

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Уктурского сельского поселения Комсомольского муниципального района
Хабаровского края

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА
Тема: «Польза молока и молочных продуктов»

Выполнили: Баранский Сергей,
Конева Есения, Суханова Ярослава,
Попова Дарья, Спиридонов Никита
*Воспитанники
подготовительной
к школе группы «Капельки»*

Руководитель детского центра
научных открытий «Я – исследователь»
Сафонова Г.А.

2022

Содержание

	Введение: Краткая аннотация исследовательской работы	стр.3
1.	Пояснительная записка	
1.1.	Актуальность исследования	стр.3
1.2.	Проблема исследования, ее решение	стр.3-4
1.3.	Гипотеза, объект и методы исследования	стр.4
1.4.	Цели и задачи исследования	стр.4
1.5.	Опрос детей старшего дошкольного возраста	стр.4-5
2.	Основная часть: теоретическое исследование	
2.1.	Состав и полезные свойства молока	стр.5-6
2.2.	«Откуда пришло молоко?» История употребления молока в пищу	стр.6-7
2.3.	Какое бывает молоко?	стр.7-8
2.4.	Молочные продукты.«Что можно приготовить из молока?»	стр.8-9
3.	Практическое исследование: «Занимательная химия» «Чудеса с молоком» Презентация: Наши исследования: « <i>Чудеса с молоком</i> » в STEM – лаборатории: «Я – исследователь» по теме: «Польза молока и молочных продуктов»	стр.9-10 Приложение 1
4.	Заключение	стр.10 -12
5.	Список источников, интернет - ресурсов	стр.13
	Приложение	
	Презентация: Наши исследования: « <i>Чудеса с молоком</i> » в STEM – лаборатории: «Я – исследователь» по теме: «Польза молока и молочных продуктов»	Приложение 1
	Результаты анкетирования детей от 5 до 7 лет	Приложение 2 стр.14
	Пословицы и загадки о молоке	Приложение 3 стр.15

Введение

Краткая аннотация исследовательской работы

Данное исследование - это организация работы по ознакомлению детей с ценностью и пользой молока и молочных продуктов, пониманию значимости молока в питании растущего детского организма.

Эта работа осуществлялась через поисково-исследовательскую, интеграционную деятельность в процессе разных форм работы, направленную на расширение потенциала творческих и интеллектуальных способностей детей посредством активации детской жизнедеятельности.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность исследования

Молоко – это первый напиток. Молоко – это наша судьба. Молоко – это наша защита. Молоко будем пить мы всегда!

Молоко является обязательным и незаменимым продуктом детского питания. Оно по своему составу и свойствам занимает первое место. Его пользу и положительное влияние на рост малыша сложно недооценить. Ведь самая первая еда для малыша – это молоко.

Молоко поистине волшебный продукт, даруемый нам самой природой. В нем содержатся все вещества, необходимые для развития и роста организма.

Молоко по своему химическому составу и биологическим свойствам имеет исключительное место среди продуктов животного происхождения, используемое в питании детей всех возрастных групп.

Молоко – это слово всем знакомо. Все дети с самого раннего возраста знают вкус молока. О том, что молоко件лезно, мы слышим от мам и бабушек, в детском саду от воспитателей. При этих словах сразу вспоминается детская песенка из очень известного мультфильма: «Пейте, дети, молоко - будете здоровы!»

1.2. Проблема исследования

Проблема правильного питания очень актуальна для детей дошкольного возраста. К сожалению, не все дети с удовольствием пьют молоко и едят блюда, приготовленные на основе молока. Многие дети не понимают значимости молока и молочных продуктов в развитии организма человека. Очень часто, в рационе питания современной семьи молочные продукты занимают второстепенное место. Поэтому мы в детском саду решили раскрыть ценные качества молока, его значимость для развития детского организма.

Почему именно молоко используется в качестве дополнительного питания, а не соки, например?

Этот вопрос мы задали своим воспитателям, они у нас про все на свете знают. На познавательных занятиях воспитатели рассказывали нам о пользе молока для детей, о его целебных свойствах и предложили нам самим подобрать информационный материал из разных источников о молоке и молочных продуктах. В нашей группе большинство ребят не пьют молоко.

А мы любим молоко и все продукты, изготовленные из него.

И нам захотелось в своей презентации рассказать тем ребятам, которые не любят молоко, о его пользе и значимости в жизни человека, чтобы изменить их мнение и отношение к продуктам здорового питания.

