

## ПЛОХ ОБЕД, ЕСЛИ ХЛЕБА НЕТ.

В рамках «Недели здоровья школьников Кубани» для учащихся 4-х классов был проведен классный час «Плох обед, если хлеба нет» на базе школьной столовой.



Заведующая производством Диана Алексеевна рассказала детям историю происхождения хлеба, раскрыла значение хлеба в жизни человека, расширила знания детей о процессе создания хлеба и о его пользе, расширила кругозор и повысила культуру учащихся.



Пословица гласит: «Без хлеба нет обеда». Необходимо обязательно съедать в обед кусочек хлеба. Хлеб содержит большинство необходимых человеку питательных веществ. Он богат растительными белками, является источником

витаминов группы **В** и минеральных веществ. Также хлеб является богатым источником клетчатки, способствует правильному обмену веществ.



*Когда за столом вы, ребята, сидите,  
То помните, кто для вас хлеб создает.  
Колхозник, рабочий, нефтяник, строитель,  
шахтер, машинист, металлург и народ.*

Хлеб и те, кто работает в поле, у русского народа издревле ценился. Поэтому так много стихотворений, загадок и пословиц о хлебе.

В старину хлеб резать ножом считалось святотатством. Его ломали на куски. А когда стали резать, то резали, прижимая каравай к груди.

Любые сладости надоели бы нам, если бы мы ели их каждый день. А вот хлеб мы едим всю жизнь, и никогда он нам не надоеет. Его едят и дети, и старики, и спортсмены, и солдаты.

*Аникеева Е.В., заместитель директора*