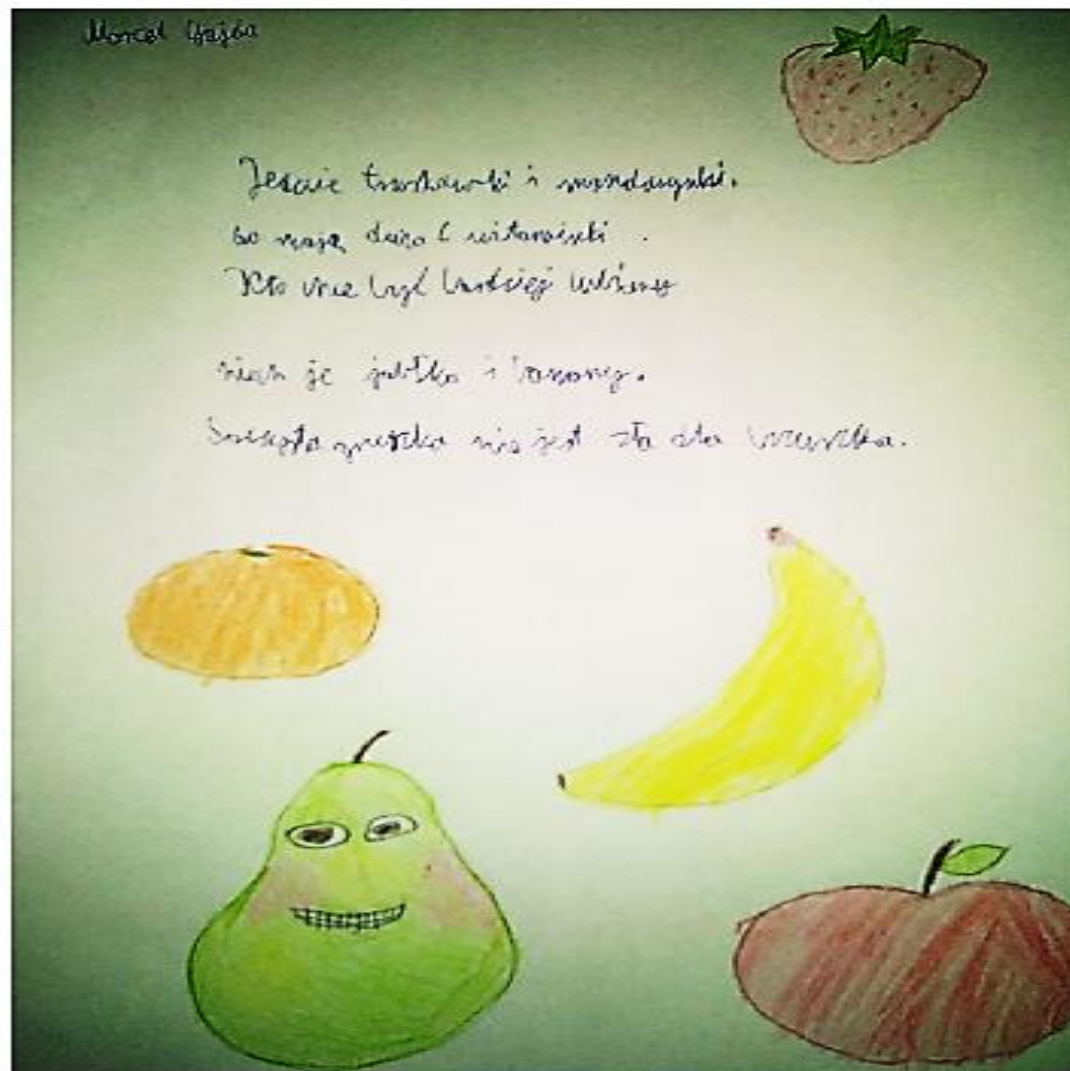




Zdrówko owocówko
Jedz codziennie owoce i warzywa, to
na twoje zdrówko wpływa
Jedz dużo witaminek to twój
codzienny upominek
a będziesz zdrow jak rybka
i piękny jak różowa malinka



ROBERT SKIBIŃSKI KLASA 4 A



MARCEL GAJDA KLASA 4 B

**Kto ananasa nie pożera
tego siła nie rozpiera**

**A cytrynę trzeba jeść, bo
nie będzie witaminy C**



ANIA ŁÓJ KLASA 4 B



IWETTA SZYLIŃCZUK KLASA 5 A



NIKOLA URBANIK KLASA 5 A

RYMOWANKA O OWOCACH!

Węszcig nix no kabanosa,
nigdy no kabanosa.

Stodke marakuya do tancica we
niedzię.

Gdy zjem pomarańczę to wtedy
potem tancze.

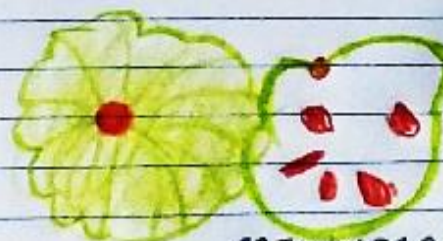
Zjedz odzienię banan, kiwi
a twoja sika nie zadziwi.

Jedz czasem czerezmę,
a kocięta chwila będzie twoja.

Bo wszystkie witaminy to zdrowie,
dla chłopca i dla dziewczynki!



MARAKUYA



CZEREWOJA



KIWI

OKTAWIAN WASYLKO KLASA 5 A

Salata, szczypior, rzodkieweczka,
- będzie zdrowa kanapeczka.

