квартире.  
Дырка – спальня,    
Дырка – холл,  
В коридоре вкусный пол.  
Всё прекрасно!   
Только стены  
Убывают постепенно...  
Что ж, не будет этих дыр,  
Переедем в новый сыр!  
\*\*\*  
  
На столе тарелочка,  
Сыра там кусочки.  
Потрудилась девочка,  
Потрудилась дочка -  
Дырок  больше стало!  
- Да зачем? - спросила.  
Дырок там хватало!  
- Да ведь так  красиво!   
  
\*\*\*  
Праздник в доме, будут гости –  
Мы для них готовим пир!  
Тонкими ломтями мама  
На дощечке режет сыр.  
А меня давно прозвали   
В шутку – «сырная душа»!  
Ем его я вместо хлеба  
С расстановкой, не спеша!  
Этот же какой-то странный,  
Взял кусок и не пойму:  
В нем одни сплошные дырки,  
Для чего и почему?  
То ли червячки старались  
Сквозь него гурьбой пролезть?  
Или дружно грызли мыши?..  
Я такой не буду есть!  
  
\*\*\*  
На обед мне дали сыр,  
Было в нём так много дыр.  
Папа мне, смеясь, велел,  
Чтобы дырок я не ел.  
Если съем я дырки те,   
Будут дырки–в животе.  
Как тогда я буду жить?  
Что ли лейкою служить?  
Я теперь слежу за тем,  
Что я за обедом ем.  
И уж если дали сыр,  
То смотрю, чтоб был без дыр.  
  
Когда есть сыр, но нету дыр,  
То это - непонятный сыр.  
Где сыра нет, а дырки есть,  
Там этот сыр успели съесть.  
А если сыр вернуть в мешок,  
Тогда зачем такой стишок? 

\*\*\*  
Жёлтой корочке от сыра  
Хомячок сказал: " Привет!  
У тебя так много дырок!  
И такой красивый цвет!"  
Рядом с корочкой от сыра  
Ждал напрасно он ответ...  
Нет ответа ни от дырок,  
Ни от сыра тоже нет.  
К толстой корочке от сыра  
Прыгнул хомячок: " Ура!  
Жёлтый цвет! Большие дыры!  
Мне позавтракать пора!"  
Вкусной корочке от сыра  
Хомячок открыл секрет:  
Что прекрасней сырных дырок  
Только жёлтый сырный цвет!"  
Тонкой корочке от сыра  
Пискнул хомячок: " Пока!"  
Не осталось больше дырок!  
Сыра нет наверняка

\*\*\*

Какая удача! Какая удача!  
Сегодня семьёй мы поедем на дачу!  
Там речка, там лес, там поляны грибные,  
И кони пасутся в лугах вороные…  
Всего, что там есть, не опишешь словами,  
Мы едем на дачу, поехали с нами!  
Под вечер костер разведем с пылу с жару,  
Веселые песни споем под гитару!  
Устроим веселый и дружный пикник:  
Картошку спечем и пожарим шашлык.  
Каникулы! Лето! Какая удача!  
Мы едем, мы едем, мы едем на дачу!

\*\*\*

Добрый дедушка Мороз!                                                                              
Он подарки нам привёз!                                                                            
Куклы и машинки.                                                                              
Снежинки и смешинки.                                                                           
Он принёс мешок конфет.                                                                           
И сказал нам всем - Привет!                                                                        
Будем петь и веселиться.                                                                         
Возле ёлочки кружиться.                                                                          
И стишки рассказывать.                                                                        
Загадочки отгадывать.                                                                            
Встанем вместе в хоровод.                                                                       
Дружно встретим Новый год!

\*\*\*

Нет зрелища приятнее на  
свете, чем с аппетитом  
лопающие дети!

\*\*\*

Ложка – труженик простой,  
Кран подъёмный городской.  
Набирай скорей на ложку  
Кашу, суп или картошку.  
Поднимай быстрее грузы,  
Отправляй их прямо в пузо.  
Доедай всё сам до крошки,  
Чтоб быстрей бежали ножки,  
Чтобы ручки, глазки, ушки  
Подрастали у Андрюшки.

\*\*\*

Мне мохнатая малина -  
Россыпь сладкая в ведре.  
Для учёных - витамины,  
И конфета для детей.  
И для бурого медведя -  
Вот любимая еда.  
В гости к нам идя соседи  
Угощаются всегда.  
Кто - по ягодке смакует,  
Кто-то полным кулачком,  
Все с малиной шаньги любят,  
Кто-то любит с молоком.  
А с малиновым вареньем  
Что угодно можно есть,  
И любому угощенью  
Сделает малина честь.  
Налилась бардовым цветом -  
Все кусты горят огнём.  
Я в деревне этим летом  
Наслаждаюсь каждым днём.  
  
\*\*\*  
Ай-да скромница-клубника,  
Твоего не видно лика.  
Отодвинем листья мы  
И найдем тебя, смотри.  
Раскраснелась со стыда.  
Ох, не скрыться никуда.  
\*\*\*  
Что у грядки столько крику?  
Собираем мы клубнику!  
У кустов усы гусара,  
С южным ягодки загаром!  
\*\*\*  
Эти ягодки, ребята,  
Под листочки кто-то спрятал.  
Каждый листик как страничку,  
Открывай, ищи клубничку!

\*\*\*  
Ложку сам уже держу,  
Я сейчас вам покажу.  
Скажете: "Вот деловой",  
Просто я уже большой.  
  
\*\*\*  
Меня кормили с ложки,  
Но я подрос немножко,  
Смотрите-ка скорее:  
Я кушать сам умею  
  
\*\*\*  
Подросла уже немножко  
У меня есть своя ложка  
Буду пробовать вкусняшки  
Сок, пюре, компот и кашки!  
  
\*\*\*  
Я дружу немножко   
Со столовой ложкой.   
Только ротик открываю,   
Ложка с кашей заезжает,   
Плюх! Ко мне на язычок,   
Щёчки дружно чмок-чмок-чмок!   
Все довольны: я, мой ротик   
И мой сытенький животик!  
  
