

Серия «Активити-book»

Елена Ульева

МАМА, Я ПОЕЛ!

Сказки, игры и раскраски про хороший аппетит

Издание 2-е

Ростов-на-Дону
«Феникс»
2022

УДК 372.3/4
ББК 74.10
КТК 480
У51

Ульева, Елена.

У51 Мама, я поел! : сказки, игры и раскраски про хороший аппетит / Елена Ульева. — Изд. 2-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2022. — 31 с. : ил. — (Активити-book).

ISBN 978-5-222-38003-1

Читать сказки и при этом готовить с детьми простые блюда — и полезно, и весело. С одной стороны, вы проводите время вместе с малышом, общаетесь с ним, узнаете что-то важное о своём ребёнке, ненавязчиво воспитываете его. С другой стороны, это прекрасная возможность повысить интерес ребёнка к еде, ведь очень многие мамы тревожатся, что у их детей нет аппетита. Не стоит заставлять ребёнка есть, ни к чему хорошему это не приведёт. А вот если читать специальные сказки про еду, а потом вместе с малышом готовить блюда, о которых шла речь, то очень скоро ваш «малоежка» и «нехочуха» начнёт уплетать приготовленную вами пищу и ещё просить добавки.

Кроме сказок и рецептов наша книга предлагает логические игровые задания и раскраски, чтобы закрепить терапевтический эффект от каждой «вкусной» сказки.

УДК 372.3/4
ББК 74.10

Содержание

Как спасти Дюймовочку?.....	3
Как помирить лису и журавля.....	6
Что всего вкуснее?.....	9
Кто обидел бабушку и дедушку?.....	13
Золушка и тыква.....	17
Кто сидел на грядке?.....	20
Как спрятать петушка?.....	24
Для чего нужен колосок?.....	28

ISBN 978-5-222-38003-1

© Елена Ульева, 2021
© ООО «Феникс»: оформление, 2021
© В оформлении книги использованы иллюстрации по лицензии Shutterstock.com, 2021

Как спасти Дюймовочку?

Жила-была женщина. И не было у неё детей. Пошла она к колдунье, та дала ей волшебное семечко и сказала:

– Посади это семечко в цветочный горшок – увидишь, что будет.

Женщина так и сделала. Посадила семечко в горшок и стала ждать. Сначала из земли показался росток, потом листок, а потом вырос прекрасный цветок. Когда цветок раскрылся, в самой его середине сидела прекрасная девочка. Маленькая – всего в дюйм высотой. Так её и назвали – Дюймовочка. Женщина сделала малышке кроватку из скорлупы грецкого ореха, а постелью ей служили лепестки фиалки.



Однажды вредная жаба узнала, что в доме появилась Дюймовочка. Она забралась в окно и похитила крошку. Жаба хотела выдать замуж Дюймовочку за своего сына – такую же противную жабу, как она сама.

Но добрая рыбка пожалела Дюймовочку. Она позвала рака, и тот перерезал стебель кувшинки. Дюймовочка уплыла на листе кувшинки от вредных жаб, и те её не догнали.

И тут Дюймовочку увидел жук. Забрал её к себе и привёл показать другим жукам. Но те только зафыркали:

– У неё нет усиков! У неё только две ножки!

Пришлось жуку отпустить её. А потом наступила осень. Стало холодно. Тут бы Дюймовочка и замёрзла, но её спасла полевая мышь. В норке у мыши Дюймовочку увидел старый крот и сказал:

– Какая хорошенькая! Я бы взял тебя замуж.

Но Дюймовочка не хотела выходить замуж за старого крота. Она нашла замёрзшую ласточку. Вылечила её, выходила, и ласточка сказала:

– Спасибо тебе, Дюймовочка! Я совсем здорова. Я унесу тебя в тёплые страны, где крот с мышью не доберутся тебя.

– Но они постоянно следят за мною! Как мне от них убежать?