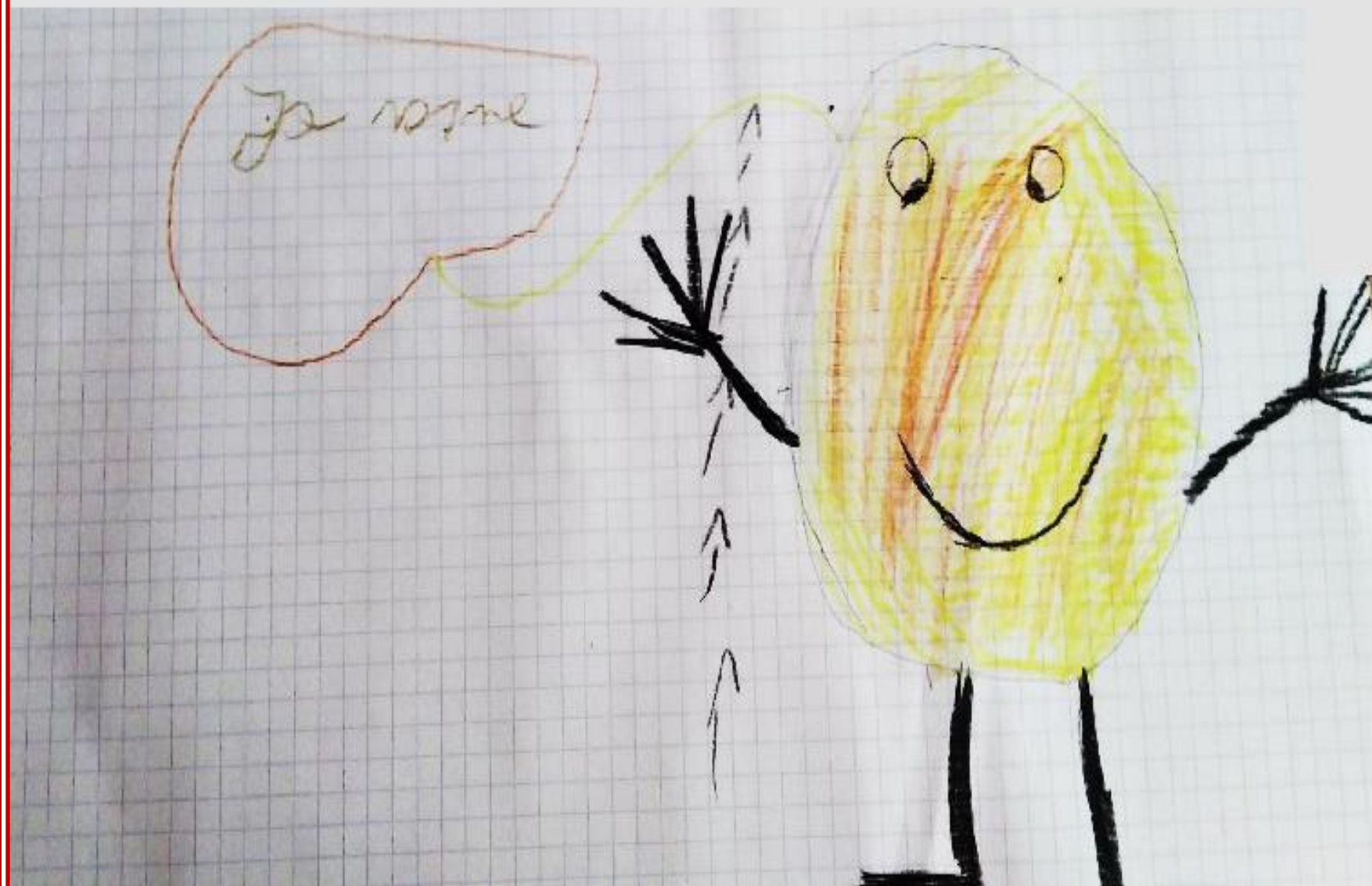


Ananasy zjadamy,
dobre zdrowie mamy,
i buzia nie jest blada,
gdy te witaminki zjada.



PAWEŁ ŁUSZCZYK KLASA 5 A

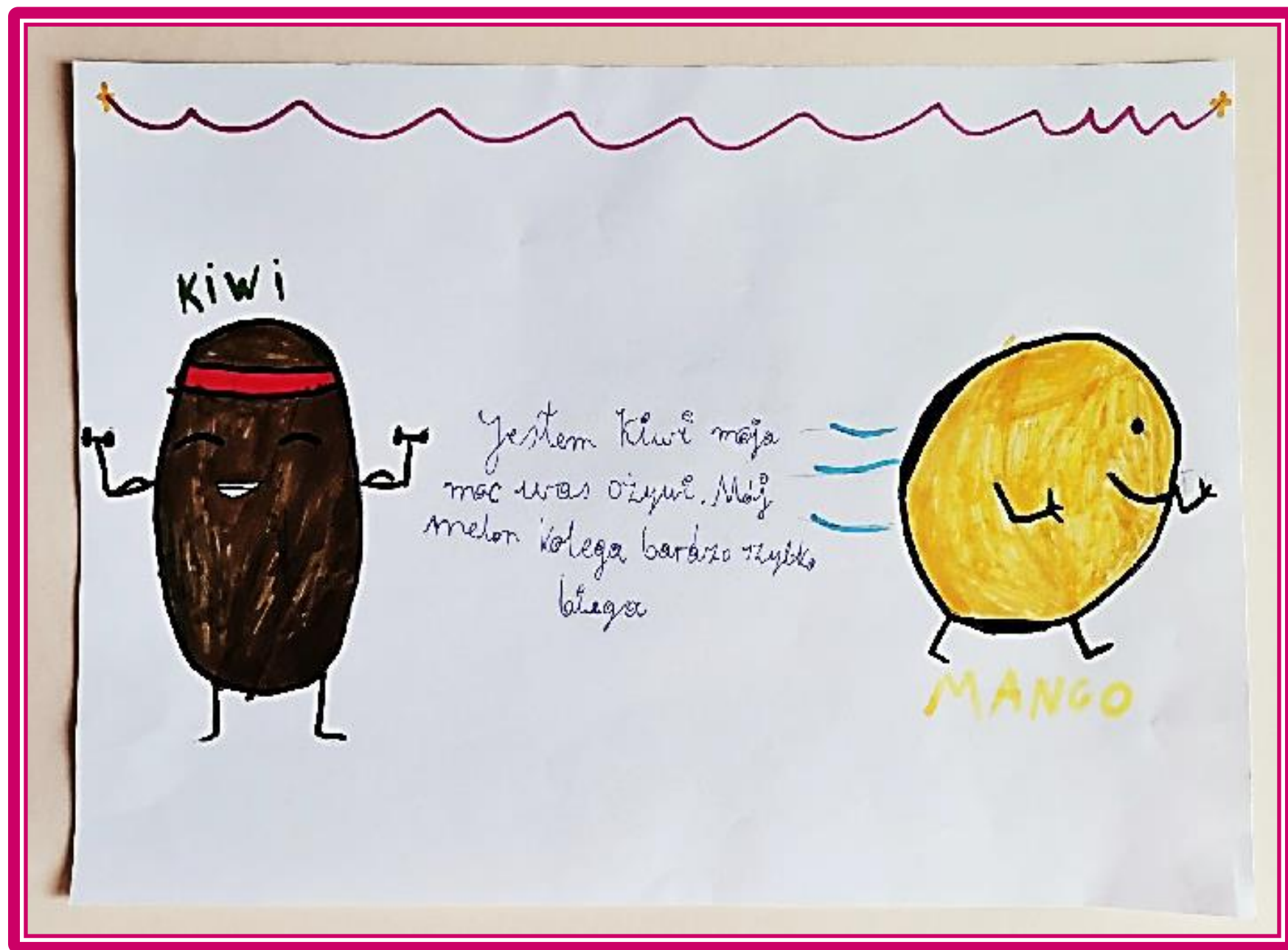
JEDZ MANGO I AWOKADO A BĘDZIESZ RÓŚL ŻWAWO