\*\*\*  
В который раз пытаюсь я  
Засунуть ложку в рот,  
Но каша снова на щеках!  
Смеётся мама, вот.  
  
Но я упряма, ведь я - лев!  
Я своего добьюсь.  
И кашу в рот я положу!  
И маме улыбнусь.  
  
\*\*\*  
Что сегодня на обед? -  
Суп молочный, да омлет.  
Как большой Никита: сам  
Держит ложку: НЯМ-НЯМ-НЯМ  
  
\*\*\*  
Ой вы люли, наши люли,  
На плите у нас кастрюли,  
На тарелочке — картошка,  
А в руке — большая… ложка!

\*\*\*

Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!

\*\*\*

- Кисонька-мурысенька,

Где ты была?

- На мельнице.

- Кисонька-мурысенька,

Что там делала?

- Муку молола.

- Кисонька-мурысенька,

Что из муки пекла?

- Прянички.

- Кисонька-мурысенька,

С кем прянички ела?

- Одна.

- Не ешь одна! Не ешь одна!

\*\*\*

- Ладушки, ладушки!

Где были?

- У бабушки!

- Что ели?

- Кашку!

- Что пили?

- Бражку!

Кашка масленька,

Бражка сладенька,

Бабушка добренька.

Попили-поели,

Домой полетели,

На головку сели,

Ладушки запели!

\*\*\*

Идет коза рогатая,

Идет коза бодатая,

За малыми ребятами.

Ножками топ-топ,

Глазками хлоп-хлоп,

Кто каши не ест,

Молока не пьет -

Забодает,

Забодает,

Забодает!

\*\*\*

Сорока-белобока,

Кашу варила,

Деток кормила.

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

А этому не дала:

Ты воды не носил,

Дров не рубил,

Каши не варил -

Тебе нет ничего!

\*\*\*

- Пальчик-мальчик,

Где ты был?

- С этим братцем -

В лес ходил.

С этим братцем -

Щи варил.

С этим братцем -

Кашу ел.

С этим братцем -

Песни пел!

\*\*\*

Сидит белка на тележке,

Продает она орешки:

Лисичке-сестричке,

Воробью, синичке,

Мишке толстопятому,

Заиньке усатому,

Кому в платок,

Кому в зубок,

Кому в лапочку.

\*\*\*

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот конечик -

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет!

\*\*\*

Божья коровка,

Черная головка,

Улети на небо,

Принеси нам хлеба,

Черного и белого,

Только не горелого.

\*\*\*

Дождик, дождик, веселей

Капай, капай, не жалей!

Только нас не замочи!

Зря в окошко не стучи -

Брызни в поле пуще:

Станет травка гуще!

Дождик, дождик, пуще,

Будет травка гуще.

Дождик, дождик, посильней.

Огород ты наш полей.

\*\*\*

Жили-были сто ребят,

Все ходили в детский сад.

Все садились за обед,

Все съедали сто котлет.

Все потом ложились спать.

Начинай считать опять.

\*\*\*

Гойда, гойда, люленьки,

Прилетели гуленьки,

Стали гули говорить,

Чем Ванюшу накормить.

Один скажет - кашкою,

Другой - простоквашкою,

Третий скажет - молочком

И румяным пирожком.

\*\*\*

Травка-муравка со сна поднялась,

Птица-синица за зерна взялась,

Зайка - за капустку,

Мышка - за корку,

Детки - за молоко.

\*\*\*

Умница, Катенька,

Ешь кашку сладеньку,

Вкусную, пушистую,

Мягкую, душистую.

\*\*\*

Дубы, дубочки,

Пеку блиночки,

Блиночки горячи,

Не хотят сидеть в печи.

Блиночки румяные

С маслицем, сметаною.

\*\*\*

А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот — тарелка, вот — еда.

Не осталось и следа.

\*\*\*

На моей тарелочке

Рыженькая белочка,

Чтоб она была видна,

Все съедаю я до дна.

Пей, дружок, томатный сок,

Будешь строен и высок.

\*\*\*

Глубоко и мелко,

Корабли в тарелке,

Вот кораблик плывет,

Заплывает прямо в рот.

\*\*\*

Обед

Бери ложку, бери хлеб,

И скорее за обед.

\*\*\*

Посадим на ложку

Капустку, картошку — и спрячем!

Попробуй найди!

Не видно на ложке

Капустки, картошки.

И нет на тарелке — гляди!

\*\*\*

Час обеда подошел,

Сели деточки за стол.

\*\*\*

Овощи мама в кастрюле варила.  
Самое вкусное туда положила.  
Мясо, яички, картошка, укроп  
Очень хотят попасть к Насте в рот.  
Давай-ка не станем их обижать  
И все что в тарелке будем съедать.  
\*\*\*

Ну-ка, ну-ка, ну-ка, ну-ли!  
Не ворчите вы, кастрюли,  
Не ворчите, не шипите,  
Кашу сладкую варите.  
Кашу сладкую варите,  
Нашу деточку кормите.  
\*\*\*

На моей тарелочке  
Рыженькая белочка.  
Чтоб была она видна,  
Все съедаю я до дна!  
\*\*\*

Кот на печку пошел -  
Горшок каши нашел.  
На печи калачи,  
Как огонь горячи.  
Пряники пекутся,  
Коту в лапы не даются

\*\*\*

Макароны понарошке  
назывались "макарошки".  
Макароны-макарошки  
раскатились по дорожке.

\*\*\*

яблоко мне нравится,  
но как мне с ним расправиться?  
  
\*\*\*

яблоко  
Яблочко румяное  
Есть одна не стану я:  
Половинку яблочка  
Дам любимой мамочке.  
  
\*\*\*  
среди зимы наступит лето,   
когда попробуешь ты это" (про фрукты),  
  
\*\*\*  
Наш любимый карапуз  
Сегодня пробовал арбуз  
Ушки, нос и щёки  
Всё в арбузном соке!

\*\*\*  
Чтоб работалось нормально,  
Был здоровый цвет лица,  
Ешьте тыкву регулярно,  
Ешьте тыкву без конца.  
Запеченную и с кашей,  
Лучше с пшенною крупой,  
И тогда здоровье ваше  
Будет крепкою горой.  
  