Мы хотим вызвать у ребят интерес не только к собранной информации, но и к проведению практической исследовательской работы с демонстрацией волшебных экспериментов с использованием молока.

1.3. Гипотеза: Действительно ли молоко является ценным для детского питания?

Если дети узнают больше о молоке и молочных продуктах через собственную исследовательскую деятельность, то они поймут, что молоко является ценным продуктом питания для детского организма и у них появится желание употреблять его в пищу.

Объект исследования: молоко и молочная продукция

Методы исследования:

- Работа с источниками информации (*книги, справочники, библиотека, Интернет-ресурсы*):
- Проведение опроса, анкетирование детей, исследование молока через детское экспериментирование.
- Фиксирование результатов, выводы.

1.4. Цели, задачи исследования

Цели:

1. Выяснить степень влияния молока и молочных продуктов на растущий организм ребенка.

2. Пополнить знания детей о молоке и молочных продуктах как о ценных и полезных продуктах для роста детского организма.

Задачи:

- ✓ используя различные источники расширить знания о молоке, его составе и ценных свойствах;
- ✓ изучить роль молока в жизни человека;
- ✓ провести исследование молока в детском центре научных открытий STEM – лаборатории: «Я – исследователь»
- ✓ провести опрос старших дошкольников в группе: «Ваши любимые напитки»

1.5. Опрос детей старшего дошкольного возраста

Перед началом нашего исследования мы решили опросить **всех** ребят из нашей группы, что они знают о молоке. 15 дошкольникам подготовительной группы «Капельки» были заданы следующие вопросы.

1. Регулярно ли вы пьёте молоко?

«Да»- ответили 7 человек, 8 сказали «нет».

2. Считаете ли вы молоко полезным продуктом?

Все ребята ответили положительно.

3. Как вы думаете, есть ли в молоке витамины ?

«Да» - ответили 10 человек, 5 человек ответили «нет».

При ответе на вопросы мнения разделились.

На 1 вопрос ответило: 7 - ДА, 8 - НЕТ

На 2 вопрос ответило: 15 - ДА

На 3 вопрос ответило: 10 – ДА, 5 - НЕТ

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

2.1. Состав и полезные свойства молока

Ещё совсем недавно молоко ассоциировалось со здоровьем: на нём варили супы и каши, его выдавали на вредных производствах, про здоровых людей говорили - у него «кровь с молоком». Каков состав молока?

Молоко состоит из воды - 87, 5 %; белков - 3,2 %; жиров- 3,5 %; углеводов - 5,0 % . В состав молока входят минеральные вещества, витамины, ферменты, гормоны – 0,8 % .



Полезные свойства молока



Полезьа молока

Полезьа молока очевидна и давно доказана. Молоко – это «белая аптека», простая, вкусная и результативная, без всяких ограничений и без вреда.

Молоко – важнейший продукт питания для детей и взрослых. Малыш после рождения питается материнским молоком, нормально растёт и развивается. Этот факт доказывает, что молоко является полноценным и незаменимым продуктом. Молоко и жажду утолить и накормить может. Для переваривания молока аппетит необязателен. Молоко справедливо называют «лёгкой пищей». Молоко служит сырьём для приготовления множества молочных продуктов: (*сливки, сметана, кефир, ряженка, йогурт, творог, масло, сыр, мороженное и т.д.*)

Питательная ценность молока

Каждый взрослый должен потреблять в сутки: молоко или кефир 2 стакана; масло, сыр, творог и сметану по 20 грамм. Дети должны потреблять молочных продуктов в 2 раза больше взрослого.

2.2. Откуда пришло «молоко». История употребления молока в пищу.

Откуда пришло «молоко»

Древнерусское – молоко. Старославянское – млеко. Слово «молоко» - славянское по происхождению.

«Молоко» - «белая жидкость, вырабатываемая молочными железами женщин и самок животных, предназначенная для кормления детей и детенышей. Слова с похожим значением встречаются во многих языках, например в литовском (malkas – «глоток»), латышском (malka – «питье»), готском (mihma – «облака»), это позволяет ученым предполагать, что слово возникло в индоевропейский период. У многих народов его название звучит одинаково: млеко (польское, чешское, хорватское), мялко (болгарское), молоко (украинское, белорусское).