JULKA GAWRYLEWSKA KLASA 5 A



ZUZIA SAJDAK KLASA 5 A

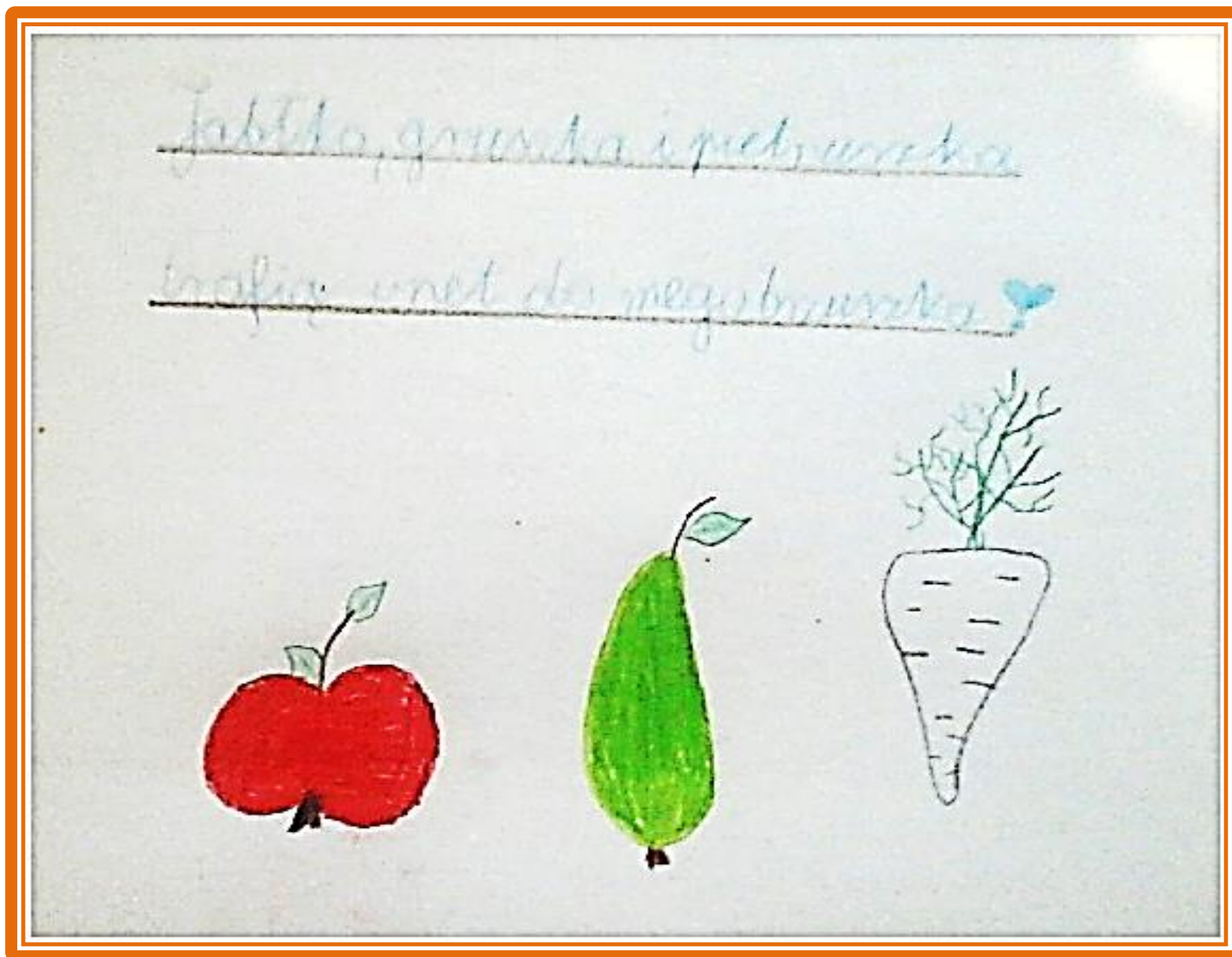


DOROTKA GUZEK KLASA 5 A

Chleb i warzywa zawsze ważnym
to na zdrowie dobre wpływa.
Jem kapusta i orkuszki białe, miał
najlepiej muskuły.
Lubię jabłuszka i gruszek słodkich
a także marchewki pomarańczowe.
Pomarańcze i cytryny mają dużo
witamin.



MIŁOSZ SZCZEPANIK KLASA 5 A



KAROLINA ŁEPECKA KLASA 5 B

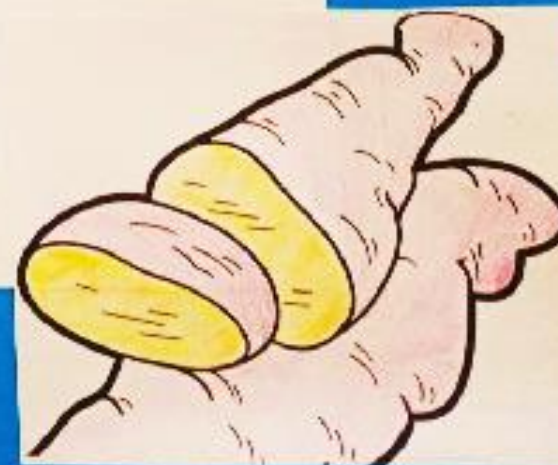
Na śniadanie Awokado
niech mi wyglądać będzie.