\*\*\*  
Я росту,росту,росту  
Взрослой пищи я хочу!  
Приготовит мама  
Кашку Ярославу.  
Вкусную полезную,  
К завтраку уместную.  
Накормлю я кашкой ротик,  
Носик,щечки и животик,  
А сегодня меня мама  
Овощами соблазняла.  
Странные они на вкус  
"Может позже угощусь?"

\*\*\*  
Говорят, что в колбасе  
Витамины почти все!  
Надо съесть побольше их-  
За двоих и за троих!

Папа мой котлеты любит,  
Кабачки, селедку в шубе...  
Очень выгодно, друзья.  
Съест он все, конфеты - я.  
  
\*\*\*  
Очень часто говорят:  
Дети любят мармелад,  
Шоколадные конфеты,  
Тоже важные приметы,  
Торты, слойки и печенье,  
Крем, домашнее варенье  
И хрустящие орешки, —  
Они просто сладкоежки.   
  
\*\*\*ЛЮБИМЫЙ ШОКОЛАД  
Люблю я очень шоколад,  
Всегда ему в подарке рад!  
Люблю воздушный, с молоком.  
С фисташками и фундуком.  
Изюм, варенье и нуга  
Меня порадуют слегка.  
Ещё - фигурный шоколад  
Сюрприз под ёлкой для ребят.  
С любой начинкою и без  
Мир шоколада - мир чудес!  
Кладу кусочек на язык,  
Глаза закрою - так привык-  
И жду, когда растает,  
И мысленно взлетаю!  
Пусть будет горьковатым он,-  
Могу я съесть хоть восемь тонн!  
Вы не подумайте друзья,  
Что есть один мечтаю я!  
Конечно, с вами поделюсь,  
Пусть все полюбят этот вкус!  
Люблю я очень шоколад  
И им всегда делиться рад.  
  
\*\*\*  
Сушки, сушки   
Вы мои подружки.   
  
\*\*\*  
Пряники. пряники.   
Вы мои племянники.   
  
\*\*\*  
Каждый вечер я скучаю   
Плюшку ем, рассвет встречаю.  
  
\*\*\*  
Наш Дениска сладкоежка,  
Обожает шоколад  
Нашел укромное местечко  
Уплетает все подряд.

\*\*\*

Чашка на пол улетела.   
Не сердись мамуля.   
На меня нельзя ругаться,   
Я твой лапуля!   
\*\*\*  
Пить из соски молоко  
И приятно, и легко.  
А из чашки как попить,  
Чтоб ни капли не разлить?  
Знает каждый, что не просто,  
Пить из чашки, словно взрослый!  
Нужно этому учиться,  
И не надо торопиться,  
Ведь у тех, кто учиться,  
Все всегда получиться   
  
\*\*\*  
Я из чашки пить учусь,  
Только как я не возьмусь,  
Мне не в рот, а мимо рта,  
Льются соки и вода!

\*\*\*  
Если рот и зубы есть,  
Значит, ими надо есть.  
Руки станут помогать –  
В рот к зубам еду пихать.  
  
\*\*\*  
ах ты, девочка чумазая,   
где ж ты носик (щечки, ручки) так измазала?

\*\*\*  
Вечереет на дворе,  
дождик за окошком,  
мальчик Даня ест пюре  
маленькою ложкой.  
Что-то новое совсем –   
объеденье прямо!  
Посмотрите, как я ем,  
что дала мне мама!.

\*\*\*  
Что-то новое совсем –   
объеденье прямо!  
Посмотрите, как я ем,  
что дала мне мама!.  
  
\*\*\*  
Угощаю я обои,  
Табуретки и столы,  
Даже рядышком со мною  
Кушают пюре полы!

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

\*\*\*

Бел, как снег,  
В чести у всех.  
В рот попал –  
Там и пропал.  
Сахар

\*\*\*

Белый сладкий камень  
В чашке нашей тает,  
Чай, компот одобряет.  
Сахар

\*\*\*

В воде родится, воды боится.  
Соль

\*\*\*

Маленькое, сдобное,  
Колесо съедобное.  
Я один тебя не съем,  
Разделю ребятам всем.  
Бублик

\*\*\*

Наступает час обеда:  
Мой-ка руки, непоседа!  
Из мяса, овощей и круп  
Сварила мама вкусный…  
Суп

\*\*\*

Белый камень в воде тает.  
Сахар

\*\*\*

Меня одну не едят,  
А без меня мало едят.  
Соль

\*\*\*

На шпагате кольца к чаю  
В магазине покупаю.  
Баранки

\*\*\*

На поле родился,  
На заводе варился,  
На столе растворился.  
Сахар

\*\*\*

Отдельно — я не так вкусна,  
Но в пище — каждому нужна.  
Соль

\*\*\*

Ножка деревянная,  
Рубашка шоколадная.  
На солнышке я таю,  
Во рту я исчезаю.  
Эскимо

\*\*\*

Сидит на ложке,  
Свесив ножки.  
Лапша

\*\*\*

Комковато, ноздревато и губато, и горбато,  
И твердо, и мягко, и кругло, и ломко.  
И черно, и бело, и всем людям мило.  
(Хлеб, батон)

\*\*\*

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

\*\*\*

Что на сковороду наливают  
Да вчетверо сгибают  
Блин

\*\*\*

Может разбиться,  
Может и вариться,  
Если хочешь —  
в птицу Может превратиться.  
Яйцо

\*\*\*

Белая бочка,  
А в ней — ни сучочка.  
Яйцо

\*\*\*

Меня не едят,  
Но и без меня мало едят.  
Соль

Без чего нельзя испечь хлеб?  
(Без корки)

\*\*\*

Не снег,  
А белое всегда.  
Хоть и течет,  
А не вода.  
Молоко

\*\*\*

Ешь, да пей,  
Да гостям налей,  
И коту не пожалей!  
Молоко или кефир

\*\*\*

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

\*\*\*

Жидко, а не вода,  
Бело, а не снег.  
Начинается на «К», —  
Пьем продукт из молока.  
Кефир