История употребления молока в пищу

С раннего детства нам внушают, что молоко необходимо для поддержания здоровья. Это убеждение было свойственно людям во все времена. В течение нескольких тысячелетий молоко и приготавливаемые на его основе продукты были главной пищей у многих народов. Употребляли его и в лечебных целях. В древности люди не имели ни малейшего представления о химическом составе продуктов и о действии содержащихся в них веществ на организм. Оказывается, что раннее упоминание о молоке находится в Библии, в ней есть много ссылок на молоко. Авель пас овец, и вероятно пил молоко. Кроме витаминов древние люди получали животные жиры из молока. На протяжении многих лет молоко стали пить не только дети, но и взрослые. Пить молоко надо в определенное время: с 6 до 9 утра и с 18 до 21 часа вечером. Молоко лучше всего пить со сладкими продуктами.

Легенда о молоке

Ученые хотели узнать, из чего состоит наша пища. Они исследовали разные продукты, но особенно долго исследовали молоко.

Однажды вечером оставили в теплом месте на кухне стакан молока, а утром в стакане вместо молока, увидели простоквашу. Сверху простоквашу покрывали жирные сливки. Вот молоко и рассказало, что содержит жир. Сняли сливки, а простоквашу переложили в кастрюлю и поставили на огонь. Скоро простокваша превратилась в зеленоватую сыворотку, в которой плавали белые хлопья творога. Химики стали исследовать творог.

Они установили, что творог – это белок, похожий на яичный.

Белки находятся в мясе, икре, рыбе. Без них нельзя прожить, их ничем не заменить в пище. И вот в молоке оказалось достаточно белков: в одном стакане содержится столько, будто в нем разболтали два яйца.

Утром на стенках стакана осели желтые кристаллики, они на вкус были сладкими. Это молочный сахар. Значит, в молоке есть и жиры, и белки, и сахар. Есть в молоке и витамины.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

- Молоко богато кальцием, который усваивается из него почти на 100%, чем не могут похвастаться другие продукты.
- Молочный белок усваивается из молока очень легко, не в пример мясу!
- Коровье молоко содержит более 20 витаминов и много микроэлементов, без которых человек просто не может жить.
- Из питательных веществ, которые есть в молоке, строится кожа, мускулы, кости, зубы.
- За день корова дает 160 стаканов молока. Почти 10 тысяч литров молока потребляет человек за всю жизнь!

В одном стакане молока содержится столько необходимого нам кальция, сколько его в 7 сардинах, или в 3-х стаканах арахиса, или в 4-х стаканах черной фасоли.

2.3. Какое бывает молоко?

Молоко животного люди впервые стали употреблять в пищу более 9 тысяч лет назад, когда сумели одомашнить диких коров – туров, которых приводили из степей и лесов и держали в загоне.

От них и пошли домашние животные. Самое известное в мире животное, которое дает молоко – это корова. Но в разных странах используется ещё молоко коз, овец, лошадей, верблюдов, буйволов, оленей, ламы и других животных.



В коровьем молоке меньше сахара, больше солей и в 4 раза больше казеина, важного вещества. Коровье молоко содержит более 20 витаминов и много микроэлементов.

В молоке находятся соли кальция, фосфора, магния, железа, натрия, калия, лимонной, соляной кислот и др. Кальций, фосфор и магний входят в состав

костей, зубов, мы узнали, что магний влияет на работу сердца, а фосфор является составной частью нервной ткани и клеток мозга.

Неважно, чье молоко употребляют люди, с ним они получают жизненно важные вещества. Чтобы узнать, чем отличается молоко разных животных, сравним молоко коровы и северного оленя.

Коровье молоко содержит около 87 % воды, у оленя – 68%. Коровье молоко имеет около 4 % жирности, олень – около 17%.

Оказывается даже, молоко можно получить не только от животных. Его еще получают из соевых бобов – это соевое молоко, которое немного схоже с коровьим молоком.

2.4. Молочные продукты

Когда – то использовалось просто молоко, а впоследствии люди научились из него делать другие молочные продукты.

Одним из 113 замечательных свойств молока является его способность к сквашиванию. Вроде бы испорченный продукт через некоторое время вдруг приобретает совершенно новый вкус и приятный аромат.

Люди давно заметили это свойство молока и употребили его себе во благо. Русские издавна готовят простоквашу и варенец, грузины - мацони, казахи - кумыс, украинцы - ряженку, болгары - йогурт - все это кисло-молочные продукты.

Почему так уважают кисломолочные продукты?