Amoraśem popraw chłopię
i z wypasem dbaj o zdrowie.



Na obiadek zjedz Batata
niechaj dumny będzie tata.



SZYMON CHRZANOWSKI KLASA 5 B

Wierszyk

Pomarańcza i cytryny to dla mnie witaminy.



SZYMON CEGIELSKI KLASA 6 A



**Arbuzowa mina, bananowy śmiech.
Lubię z owocami dobrze bawić się, mam
na imię Dawid i lubię bardzo je.**



DAWID ŚMIECHOWICZ KLASA 6 A

Kubańska „cha-cha” zdrowie oznacza

Kiedy jem mango i pomarańczę to cały dzień
„cha-chę” tańczę



Rumiane poliki mam dużo owoców i warzyw
zajadam



Granadilla, Tomarillo, Karambola co to za
dziwne słowa? To nie słowa lecz bomba
witaminowa



Kokos, kiwi i pitaja to witaminowa zgraja,
kto tych owoców dużo zjada z sił nie opada



WIKTORIA ZABOROWSKA KLASA 6 A

Hasto:

„Jabłka i banany wcinaj dobre zdrowie trzymaj!”



JESSICA SZYSZKOWSKA KLASA 6 A

Marchew pyszna jest, ale
banan lepszy jest



NATALIA HAJDUGA KLASA 6 A

KUBAŃSKA „CHA-CHA” ZDROWIE OZNACZA...

GDY TIFM7 RANA POMARAŃCZF
TO OD RAZU CHA CHE TAŃCZE.



KIEDY TIFM7 POMARAŃCZF
TIFM7 TIFM7 CHA CHE TAŃCZY.



KTO ZDWA JABŁKA I GRUCHY
TEN MA SZYDKIE PUCHY.



PYSZNY KOKOS I SŁODKIE FIGI
DADZĄ SIŁY NA WYŚCIGI.



TIFM7 TIFM7 TIFM7 TIFM7 KUMKWAŁY
A BĘDZIESZ PODOBNY DO SWYTHGOSI NIFM7 TAFY.



POMARAŃCZF I MANGUSTAN
TO DLA ZOKIPIWA IEST BUDGUSTAN.



T/FRYMITH I GRANAŁY TO
SPRAWNE GNATY MAMY I TAFY.



JEDZ BANANY I KOKOSKI
BĘDZIESZ SIŁNY JAK FUDZINOWSKI.



TIFM7, KOKOS I PAPAJA
TO BOMBA WITAMINOWA DLA KAŻDEGO CIAŁA.

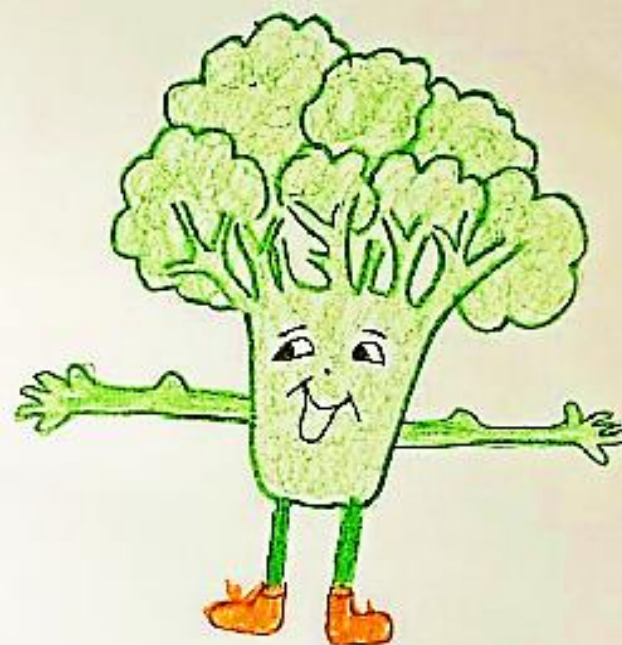
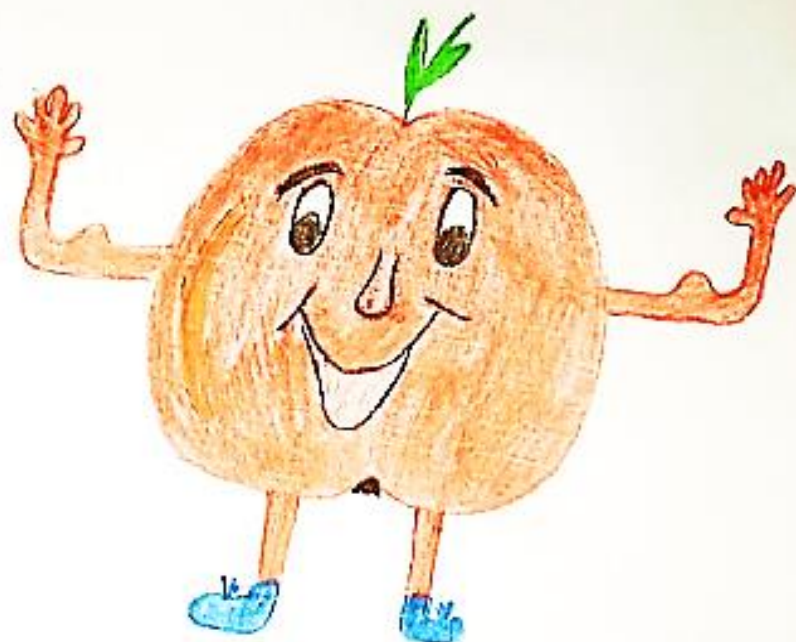