Прозрачный дом,  
И кто это в нем –  
Не лягушки, а зеленые,  
Не а морской воде, а соленые?  
Соленые огурчики

В кусочке сдобного теста  
Нашлось для начинки место,  
Внутри него не бывает пусто –  
Есть мясо или капуста.  
Пирожок

\*\*\*

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

\*\*\*

Очень любят дети  
Холодок в пакете.  
Холодок, холодок,  
Дай лизнуть тебя разок!  
Мороженое

\*\*\*

Это хлеб, но он не наш,  
Называется ….  
Лаваш

\*\*\*

Отгадать легко и быстро:  
Мягкий, пышный и душистый.  
Он и черный, и белый,  
А бывает подгорелый.  
(Хлеб)

\*\*\*

Что добавляют в бородинский хлеб?  
(Муку)

\*\*\*

Сладок, нежен и воздушен.  
Он порою всем вам нужен.  
Ни одно ведь торжество  
Не проходит без него.  
Торт

\*\*\*

В день веселых именин  
Выпекают хлеб один,  
И поют все: «Выбирай,  
Кого любишь, …!»  
Каравай

Оно трясется на столе,  
А называется ….  
Желе

\*\*\*

Хлеба мягкого кусок,  
Сверху колбаса, чеснок.  
Сам он просится к нам в рот,  
Аппетитный... (бутерброд)

Теплый, мягкий и блестящий,  
С корочкой такой хрустящей!  
Спросим мы у детушек:  
«Что же это?» (Хлебушек)

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

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

Подготовим место,  
Раскатаем тесто.  
Вот повидло, вот творог.  
Мы хотим испечь... (пирог)

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

Что за белая водица  
С фермы к нам в бидонах мчится?  
Мы ответ нашли легко —  
Это просто... (молоко)

\*\*\*

Завернули эту плитку  
В серебристую простынку.  
Скушать плитку каждый рад.  
Что же это? (Шоколад)

\*\*\*

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

\*\*\*

Что на сковородку наливают  
Да вчетверо сгибают?  
(Ответ: Блины)

\*\*\*

Кто напиток этот знает,  
Тот названье отгадает.  
Я зову его шипучка,  
И зову — вода—колючка.  
(Ответ: Газировка)

\*\*\*

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

\*\*\*

Очень я его люблю,  
Утром с молоком я пью,  
Но не кофе и не чай,  
Ну—ка быстро отвечай!  
(Ответ: Какао)

\*\*\*

Промеж гор Печор  
Лежит бык печён,  
В брюхе мак толчён,  
В боку нож ввострён.  
(Ответ: Каравай)

\*\*\*

Жидко, а не вода,  
Бело, а не снег.  
Начинается на «К», —  
Пьем продукт из молока.  
(Ответ: Кефир)

\*\*\*

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

\*\*\*

Жидко, да не вода,  
бело, да не снег.  
(Ответ: Молоко)

\*\*\*

Есть и есть его не лень  
Было нам с сестрёнкой Ниной.  
А на следующий день  
Заболели мы ангиной.  
(Ответ: Мороженое)

\*\*\*

В воде родилась, в огне крестилась,  
как на воду пала, так и пропала.  
(Ответ: Соль)

\*\*\*

В воде родится, да воды боится.  
(Ответ: Соль)

\*\*\*

Одну меня не едят,  
А без меня редко едят.  
(Ответ: Соль)

\*\*\*

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

\*\*\*

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

\*\*\*

И комковато, и ноздревато, и мягко, и ломко,  
А всех милей.  
(Ответ: Хлеб)

\*\*\*

Засвистел «начальник»,  
На плите наш чайник:  
«А ну—ка, выключай,  
И готовь всем …».  
(Ответ: Чай)

\*\*\*

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

\*\*\*

Пью его я каждый день,  
Наслаждаться мне не лень.  
Он в Цейлоне созревает —  
Всяк ответ здесь отгадает.  
(Ответ: Чай)

\*\*\*

Маленькое озёрко,  
А дна не видно.  
(Ответ: Чашка С Молоком)

\*\*\*

Любят взрослые и дети  
С чаем есть конфеты эти.  
Есть их можно и без чая,  
«Грязных» рук не замечая.  
Ты только пальцы оближи,  
И как назвать их подскажи.  
(Ответ: Шоколадные конфеты)

**Картотека потешек для детей подготовительного дошкольного возраста (полезная еда)**

Вкусная мукаСыплется мука  
Через край мешка.  
Станет тестом-  
В квашне тесно.  
Поставишь в печь,  
Пироги печь,  
Запах таков-  
Сыт без пирогов.  
А кусочек проглотишь -  
Ещё захочешь.  
\*\*\*  
И тихонько ем варенье.  
Ложка, ложка, снова ложка.  
До конца совсем немножко!  
Шоколадка, мармеладка,  
До чего учиться сладко!  
Я учил стихотворенье,  
Я бы выучил его,  
Но в буфете, к сожаленью,  
Не осталось ничего!  
В. Орлов

\*\*\*

Вот это-  
Хорошая девочка.  
Зовут её Маша!  
А это-  
её тарелочка.  
А в этой тарелочке...  
Нет, не каша,  
Нет, не каша,  
И не угадали!  
Села Маша,  
Съела кашу -  
Всю,  
Сколько дали!  
\*\*\*

Вскипятите молоко,  
Соли, сахару добавьте,  
Размешайте все легко,  
Манкой медленно заправьте,  
Интенсивно помешав,  
Остудите, но не слишком,  
И слюнявчик повязав,  
Кашку можно дать детишкам.  
\*\*\*

С длинным батоном под мышкой  
Из булочной шел мальчишка,  
Следом с рыжей бородкой  
Пес семенил короткий.  
Мальчик не оборачивался,  
И батон укорачивался.  
\*\*\*

Раз, два, три, четыре.  
На весах четыре гири,  
А с другой стороны  
На весах лежат блины.  
На дощечке возле дома  
Я сама их испекла.  
Ни один не вышел комом,  
Ни один не подожгла!  
Блин тебе, блин ему  
И другим по одному.  
Ешь быстрее,  
Не гляди!  
Есть не хочешь – выходи!  
\*\*\*

Две киски-  
Две Бориски  
На досточках сидят,  
Перед ними две ириски -  
Они их не едят,  
Они глядят на пуделя  
По имени Антон,  
Который булку кушает  
По имени - батон.  
И слюнки у Борисок-  
Лишь успевай глотать...  
- Антон, возьми ирисок.  
Дай хлебца пожевать...