Ученые приводят такие данные: за один час после употребления усваивается 91% простокваши, а молока - только 32%.

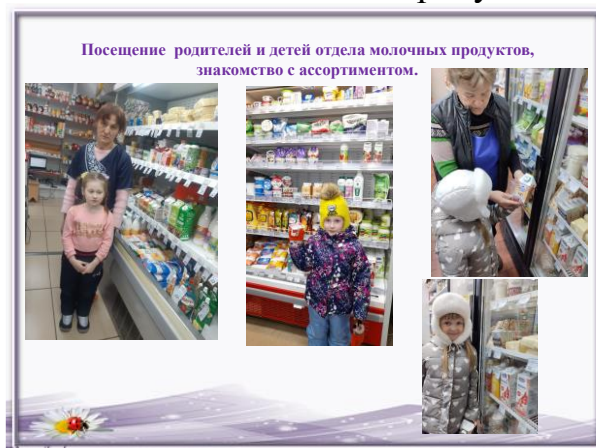
Мы нашли большое количество наименований продуктов, изготовленных из молока: сметана, творог, простокваша, творожные сырки, ацидофилин, кефир и др.

Из источников мы узнали, что «Шубат» - это кисломолочный продукт из верблюжьего молока, «Кумыс» - кисломолочный напиток из кобыльего молока, а «Айран» - кисломолочный напиток из козьего молока

«Что можно приготовить из молока?»



Посетив магазины со своими родителями, мы убедились, что в каждом молочном отделе есть на прилавках молочные продукты различных видов. Огромное разнообразие молока и молочных продуктов нас приятно удивило.



3. ПРАКТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ «ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ ХИМИЯ»

«Чудеса с молоком» - экспериментальная деятельность

(см. Приложение 1 Презентация Наши исследования: «Чудеса с молоком» в «STEM» – лаборатории: «Я – исследователь» по теме «Полезность молока и молочных продуктов»)

ЧУДО 1. «Что полезнее кола или молоко?»

Чтобы наглядно увидеть, что мы пьем, мы решили смешать колу с молоком. И вот что у нас получилось.

- Что это у меня? (Молоко и кола) Что мы сделали? (Их смешали)

- Что получилось у нас?

Вывод: Молоко потемнело, стало коричневым, началась реакция, молоко свернулось, появился осадок в виде хлопьев. Кола вступила в окислительную реакцию с молоком.

ЧУДО 2. «Проверка молока йодом»

На некоторых заводах молоко разбавляют водой, а для придания густоты к молоку, сметане, творогу добавляют крахмал. В этом случае молоко теряет свои полезные свойства. И мы решили проверить качество молока, купленного нами в магазине. Из умных книг мы узнали, что, если капнуть йод в молоко с примесью, образуется соединение ярко-синего цвета, а чистое качественное молоко – желтеет. Для этого в наше молоко мы добавили йод, и стали наблюдать - что же произойдет с молоком?

Вывод: Раз у нас молоко не стало синего цвета, значит, в нем нет крахмала. Это молоко полезное.

ЧУДО 3. «Кипящее молоко»

Из достоверных источников мы узнали, что есть такое выражение «МОЛОКО УБЕЖАЛО». Это мы наблюдали не раз дома, когда мама, поставив кастрюлю с молоком на плиту, занимаясь другими делами, забывала про нее, то часть молока из кастрюли просто «убегало» на плиту.

Мы решили в своей научной лаборатории чудес, где нет ни плиты, нет огня и даже кастрюли, проверить выражение «МОЛОКО УБЕЖАЛО» и посмотреть как оно «бегает»

Для нашего опыта нам потребовалась лимонная кислота, сода и молоко.

Сначала мы в молоко добавили соду. Что происходит?

Затем добавили лимонную кислоту. Посмотрели, что происходит с молоком?

(Оно пенится, кипит, убегает)

Вывод: *в молоке происходит реакция соды и лимонной кислоты, оно пенится, поднимается вверх «шапкой», выделяет пузырьки, кипит.*

ЧУДО 4. Получение йогурта

Нам стало очень интересно, что мы получим, если в кефир добавим варенье?

В стакан с кефиром добавим варенье и хорошо размешаем. Попробуем на вкус, что получилось?

Вывод: *При добавлении варенья в кефир мы получили очень вкусный питьевой йогурт.*

ЧУДО 5. «Цветное молоко»

В тарелку мы налили молоко слоем в 2 см, осторожно с разных сторон в молоко вливаем красители разного цвета, стараясь их не смешивать. В центр тарелки добавляем ватной палочкой несколько капель моющего средства. И наблюдаем.