ŚWIFZF OWOCE FZADAJĄC
BĘDZIESZ RYMOWAŁ JAK ZNAJC @



SEWERYN ZAJĄC KLAS 6 A

JEDZ JABŁUSZKA I BROKVE
A WYROSNA CI MUSKVE



KACPER SZARKOWSKI KLASA 6 B

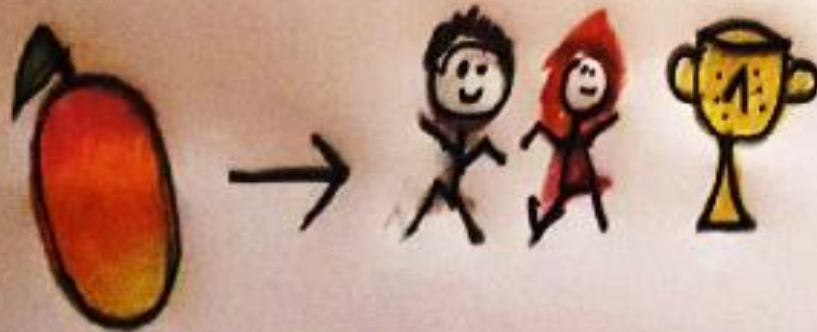
Nierszyk

Gdy jabłuszko z rana zjesz to witaminy
w brzuszku będziesz mieć.



XAVIER ARENT KLASA 6 B

Mango Mangoipo nim bęolziész mistrzen w tango



KAJA SZUMLAŃSKA KLASA 6 B



Chrup owoce, jedz warzywa
to na zdrowie świetnie wpływa!

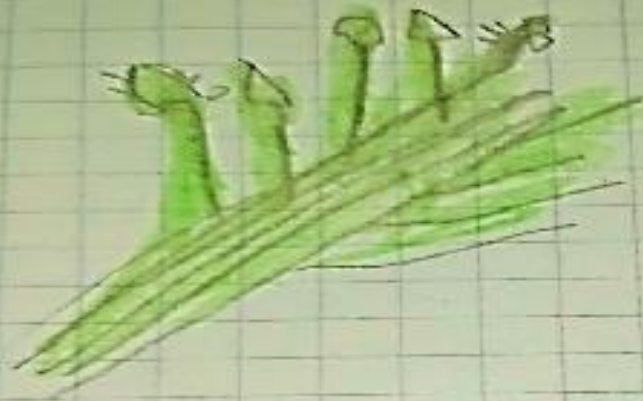
ZOSIA MAROSZ KLASA 6 B



**Jabłko zjem
jest dobre jak dżem.
Kiwi spróbuję,
zjem - bo dobrze smakuje.
Owoce zjadam
i się najadam.**

KARINA JASIŃSKA KLASA 6 B

Jedz Szygnioneki nietruską
będziesz zrzucił jaja naturalne.



SZYMON PRYTKO KLASA 6 B



z truskawki lody z
maliny praliny
zjem to wszystko
puf wszystko
prysło

MARTYNA WYBRANIEC KLASA 6 B

Rymowanka



Jabłko

czerwone jabłuszko
pełne witamin
najlepsze dla zdrowia
chłapiaków i dziewczynek.



Cytryna.

cytryna ma kwaśną minę
to zawsze zachwyci każdego dziewczynę
gdyż wpływ na skórę ma ich unikalny
jest dobra nawet w deszczową pogodę.