\*\*\*

Чудак математик  
В Германии жил.  
Он хлеб с колбасою  
Случайно сложил.  
Затем результат  
Положил себе в рот.  
Вот так человек  
Изобрел  
Бутерброд.

\*\*\*

- Хватит плакать, девочка!  
- Не хватит…  
- Как тебя зовут, девочка?  
- Катя…  
- Катя, кто же тебя обидел?  
- Не обидел… Ты бублик не видел?  
Он сначала в траву закатился,  
А потом под кустом очутился,  
А потом я играла в песке…  
- Вот же бублик, ты держишь в руке  
И кусочек уже откусила.  
- На и ты откуси!  
- Спасибо.  
\*\*\*

Бублик, баранку,  
Батон и буханку  
Пекарь из теста  
Испек спозаранку.  
\*\*\*

Пьет из чашечки жучок  
Колокольчиковый сок.  
Пьют веселые букашки  
Сок пахучий из ромашки.  
А нарядный мотылек  
Земляничный любит сок.  
Сока хватит всем в лесу!  
Угощает шмель осу:  
- Вот вам два стаканчика,  
сок из одуванчика.  
\*\*\*

У Сергея нет терпенья,  
Он руками ест варенье.  
Слиплись пальцы у Сережи,   
Приросла рубашка к коже.  
Ног от пола не отнять,  
Рук от ног не оторвать.  
Слиплись локти и колени.  
Уши склеило варенье.  
Раздается жалкий всхлип.  
Сам к себе Сергей прилип.  
\*\*\*

Решила старушка  
Ватрушки испечь.  
Поставила тесто   
Да печь затопила.  
Решала старушка  
Ватрушки испечь,   
А сколько их надо -   
Совсем позабыла.  
Две штучки – для внучки,  
Две штучки – для деда,  
Две штучки – для Тани,  
Дочурки соседа…  
Считала, считала, да сбилась,  
А печь-то совсем протопилась!  
Помогите старушке –   
Сосчитайте ватрушки!  
\*\*\*

Наскочил корабль на мель.  
И матросы три недели  
Карамель на мели ели.  
\*\*\*

Каша из гречки.  
Где варилась? В печке.  
Сварилась, упрела,  
Чтоб Оленька ела,  
Кашу хвалила,  
На всех разделила…  
Досталось по ложке  
Гусям на дорожке,  
Цыплятам в лукошке,  
Синицам в окошке.  
Хватило по ложке  
Собаке и кошке,  
И Оля доела  
Последние крошки!

\*\*\*

Но не овощи, не фрукты.  
Сыр, сметану и творог,  
Глазированный сырок.  
Привезли издалека  
Три бидона молока.  
Очень любят дети наши   
Йогурты и простоквашу.  
Это им полезно очень,  
Магазин же наш молочный.

\*\*\*

Состояли облака.  
В зиму, радуя весь мир,  
С неба падал бы пломбир.  
\*\*\*

Если в доме нет сластей,  
Не зови к себе гостей,  
Веселиться невозможно  
Без конфет и без пирожных.

\*\*\*

Жадный пес  
Дров принес,  
Воды наносил,  
Тесто замесил,  
Пирогов напек,  
Спрятал в уголок  
И съел сам –   
Гам-гам-гам!  
\*\*\*

Из морской капусты.  
Рыбы пили,  
Похвалили:  
- Чай у чайки вкусный.  
\*\*\*

Стало холодно. Криничку  
Прихватил слегка мороз.  
Пять мешков муки на бричке  
Заяц с мельницы привез.  
И сказал он:  
- Первым долгом  
Угостим зверей лесных.  
Напекла зайчиха много  
Вкусных булочек для них.  
Рады детки. Заяц рад:  
Славно потрудился.  
От избушки аромат  
По лесу расплылся.  
Вот и белочки спешат,   
Ежики, синицы…  
Заяц – добрая душа –  
Раздает гостинцы.

\*\*\*

Костя хлеб жует сухой.  
- Ты бы ел его с ухой!   
До ушей краснеет Костя,  
Он решил правдивым быть:  
- Я бы ел с ухой, но после  
мне ж тарелку нужно мыть!  
\*\*\*

Если печка - то печет,  
Если сечка - то сечет,  
Если гречка - то гречет?  
Вот и нет,  
Она - растет!..  
Если гречку собрать  
И в горшок положить,  
Если гречку водою   
Из речки залить,  
А потом,   
А потом  
Долго в печке варить,  
То получится наша  
Любимая каша!  
\*\*\*

Конфета бывает простой и с помадкой,   
Немного с кислинкой и приторно-сладкой,   
В обёртке блестящей и мало приглядной,   
Клубничной, малиновой и шоколадной.   
И мягкой, и твердой, и даже тягучей,   
Бывает орешков в ней целая куча.   
И каждый, кто пробовал, сам понимает:   
Не нужной она - никогда не бывает. 

\*\*\*

Мы не в жаркой печи  
Испечем куличи:  
Нам нужна не мука -  
Только горстка песка.  
Сыпь в ведерко песок,  
Да прихлопни разок.  
Хороши куличи,  
Хоть и не из печи.  
Так и просит роток:  
- Отломи мне кусок.  
\*\*\*

- Откуда идешь ты, лягушка-квакушка?  
- С базара домой, дорогая подружка.  
- А что ты купила?  
- Всего понемножку:  
Купила ква-пусту, ква-соль и ква-ртошку.  
\*\*\*

Мы спросили нашу Машу:  
- Чем ты, Маша, занята?  
- Из цветов цветную кашу  
Я готовлю для кота.  
\*\*\*

Ладушки, ладушки,  
Мы печем оладушки,  
Мы печем оладушки…  
Для кого? Для бабушки!  
Ну, а что останется,  
Нам с тобой достанется!  
\*\*\*

Мышка Наташка  
Скушала кашку:  
В мышкиной плошке –  
Больше ни крошки!  
Скучно без кашки  
Мышке Наташке.