На наших глазах началось движение красок, на поверхности молока возникли разноцветные узоры. Чтобы возобновить движение красок, мы добавили ещё раз моющего средства.

Вывод: *Моющее средство расщепляет жиры, нарушается связь жира и белка, снижается поверхностное натяжение в молоке и краски начинают смешиваться, так происходит движение разноцветных потоков. Поэтому для этого эксперимента не подойдёт обезжиренное молоко.*

4.ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, изучив литературу, материалы на Интернет-сайтах, посетив с родителями отдел молочных продуктов, экспериментальным путем убедившись в полезности молока, мы пришли к следующим **выводам:**

1. Молоко – жизненно необходимый продукт питания практически для всех живых организмов; это источник веществ, необходимых человеческому организму, поэтому следует отдавать предпочтение не сладким газированным напиткам, а молоку.

2. В молоке содержится свыше 200 ценнейших компонентов – это все виды витаминов и минеральные вещества.

3. Молоко является сырьём для получения кисломолочных продуктов, сыров, масла и т. д.

4. Качество молока зависит от многих показателей: кормов, способов переработки, методов ухода за животными.

5. Молоко и молочные продукты лучше хранить в холодильнике, так они дольше останутся свежими.

6. Многие кисломолочные продукты можно приготовить не только в детском саду, но и в домашних условиях, при этом они также очень вкусные и полезные.

Наша Гипотеза подтвердилась: узнав столько интересного про молоко и молочные продукты, убедившись, что оно на самом деле не только вкусное, но и полезное мы поняли, что молоко - это **ценный продукт питания** для **детского организма**, из него можно приготовить различные вкусные блюда.

А главное достижение нашего исследования: у ребят, которые не любили молоко, появилось желание употреблять его в пищу не только в детском саду, но и дома.

Таким образом, поставленная перед началом работы гипотеза полностью подтвердилась.

Выводы: Итоговые результаты нашей экспериментально-исследовательской работы показали:

1. Большинство наших детей посещающих вместе с нами подготовительную к школе группу «Капельки» (62,5%), которые не любили молоко, изменили своё мнение о нём.

2. В анкете все (100%) указали, что молоко – продукт полезный и все (100%) высказались, что молоко обязательно надо выдавать в детском саду - как полноценное питание! (*Приложение 2 с.14*)

3. В результате проведенной поисковой экспериментально-исследовательской работы по теме «Польза молока и молочных продуктов», мы углубленно расширили свои знания о молоке и молочных продуктах, их значении в жизни человека.

Темой нашего исследования заинтересовались другие дети, и каждый ребенок нашей группы совместно со своими родителями собрали информацию о молоке и молочных продуктах и провели эксперименты с молоком в своей домашней лаборатории.

4. В результате мы пришли к выводу, что молоко, благодаря своим свойствам, может являться интересным материалом для опытов, наблюдений и творчества.

Итоги нашего исследования

На сайте lifehacker.ru мы нашли «10 причин пить молоко каждый день».

Причина 1: крепкие кости и зубы.

Причина 2: сильный иммунитет.

Причина 3: улучшение настроения.

Причина 4: профилактика рака.

Причина 5: укрепление сердца и сосудов.

Причина 6: рост мышц.

Причина 7: хороший сон.

Причина 8: красивая кожа.

Причина 9: доступность и безопасность.

Причина 10: это вкусно!

Мы убедились, что Молоко – продукт полезный. Молоко может и жажду утолить, и от голода спасёт. Молоко – это пища, и природное лекарство, проверенное веками!

Молоко – это первый напиток. Молоко – это наша судьба. Молоко – это наша защита. Молоко будем пить мы всегда!