LILA WESOŁOWSKA KLASA 6 B

Jedz figi bo będziesz miał dobre wyniki

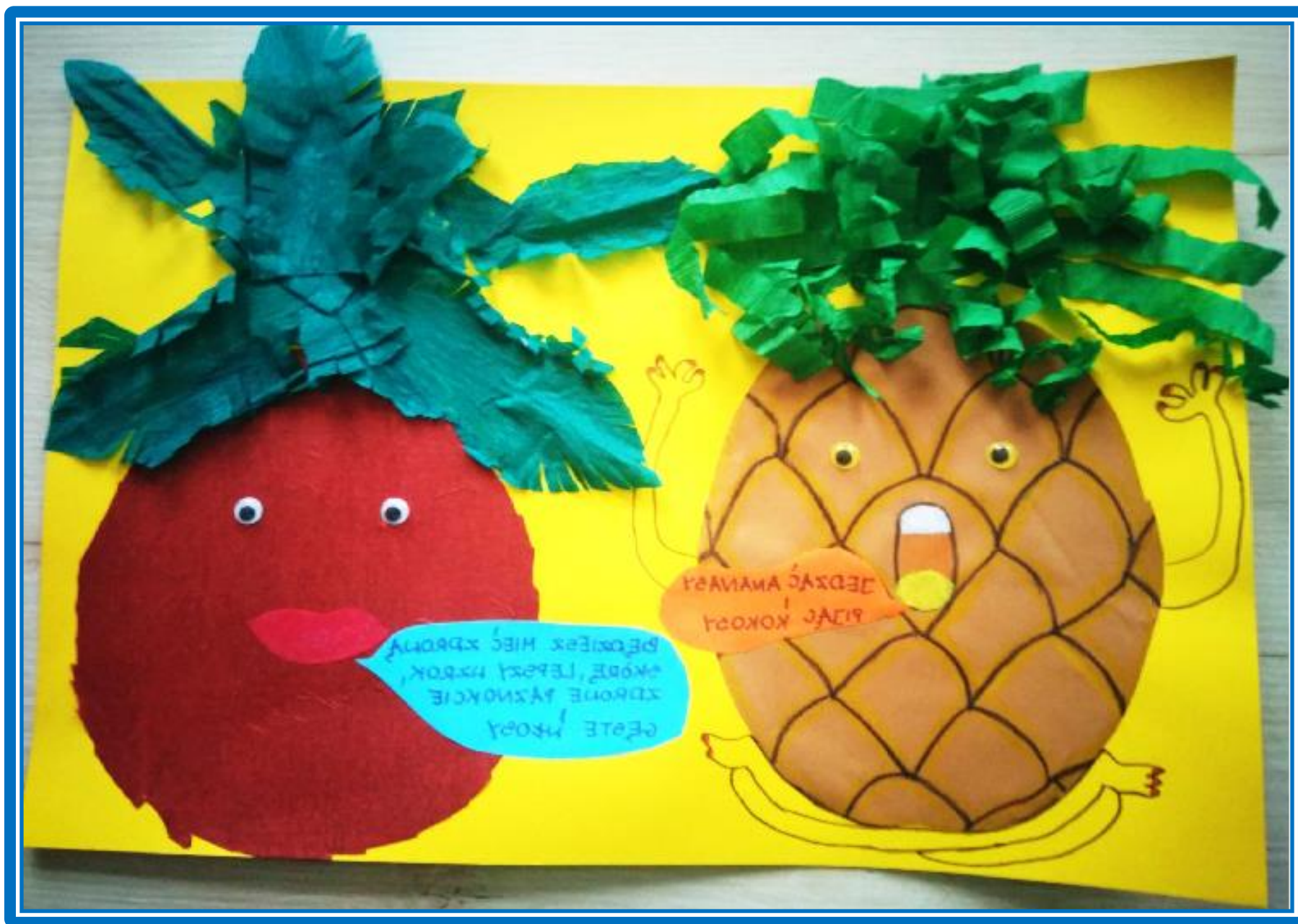


MAKS PYRZ KLASA 6 B

dużo warzyw i owoców będziesz
zdrowy znam ten sposób



DANIEL ZYCH KLASA 6 B



WANDA SZYLIŃCZUK KLASA 6 C

JEDZ OWOCE I WARZYWA
OD NICH MOCY CI PRZYBYWA
POMIDOREK, JABKO, GRUSZKA
OD NICH NIE DOSTANIESZ BRZUSZKA

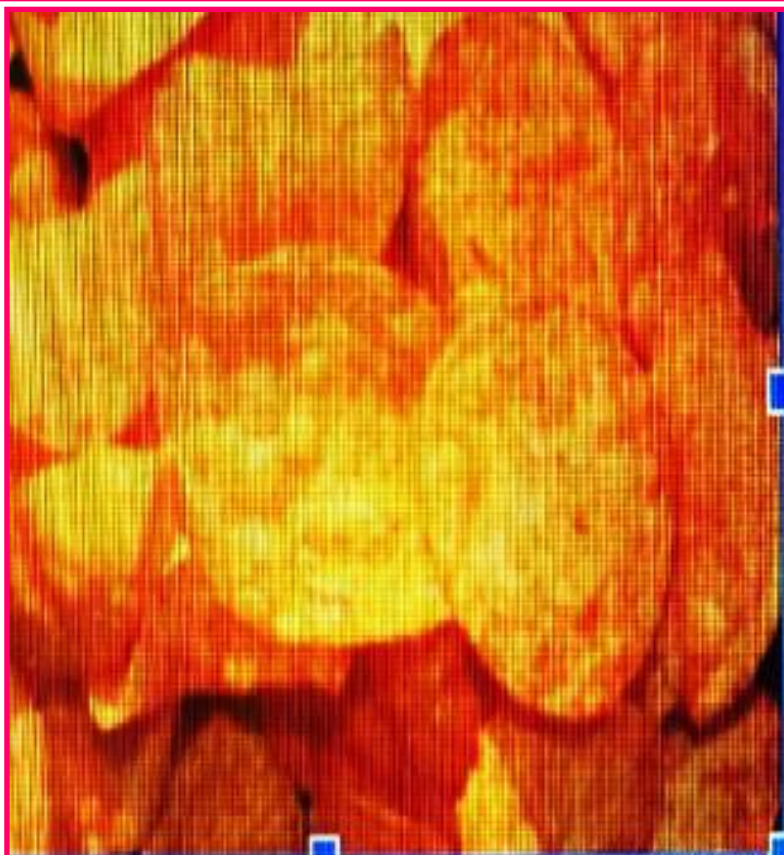


KASIA STARCZAN KLASA 6 C

JEDZ TRUSKAWKI
I CYTRYNKI, A NIĘ
BĘDZIESZ MIAŁ SMUTNEJ
MINKI



KINGA STAFIN KLASA 6 C



wiersz

**O DANA, DANA – ZAMIAST CZIPSÓW
JEDZ JABŁKA OD RANA 😊**

NATAN KOCHANOWSKI KLASA 6 C

**jedz jabłuszka
będziesz
chudsza**



OLIWIA MIERZWA KLASA 6 C

NIE BĄDŹ GRUBASKIEM

ZAGRYŹ ANANASKIEM !



JULKA ZYM KLASA 6 C

JEDZ BANANA I JABŁKO A
CERĘ BĘDZIESZ MIAŁ
ŁADNĄ



NATALKA SZCZĘSNA KLASA 6 C



**Jedz warzywa i
owoce, dzięki temu
życie będzie
zdrowsze**

VANESSA BONIECKA KLASA 6 C

**JEDZ JABŁKA I BANANY BĘDZIESZ ZDROWY I
LUBIANY.**



OLIWIER CEGIEŁA KLASA 6 C



W tej epoce królują owoce, chcesz być piękna jak kwiatuszek to jedz dużo jabłuszek. Mandarynki i maliny to są same witaminy.

LENA PINDA KLASA 6 C



ALA SZUSTER KLASA 7 A

Kokosy

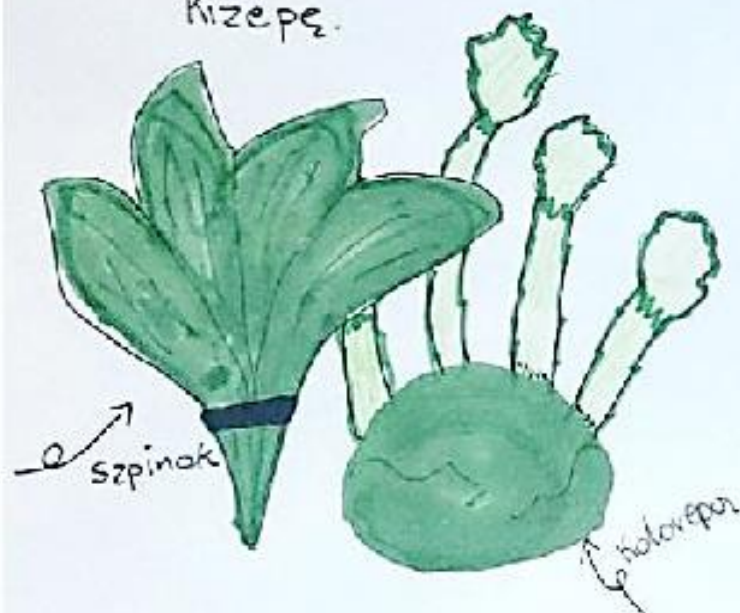
Kokosy są białe jak śniegi białe . Są zdrowe i kolorowe . Jak piłka wyglądają choć aż tak się nie turlają.