\*\*\*

Пекла для Варюшки  
Подружка ватрушки.  
Подружке подушку  
Сшила Варюшка.  
\*\*\*

Из песка пирог спечем,  
В гости маму позовем,  
Пригласим и вас, друзья,  
Только есть пирог нельзя.  
\*\*\*

Мне от каши очень тяжко.  
Бесполезно спорить с мамой -  
Варит кашу мне упрямо.  
Вот и брату нелегко -  
Пьет братишка молоко.  
Он орет и днем, и ночью -  
Видно, тоже что-то хочет.  
Может, этой манной кашей  
Поделиться с младшим Пашей?  
Ну-ка, съешь хотя бы ложку,  
Остальное вылью кошке.  
\*\*\*

- Ты откуда, пирожок?  
- Родом с поля я, дружок.  
Я родился там зерном,  
Был на мельнице потом.  
Я в пекарне побывал,  
А теперь на стол попал.  
\*\*\*

Пирожки с капустой печь.  
Для Наташи, Коли, Вовы  
Пирожки уже готовы.  
Да еще один пирог   
Кот под лавку уволок.  
Да в печи - четыре штуки.  
Пироги считают внуки.  
Если можешь, помоги  
Сосчитать пироги.

\*\*\*

Англичане любят  
Есть на ужин ПУДИНГ.  
Потому что ПУДИНГ -  
Очень вкусный БЛЮДИНГ.  
Тот, кто любит ПУДИНГ  
И часто ходит в ГОСТИНГ,  
Не бывает ХУДИНГ,  
А бывает ТОЛСТИНГ!  
\*\*\*

Шел Саша по шоссе,  
Нес сушки в мешке.  
Сушку – Грише,  
Сушку – Мише.  
Есть сушки Проше,  
Васюше и Антоше.  
Еще две сушки  
Нюше и Петрушке.  
\*\*\*

Принесла мне мама сушки,  
Посмотрел – на них веснушки.  
Со стола убрал посуду  
И сказал ей:  
- Есть не буду!  
- Почему? – спросила мама.  
Врать не стал, ответил прямо:  
- Если съем я эти сушки,  
Перейдут ко мне веснушки.  
Только зря я думал так:  
Был на сушках просто мак.  
\*\*\*

Белый пудель,  
Людин пудель  
Нес на блюдце  
Сладкий пудинг.  
Белый пудель,  
Людин пес  
Целый пудинг  
Люде нес.  
Белый пудель,  
Людин пудель  
Съел украдкой  
Сладкий пудинг!  
Белый пудель,  
Верный пес,  
Что ж ты пудинг  
Не донес?  
\*\*\*

Раз, два, три, четыре,  
Сосчитаем дыры в сыре.  
Если в сыре   
Много дыр,  
Значит,  
Вкусным будет сыр.  
Если в нем одна дыра,  
Значит, вкусным  
Был  
Вчера.  
\*\*\*

Я сегодня встала рано,  
Чтоб испечь пирог румяный.  
Я пеку его с калиной  
Не из теста, а из глины.  
На скамейке у крылечка  
Солнце греет, словно печка.  
- Солнце, солнце, помоги,  
Испеки мне пироги!  
\*\*\*

С корочкой хрустящей,  
А румяный теплоход,  
Самый настоящий.  
- Полный ход!  
- Есть полный ход!  
- Прямо в рот!  
- Есть прямо в рот!  
Этот вкусный теплоход,  
Испеченный мамой.  
Вишни сочные везет  
В середине самой.  
\*\*\*

Убежало молоко.  
Убежало далеко!  
Вниз по лестнице  
Скатилось,  
Вдоль по улице  
Пустилось,  
Через площадь  
Потекло,  
Постового  
Обошло,  
Под скамейкой  
Проскочило,  
Трех старушек подмочило,  
Угостило двух котят,  
Разогрелось - и назад:  
Вдоль по улице  
Летело,  
Вверх по лестнице  
Пыхтело,  
И в кастрюлю заползло,  
Отдуваясь тяжело.  
Тут хозяйка подоспела:  
- Закипело?  
- Закипело!  
М. Бородицкая  
Щи-талочка  
Чищу овощи для щей.  
Сколько нужно овощей?  
Три картошки, две морковки,  
Луку полторы головки,  
Да петрушки корешок,  
Да капустный кочешок.  
Потеснись-ка ты, капуста,  
От тебя в кастрюльке густо!  
Раз-два-три, огонь зажжен –  
Кочерыжка, выйти вон!  
\*\*\*

В мамин день рождения.  
Взял изюм, орехи, мед,  
Килограмм варенья.  
Все в кастрюлю поместил,  
Размешал, воды налил,  
На плиту поставил  
И огня прибавил.  
Чтобы вышло повкуснее,  
Ничего не пожалею.  
Две морковки, лук, банан,  
Огурец, муки стакан,  
Половину сухаря  
В мой компот добавил я.  
Все кипело, пар клубился…  
Наконец, компот сварился!  
Маме я отнес кастрюлю:  
- С днем рождения, мамуля!  
Мама очень удивилась,  
Засмеялась, восхитилась.  
Я налил компоту ей –  
Пусть попробует скорей!  
Мама выпила немножко  
И … закашлялась в ладошку,  
А потом сказала грустно:  
- Чудо – щи! Спасибо!  
Вкусно!  
\*\*\*  
я сыта и весела  
- каша вкусная была   
  
\*\*\*  
каша из гречки.   
Где варилась?   
В печке!   
Сварилась, упрела,   
чтоб (имя) ела!  
  
\*\*\*  
Кастрюля-хитрюля нам кашки сварила.   
Нам кашки сварила, платочком накрыла.   
Платочком накрыла и ждет нас пождет,   
И ждет, кто же первым придет?

\*\*\*  
Не хочу я лопать кашу!   
Яблоко хочу!   
Не ругайте вашу Дашу,   
А то закричу!   
  