– Свари им волшебный суп. И пока они будут лакомиться, ты сможешь скрыться. Добавь в суп то, что любят мышка и крот: сыр, морковку, картошку, лук и горошек.

Дюймовочка сделала всё, как сказала ей ласточка.

– А чем это так вкусно пахнет? – спросили мышка и крот.

– О! Это самый вкусный на свете суп! – ответила Дюймовочка. – Он из сыра.

– Из сыра?! – воскликнули мышка и крот. – Чего же ты молчала?

И принялись есть. Они ели и ничего не замечали вокруг: как Дюймовочка выбежала из норки, как она села на ласточку и они улетели в тёплые страны. Когда мышка и крот заметили, что Дюймовочки нет, она уже была далеко-далеко, в прекрасной стране, где её встретил король эльфов и сделал королевой.

Мышкин суп

Плавленный сырок – 2 шт.

Морковь – 1 шт.

Луковица – 1 шт.

Картофель – 3 шт.

Зелёный горошек – 200 г

Соль – по вкусу

В кипящую воду добавить натёртый плавленный сырок.

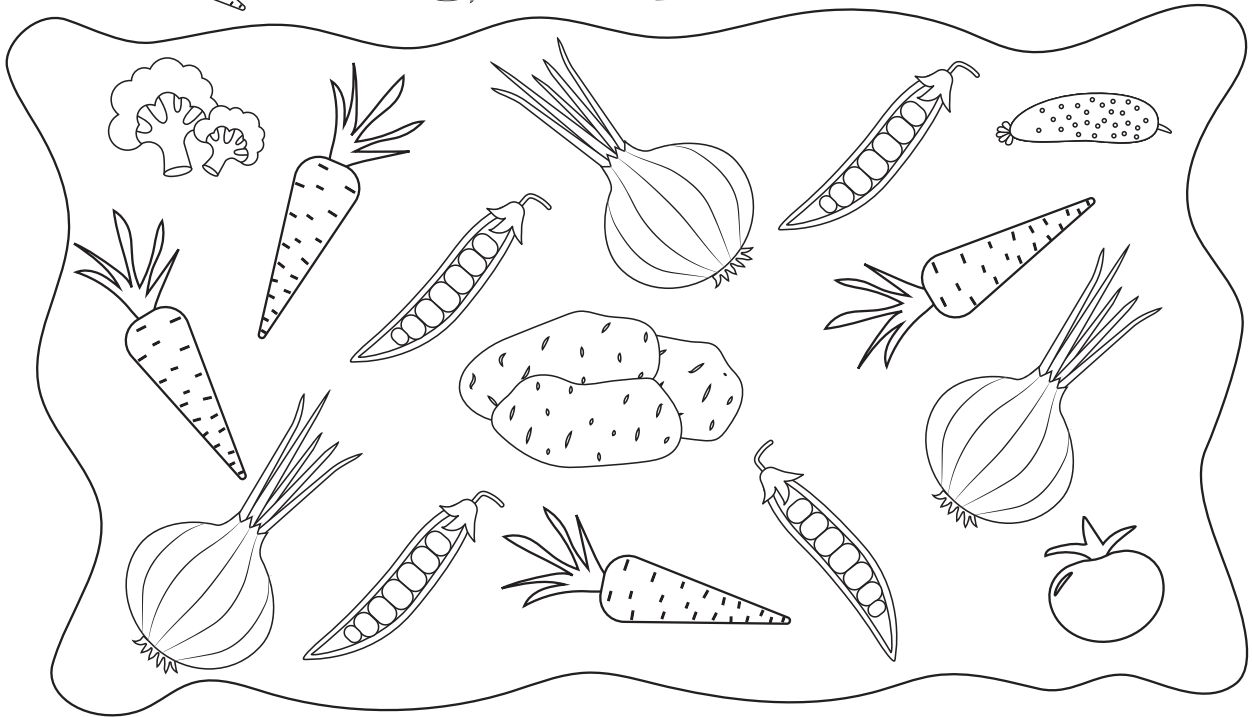
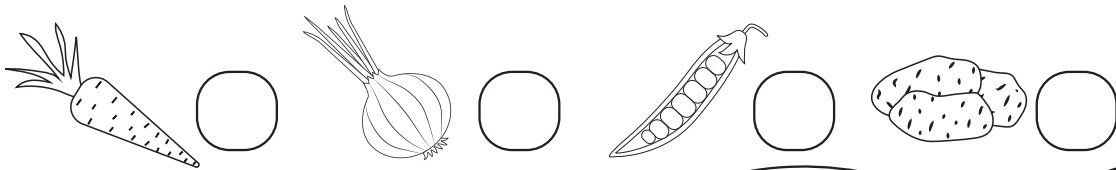
Положить жареную морковь и лук.