Witamin pełne ręce mają , że aż dziw że tyle ich mają. Zdrowia dadzą ci kokosy jak nikt inny wśród przyjaciół. kokosy są zdrowe Jak nic innego każdy to powie nikt nie zaprzeczy bo taka jest prawda kokosów .



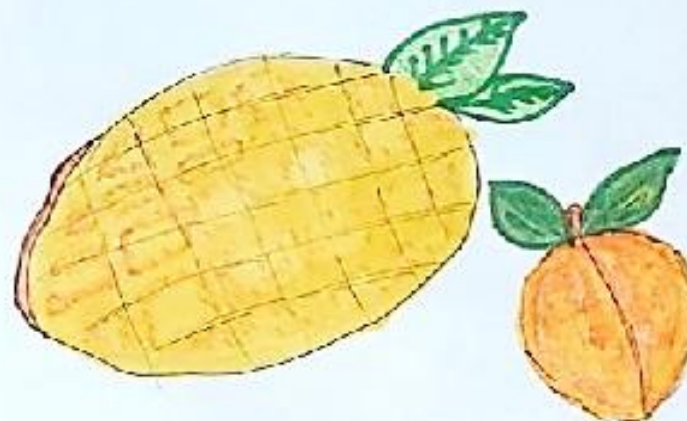
LIWIA PIOTROWSKA KLASA 7 A

1. Jedz szpinak kolerepe.
po tym będziesz miał wielką
kizępe.

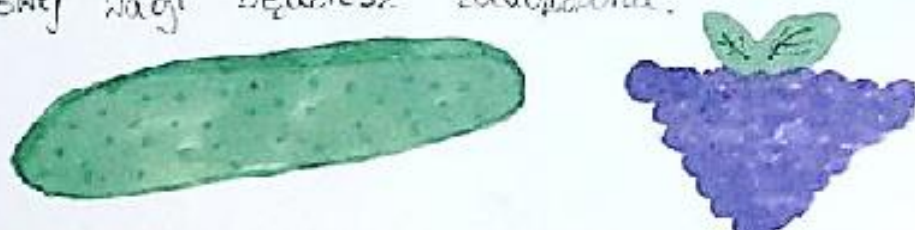


RYMOWANKI

2. Jedz Mango i Morele będziesz miał
zdrową cerę.



3. Jedz ogórka winogrona ze
swej wagi będziesz zadopielona.



NATALIA OWCZARZAK KLASA 7 B

„Gdy dla kogoś zdrowie się
liczy to zajada awokado i
liczi”

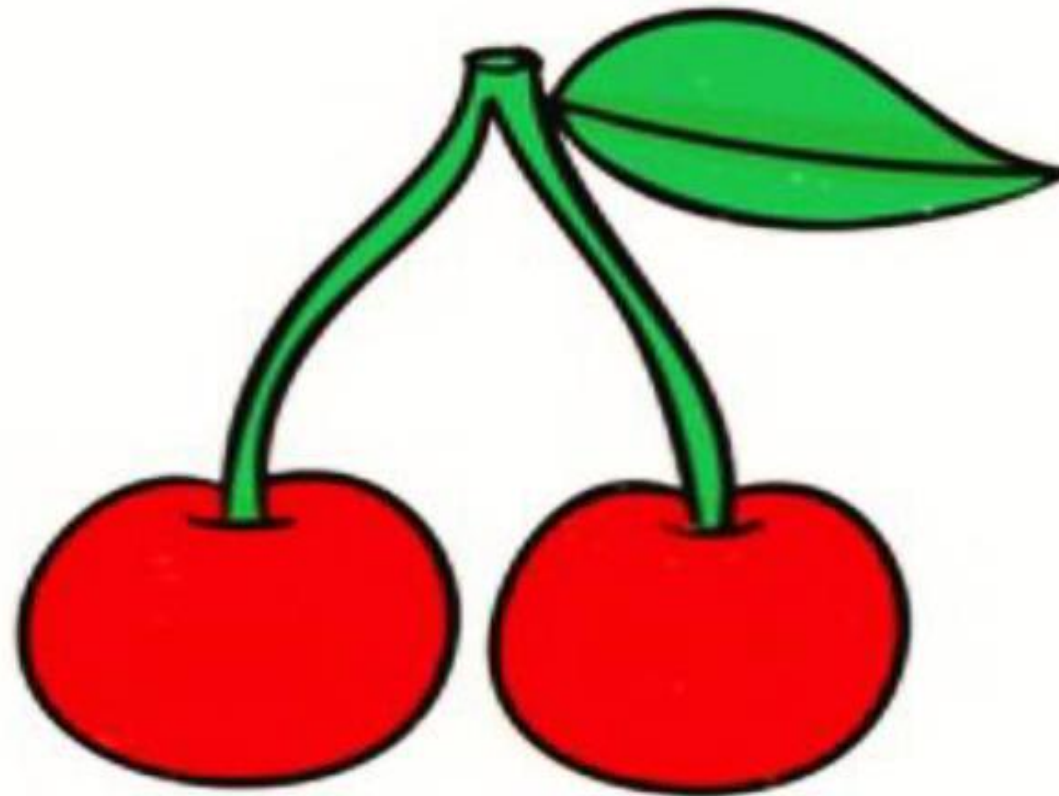


„Brokuł szpinak i cykoria oto
droga jest do zdrowia”



