

ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ

Είμ' η βιταμίνη Άλφα , **A**

που με λένε ρετινόλη

στο σπανάκι  τριχυρνώ ,

στο μαρούλι  και τ' αυγό . 


Γάλα  , βούτυρο  , τυράκι , 

μεγαλώνει  το παιδάκι 

και θα βλέπει   πιο καλά

αν την Άλφα **A** αγαπά. 

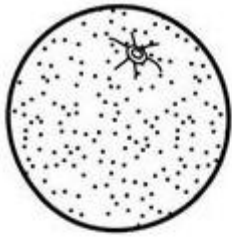
Είμ' η Βήτα **B** βιταμίνη

κι έχω και πολλά αδέρφια 

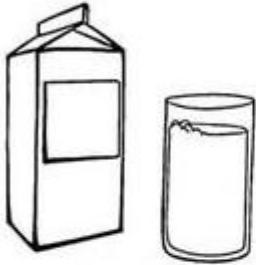
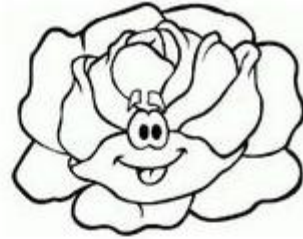
στο ψωμάκι  την αράζω

και τα νεύρα  ξεκουράζω . 

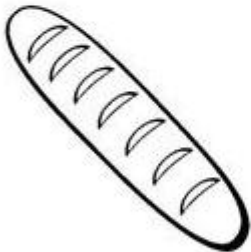
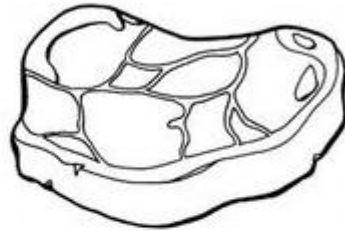
Βιταμίνες: Αντιστοίχισε τα τρόφιμα με τη βιταμίνη που μας χαρίζουν.



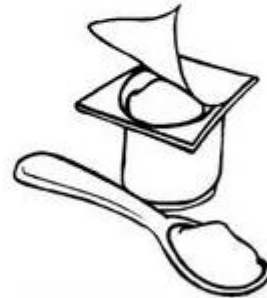
A



B



C



D



Οι βιταμίνες: Σημειώστε με ένα Χ τι βιταμίνες έχει το καθένα από τα τρόφιμα

	A	B	C	D