Добавить горошек, нарезанный кусочками
картофель и посолить.

Варить до готовности.

ВКУСНЫЕ ЗАДАНИЯ

Посчитай овощи. Каких овощей не будет в нашем супе?



На этом цветке жила Дюймовочка. Перерисуй его по клеточкам.

	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

Как помирить лису и журавля

Жил на свете журавль. И вздумал он пригласить лисицу в гости. Та пришла.

– Ну и чем, журавль-куманёк, ты меня будешь угощать?

– Окрошкой, – отвечает тот.

Поставил на стол кувшин с узким горлышком. Сам тюк-тюк своим длинным носом – и склевал всю окрошку. А лиса и так и сяк, а съесть ничего не может. Так и ушла домой несолоно хлебавши.

В следующий раз лиса позвала журавля.

– А ты чем меня будешь угощать? – спрашивает журавль.

– Кашей, – отвечает лиса.

Размазала кашу по тарелке, потом раз, раз – и слизала всю кашу языком. А журавль тюк-тюк носом по тарелке, а съесть-то ничего не получается.

Так бы никто про это и не узнал. Но только любопытная сорока всё это видела.

– Как же вам не стыдно, – говорит, – кто вас есть-то учил? Без ложек, без тарелок? Разве так едят?

Стыдно стало лисе и журавлю. Выходит, они ни дружить, ни есть правильно не умеют.

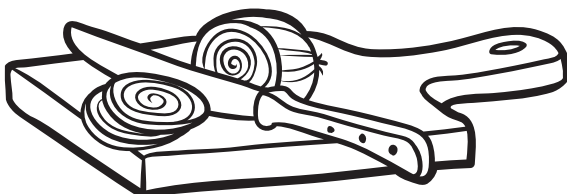
– Ладно, – говорят, – неси, сорока, свои ложки-тарелки. Будем учиться есть правильно.

Накрыли они стол. Кашу – в одну тарелку, окрошку – в другую. Сели сами и сороку за стол усадили. Едят молча. Не вертятся, не разговаривают. Поели – спасибо сказали.

– Теперь правильно? – спрашивают они сороку.

– Теперь правильно!

А ты хочешь узнать, какую кашу и какую окрошку ели лиса и журавль? Попробуй приготовить сам.



Учебное издание

УЛЬЕВА Елена Александровна

Мама, я поел!
Сказки, игры и раскраски
про хороший аппетит



Ответственный редактор *О. Морозова*
Технический редактор *Г. Логвинова*

Формат 84×108/16. Бумага офсетная.
Тираж 4 000 экз. Зак. №

Издатель и Изготовитель: ООО «Феникс»
Юр. и факт. адрес: 344011, Россия, Ростовская обл.,
г. Ростов-на-Дону, ул. Варфоломеева, 150.
Тел./факс: (863) 261-89-50, 261-89-59.

Изготовлено в России. Дата изготовления: 04.2022.
Срок годности не ограничен

Отпечатано в ООО «Принт-М»
142300, Россия, Московская обл., г. Чехов, ул. Полиграфистов 1 /
Корпус Производственный Б, помещение 279, этаж 4.

Свои пожелания и предложения по качеству
и содержанию книг вы можете сообщить по e-mail:
idea@fenixrostov.ru