\*\*\*  
На плите сварилась каша,  
Где большая ложка наша?  
  
\*\*\*  
Каша вкусная дымится,  
Надя кашу есть садится,  
Очень каша хороша,  
Ели кашу неспеша.  
Ложка за ложкой,  
Ели по немножку.  
Кто у нас любимый самый? — Ложку первую за маму,  
А вторую за кого? — Да за папу твоего,  
За кого же третью ложку? — За веселую матрешку,  
Съешь за бабу,  
Съешь за деду,  
За мальчишку — за соседа,  
За подружек и друзей,  
Съешь побольше не жалей!  
Съешь за праздник, шумный, яркий,  
За гостей и за подарки,  
За котёнка, за Тимошку  
Эту маленькую ложку  
И за рыжего кота,  
Вот тарелка и пуста!  
  
\*\*\*  
Это — ложка,  
Это — чаша.  
В чаше — гречневая кашка.  
Ложка в чаше побывала —  
Кашки гречневой не стало!   
  
\*\*\*  
Я сосиски ем всегда,  
Для меня они - еда...  
А у вашей каши  
Вид не вкусный даже.  
  
\*\*\*  
Ура, вперёд! Атака, смертный бой,  
Победа непременно будет нашей!  
Сижу перед тарелкой с манной кашей,  
Баталия, конечно, не впервой.  
И времени лишь минимум мне дан,  
Доставили из штаба телеграмму –  
Сердит главнокомандующий (мама).  
Разбить врага – единственный мой план!  
Подмоги (к сожаленью) вовсе нет,  
Придётся разбираться в одиночку –  
Противника крушить, крошить – и точка!  
Ах, если бы не каша – винегрет!  
Пора! На правом фланге самолёт –  
Взмывает (ложка) быстро над врагами,  
Пикирует, справляется с комками,  
Отправив мигом первых пленных в рот!  
Задача, доложу вам, нелегка,  
Но вот уже видны на левом фланге  
Стремительные гренки, то есть танки,  
А я готовлюсь снова для броска!  
Удар, опять удар! Ещё чуть-чуть!  
Я пальцем прорываю катакомбы,  
Метаю грозно сверху сахар – бомбы!  
Взорвалось всё! Я ранен прямо в грудь!  
Но мне не до ранения сейчас,  
И боли я не чувствую ни грамма,  
Что скажет генерал (она же – мама),  
Ведь сын геройски выполнил приказ?!   
\*\*\*  
Почему сегодня  
Все в квартире пляшут?  
Мой родной сыночек  
Съел тарелку каши!  
  
\*\*\*  
Наш Максимка любит кашу.  
Каша действует на рост.  
Вместе с Максом любят кашу  
Уши, щеки, глаз и нос.  
  
\*\*\*  
Если мама варит кашу,  
На секунду отвлеклась,  
Я включу огонь побольше,  
Чтобы пенка поднялась.   
  
\* \* \*  
Даша ела хохоча  
Гречневую кашу,  
Отмывали целый час  
Гречневую Дашу!  
  
\*\*\*  
Не люблю я манной кашки,  
Мне от каши очень тяжко.  
Бесполезно спорить с мамой -  
Варит кашу мне упрямо.  
Вот и брату нелегко -  
Пьет братишка молоко.  
Он орет и днем, и ночью -  
Видно, тоже что-то хочет.  
Может, этой манной кашей  
Поделиться с младшим Пашей?  
Ну-ка, съешь хотя бы ложку,  
Остальное вылью кошке.  
  
\*\*\*  
Из яйца, как из пеленок  
Вылез маленький цыпленок  
Вот какой он посмотрите!  
Манной кашей накормите!

\*\*\*

А у нас есть ложка   
Волшебная немножко.  
На тарелочке – еда.  
Не оставит и следа!  
Кликнем ложку нашу –   
Подберет всю кашу!

\*\*\*  
Мне сегодня ровно ГОД!  
Меня все поздравляют!  
Все подарки дарят мне,  
Целуют, обнимают.  
Мне тортик подарили.  
На нём свеча горела.  
Она мерцала ярко  
Потрогать так хотел я!  
Мы свечку ту задули  
Меня не обманули,  
Кусочек торта дали,  
И снова поздравляли!

\*\*\*

Вдоволь с папой наигрались,  
Очень мы проголодались.  
Мама стол накрыла нам,  
Я скажу ей громко: «Ам!»

Люди кислую капусту  
И хрустящую, допустим,  
Все почти что, любят кушать.  
Ее варят, жарят, тушат,  
  
Часто ложат в пирожки  
Из просеянной муки.  
И в салат она годится  
Очень вкусная вещица.  
  
 \*\*\*

Без капусты, каждый знает,  
Украинский борщ не варят.  
Ее свежею бросают,  
И не тушат, и не жарят,  
А из кислой  ?  варят щи  ?  
Вкусные, как и борщи!  
  
\*\*\*

Без капусты в доме пусто,  
Без капусты жить не вкусно.  
Обожаем мы с ребятами  
Всевозможные салаты.  
Любим борщики на первое  
И не только мы, наверное.  
И, конечно, не второе  
Рагу любим овощное.  
У капусты есть секрет –  
Без капусты просто нет:  
Голубцов, рагу, борщей.  
Ешьте больше овощей.  
С вами будет все в порядке:  
Не поправитесь ребятки.  
Станете сильней, стройней  
И что главное – умней.  
  
\*\*\*

Ее на зиму шинкуют,  
Солят, квасят, маринуют.  
Ведь капуста, как известно,  
Во всех видах нам полезна.  
Она раны очищает  
И от стрессов защищает,  
И лечебна, и вкусна –  
Она нам всегда нужна.

\*\*\*

Ем я кашу и сметану,   
У меня силёнка есть!   
Всё же драться я не стану,   
Только ты ко мне не лезь!

\*\*\*

Говорит котлетка-Чашка:  
- Всех милей я.  
Правда, Сашка?  
Ты не знаешь, невзначай,  
Как без чашки выпить чай  
Сок, напитки, молоко...  
Нет, без Чашки нелегко.  
И прошу я о почтеньи.  
Выпил чай и съел печенье?  
А теперь меня помой.  
Вот спасибо, дорогой!  
  