**ПЕЙТЕ, ДЕТИ, ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ,
ПЕЙТЕ, МОЛОКО КОРОВЬЕ!
ПЕЙТЕ КОЗЬЕ МОЛОКО!
ЭТА ПИЩА И ЛЕКАРСТВО –
ОТ ПРИРОДЫ НАМ ДАНО!**

5. Список источников

- 1.«АиФ Детская энциклопедия» №11(109) от 17 декабря 2004г. История молока.
- 2.Большая Энциклопедия дошкольника. ЗАО «Росмен-Пресс», 2006г
3. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. «Проектная деятельность дошкольников» Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Библиотека «Программы воспитания и обучения в детском саду» под общей редакцией М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой.
- 4.Зайцев Г. Уроки Мойдодыра// Под ред. доктора медицинских наук В. В. Колбанова. - СПб.: Акцидент,1994.
- 5.Куликовская И. Э., Совгир Н. Н. Детское экспериментирование. Старший дошкольный возраст. – М.: Педагогическое общество России, 2003.
- 6.Лаптев А. К. Тайны пирамиды здоровья. - СПб. ,1998.
- 7.Организация экспериментальной деятельности дошкольников: Методические рекомендации/Под ред. Л. Н. Прохоровой. – М.: АРКТИ, 2008.
- 8.Ребенок в мире поиска: Программа по организации поисковой деятельности детей дошкольного возраста/Под ред. О. В. Дыбиной. – М.: ТЦ «Сфера», 2005.
9. Савенков. А.И. «Маленький исследователь» – « Как научить дошкольника самостоятельно приобретать знания» 2-е издание, дополненное и переработанное. Москва, 2017. ББК
- 10.Ю.Черных. Пейте, дети, молоко – будете здоровы!

ИНТЕРНЕТ – РЕСУРСЫ

- 1.<http://en.wikipedia.org/kki/Colostrum>
2. https://detskiychas.ru › moloko_rasskaz_detyam
- 3.<https://www.inpearls.ru › молоко>
- 4.<https://poslovic.ru › poslovice-pro-molochnye-produkty>
5. https://www.maam.ru › detskij_sad
6. сайт lifehacker.ru «10 причин пить молоко каждый день»

Презентация: Наши исследования: «Чудеса с молоком» в «STEM» – лаборатории: «Я – исследователь» по теме: «Польза молока и молочных продуктов»

Анкетирование

Нами было проведено анкетирование детей от 5 до 7 лет (кол-во 24)

На вопрос: *Какие напитки Вы любите?*

9 человек назвали МОЛОКО, это 37,5% опрошенных; остальные: 8 чел.(33,3%) – чай, 3 чел.(12,5%) – компот и 4 чел. (16,6%)– газированные напитки.

На вопрос: *Какие молочные продукты Вы предпочитаете?*

16 чел. (66,7%)– йогурт, 3 чел.(12,5%) – творог, 3 чел. (12,5%)– кефир, 1 чел. (4,2%) – сметану, 1 чел.(4,2%) – молоко.

На вопрос: *Молоко – продукт полезный?*

24 чел.(100%) ответили – Да.

На вопрос: *Надо детям в детском саду выдавать молоко?*

24 чел. (100%) ответили: Обязательно.

Выводы: *Результаты нашей работы: большинство дошкольников от 5 до 7 лет (62,5%), которые не любили молоко, изменили своё мнение о нём.*

В анкете все (100%) указали, что молоко – продукт полезный и все (100%) высказались, что молоко обязательно надо выдавать в детском саду как полноценное питание!

ПОСЛОВИЦЫ О МОЛОКЕ

*Молока в достатке – и мы в порядке.
 Молоко коровье – пейте на здоровье.
 Не будет молока, коли у коровы тощие бока.
 Пьёт молоко, да мёд - ничего его не берёт.
 Будешь трудиться – будет у тебя и хлеб, и молоко водиться.
 Кто на молоке ожегся, тот на воду дует.
 Что к чему покорно: щи к пирогу, хлеб к молоку.
 Всходы крепнут от воды, ребёнок здоровеет от молока.
 Корова на дворе – молоко на столе.
 Корми корову сытнее - молоко будет белее.*

ЗАГАДКИ

- 1. От него – здоровье, сила и румянец щёк всегда
 Белое, а не белила, жидкое, а не вода.*

- 2. Оно течёт, а не вода - оно, как снег, бело всегда.
 На вкус узнать его легко, в стакане этом ... (молоко)*

- 3. Хочешь бегать далеко, хочешь прыгать высоко?
 Пейте чаще ... (молоко)*

- 4. Из него так много разных вкусных делают вещей
 И всегда, с пелёнок, сразу всех им кормят малышей.*

- 5. Нам даёт его корова и, конечно, ты легко
 Угадаешь это слово ... (молоко)*

- 6. Что полезно, – всем известно! Я ответ найду легко.
 На моей любимой чашке нарисованы ромашки,
 Ну а в чашке ... (молоко)*