

Ενότητα 8

Τα Φρούτα. Από που τα παίρνουμε;

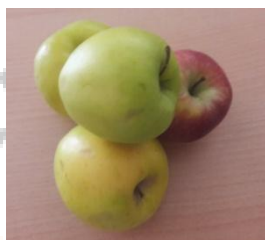
Τα φρούτα είναι σημαντικό μέρος της διατροφής μας. Μας προσφέρουν βιταμίνες που είναι σημαντικές για τον οργανισμό μας.

Τα χωρίζουμε ανάλογα με την εποχή που αναπτύσσονται και τα καταναλώνουμε.

Τα φρούτα του φθινοπώρου :



Σταφύλια



Μήλα



Αχλάδια

Τα φρούτα του χειμώνα :



Μανταρίνια



Ρόδι



Πορτοκάλια

Τα φρούτα της άνοιξης:



Κεράσια



Φράουλες



Βερίκοκα

Τα φρούτα του καλοκαιριού:



Καρπούζι



Πεπόνια



Ροδάκινα

Εκτός από τα φρούτα εποχής, υπάρχουν και φρούτα που αναπτύσσονται σε πιο εξωτικές περιοχές και τα φέρνουμε από άλλες χώρες.

Αυτά είναι:



Αβοκάντο



Ανανάς



Μάνγκο

Από πού παίρνουμε τα φρούτα;

Τα φρούτα κατά κύριο λόγο είναι **δέντρα** πολυετή τα οποία καλλιεργούνται από τους γεωργούς και κάθε χρόνο ανάλογα με την εποχή μας δίνουν τους καρπούς τους . Αυτά τα δέντρα τα λέμε οπωροφόρα.

Δέντρα είναι: οι πορτοκαλιές, μηλιές , αχλαδιές, κερασιές, ροδακινιές

Υπάρχουν όμως και πολλά **φρούτα που είναι εποχιακά** αυτά είναι: οι φράουλες τα πεπόνια, τα καρπούζια.

Ας δούμε πιο κάτω τα δέντρα με τους καρπούς τους:



Βερικοκιά



Βερίκοκα



Κερασιά



Κεράσια

Τα φυτά με τους καρπούς τους:



Φραουλιά



Φράουλες



Καρπουζιά



Καρπούζι



Πεπονιά



Πεπόνια

Ας δούμε περισσότερα φρούτα:



Μούσμουλα ή Δέσπιλα



Κορόμηλα



Δαμάσκηνα



Σύκα



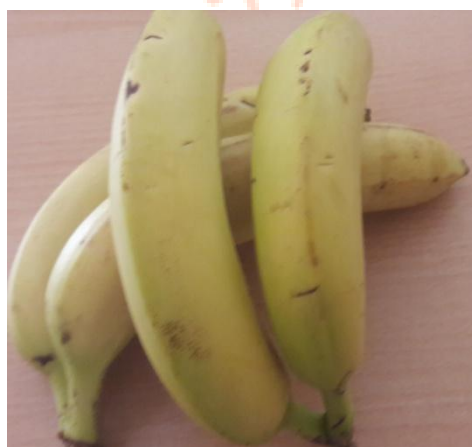
Νεκταρίνια



Ακτινίδια



Μπανανιά



Μπανάνες