\*\*\*  
Весела сегодня Лена,  
Просто необыкновенно!  
Ведь из этой чашки чайной  
Вкусен чай необычайно!  
  
\*\*\*  
Подарили чашку Косте.  
Костя в ней души не чая,  
Ходит с чашкой даже в гости,  
Чтобы выпить чашку чая!

\*\*\*

Не хочу я молочка,  
Сами хлеб едят.  
Что вкуснее КОРОЧКА,  
Понять ведь не хотят!

Это - радость сладкая  
С коркой шоколадною  
И Мороженое это  
Очень любят дети летом.  
  
\*\*\*

Мороженое! Прохладное!  
Сливочное, шоколадное,  
Клубничное, с мармеладом ли,  
В такую жару не награда ли? 

\*\*\*

Эскимо полезно? Нет?  
Я открою вам секрет –  
хоть в нём пользы нет совсем  
нравится оно всем-всем!  
  
\*\*\*

Кушал Эдик Эскимо  
В жаркую погоду.  
Превратилось вдруг оно  
В сладенькую воду.  
  
\*\*\*

Любят Оля с Ванечкой  
"Эскимо" на палочке.  
Радость шоколадная -  
Вся внутри прохладная!   
\*\*\*

Ах как мне нравится пломбир,  
Очаровательнейший вкус!  
Пусть удивляется весь мир,  
Чем ввёл меня он в свой искус.  
Он белоснежный словно снег,  
В стакане вафельном, простом.  
И время замедляет бег,  
Когда я ем его с дружком.  
  
\*\*\*

Как много прекрасных   
вещей на земле:  
Раз-эскимо  
Два- крем-брюле  
Три- шоколадное  
И стрептоцид..  
Если немного горло болит.  
\*\*\*  
Вкусный нежный холодок  
Так и просится в роток.  
Есть ванильный, шоколадный,  
Есть с клубничкой, мармеладный.  
Весь большой ассортимент  
Тает быстренько – в момент.  
Любят все давным-давно  
Лёд хрустящий – ЭСКИМО!

\*\*\*

Шагаем мы с покупками  
Несем полезный груз:  
Холодное и хрупкое  
И лучшее на вкус…  
У нас в большом пакете:  
Пломбир – Алёше, Свете,  
С орехами на палочке –   
Для Павлика и  Галочки,  
А с розочкой в стаканчике,  
Любимое – для  папочки,  
Фруктовое – бабуле  
И мамочке – в глазури,  
Дедуле –  сахарный рожок,  
Чтоб он полакомиться мог…  
Слегка покрыто инеем,  
Обёртками хрустит  
Клубничное, ванильное –     
Волнует  аппетит!  
И даже шоколадное  
С орешками внутри!  
Кого же не порадует?!  
Я съел бы – целых три!  
Такое  всевозможное  
Мороженое сложено  
В один большой пакет!  
Возможно ли?  
Возможно ли?  
Возможно, или нет?!  
Без должного старания  
Его со всей  компанией   
До дома донести?  
Задача не простая!                                      
Ведь может и растаять  
От солнца…  
И желания  
Съесть сразу по пути…  
  
\*\*\*

Очень, очень любят мороженое дети ,  
Ведь оно вкуснее всех сладостей на свете !  
Детям дай мороженое : целый день бы ели ,  
А потом и песенку хорошую бы спели ?  
В молоке смешается желток, белок, помадка,  
Дальше в морозилку и получится так сладко !  
В вафельный стаканчик еще ложечку варенья... –  
Пальчики оближешь ! Это просто объеденье !  
Может быть мороженое ягодно - фруктовым,  
Может - и с орехом , и с изюмом,- быть медовым ,  
Под слоем шоколадным и с кофейным дивным вкусом ,  
И даже кулинарным быть шедевром столь искусным

**Загадки**

Хлеба мягкого кусок,

Сверху колбаса, чеснок.

Сам он просится к нам в рот,

Аппетитный... (бутерброд)

\*\*\*

Теплый, мягкий и блестящий,

С корочкой такой хрустящей!

Спросим мы у детушек:

«Что же это?» (Хлебушек)

\*\*\*

Пчелки летом потрудились,

Чтоб зимой мы угостились.

Открывай пошире рот,

Ешь душистый, сладкий... (мед)

\*\*\*

Из крупы ее сварили,

Посолили, подсластили.

Эй, ну где же ложка наша?!

Так вкусна на завтрак... (каша)

\*\*\*

Лук, капуста и картошка,

Разных овощей немножко.

Ты в кастрюле их ищи.

Это суп с названьем... (щи)

 \*\*\*

Подготовим место,

Раскатаем тесто.

Вот повидло, вот творог.

Мы хотим испечь... (пирог)

 \*\*\*

Сахаристая рубашка,

Сверху — яркая бумажка.

Сладкоежки любят это.

Что за лакомство? (Конфета)

 \*\*\*

Сделан он из молока,

Но тверды его бока.

В нем так много разных дыр.

Догадались? Это... (сыр)

\*\*\*

Не окрошка и не супчик.

Свекла в нем, морковь, огурчик.

Подают нам на обед

С постным маслом... (винегрет)

\*\*\*

Что за белые крупинки?

Не зерно и не снежинки.

Скисло молоко — и в срок

Получили мы... (творог)

 \*\*\*

Догадайтесь, кто такая?

Белоснежная, густая.

Сливки взбили утром рано,

Чтоб была у нас... (сметана)

 \*\*\*

Сварит бабушка из ягод

Что-то вкусненькое на год.

Ах, какое объеденье —

Ароматное... (варенье)

\*\*\*

Что за белая водица

С фермы к нам в бидонах мчится?

Мы ответ нашли легко —

Это просто... (молоко)

\*\*\*

Завернули эту плитку

В серебристую простынку.

Скушать плитку каждый рад.

Что же это? (Шоколад)

 \*\*\*

Спрыгнул он со сковородки,

Подрумяненный в середке.

Знать, готов еще один

С пылу с жару тонкий... (блин)