

И заживляет раны и ожоги

В аскорбинке лишь один

Этот вкусный витамин. (Эмир)

Vit. D

Этот витамин всегда есть летом

К нам попадает с солнечным светом

Еще он в сардине, селедке под шубой

И он укрепляет кости и зубы. (Алина).

Vit. E

Будешь выносливым быстрым и шустрым,

Ешь для этого зелень, брокколи, капусту

Не стареть помогает тебе

Витамин замечательный...Е (Беял).

Vit. F

Он есть в орехах, маслах, авокадо

Для защиты сердца есть его надо

И еще он один

Победить готов холестерин. (Влад).

Vit. K

Если ешь ты зелень с грядки

С витамином все в порядке

Ты поранился слегка

Витамин поможет...К (Пакизе).