JONATAN STRZĘPEK KLASA 7 C

**Jedz wiśnie, a będziesz wyglądać
wysmienicie.**

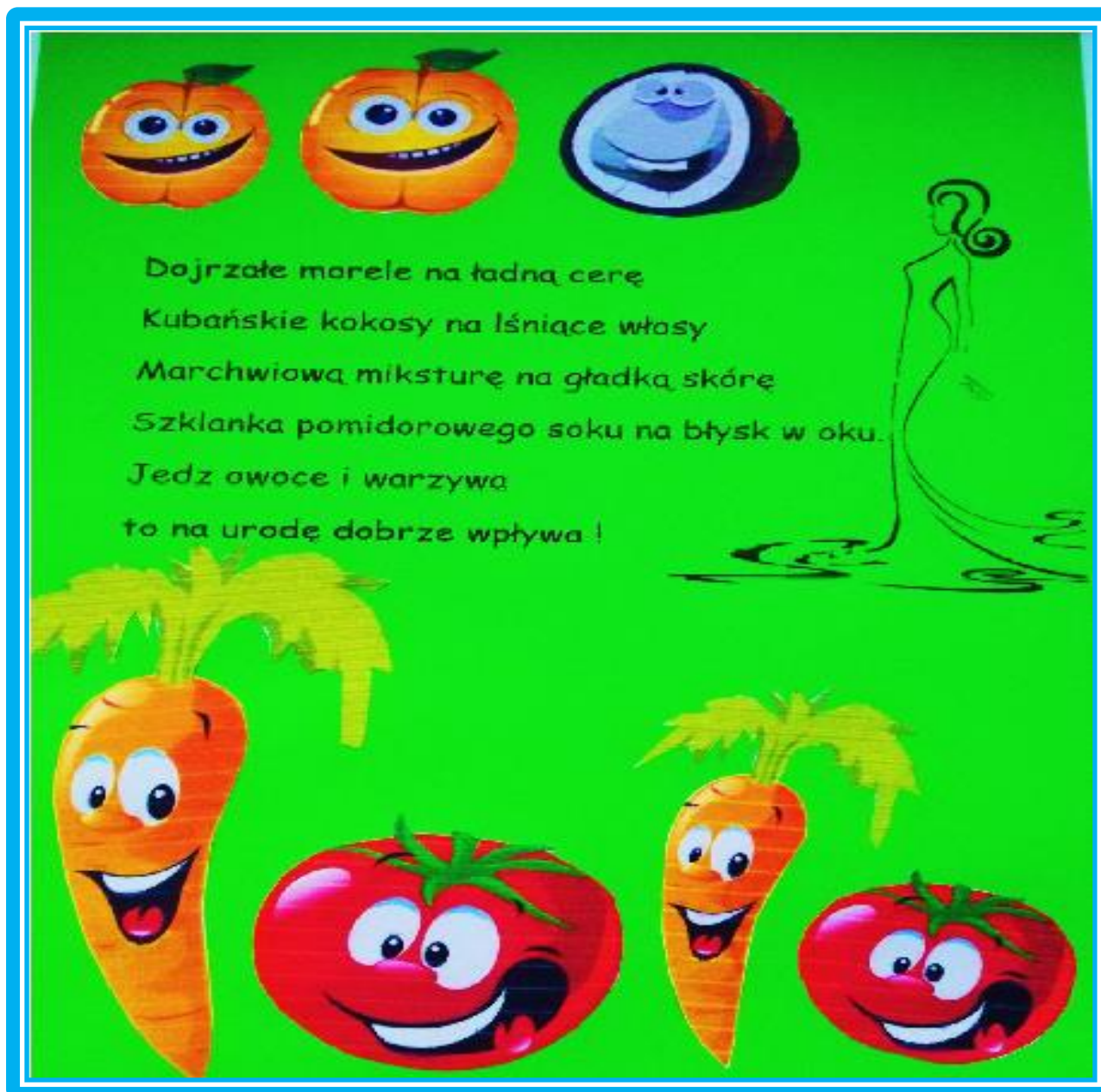


ALEKSANDRA OSIKA KLASA 7 C

Goni polną
kalafiora a kalafior
hop do worka a
pomidor do ogórka
och uważaj moja
skórka



JULKA JEZIORSKA KLASA 7 C



ZOSIA NIEBIESZCZAŃSKA KLASA 7 C



Zdrowy owocowy koszyczek
Do koszyczka jabłuszko włożę przy winogronie
gruszeczkę położę
Jabłko gruszka czy banan zjadam sobie codziennie z
rana czy to śliwka robaczywa

czy to duża borówka



Chcę być piękny jak kwiatusek więc jem dużo
czerwonych jabłuszek Dużo
owoców i warzyw codziennie zjadam



DOMINKI BISKUP KLASA 7 C

Rymowanka

ALICJA PRZYTOCKA VII C

Jedz kapuste i
brokolity
to urosną ci
muskulity



ALICJA PRZYTOCKA KLASA 7 C



Zjedz marchewkę na
rozgrzewkę

Na śniadanie zjedz
banana, będziesz miał
dużo siły od rana.

WIKTORIA POPIELSKA KLASA 7 C

Każdemu smakują zielone brokuły bo po nich
rosną wielkie mięśnie, więc chłopcy z chęcią je
zjadają radosne miny po nich mają



Czerwone jabłuszko pełne witaminek najlepsze
dla zdrowia chłopców i dziewczynek



MATEUSZ DOMAGAŁA KLASA 7 C

SPRÓBUJ GRUSZKI I
BANANA, A PÓŹNIEJ BĘDZIESZ
NAWITAMINOWANA



JULKA MAMOŃCZYK KLASA 7 C

Gdy jesz jabłka i maliny,
Będiesz zdrowy bez anginy.



MARYSIA BŁASZCZAK KLASA 7 C

Jeść marchewkę i szparagi musać wnet się będziesz zwałig!



Marchewka - dieta

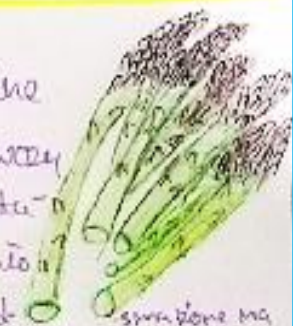
wzmacniając i dając masę or-
ganizm przed zębami, reguluje
również pracę żołądka, poprawia
metabolizm i utrzymuje wodę w organizmie.

Marchew zabija szkodliwe bakterie w jelicie
ciężkiej i pomaga przepływać prądowi krwi.

Jeżona na surowo jest najsmaczniejsza i
ma najwięcej witamin.

Szparagi - mają, liście

właściwości i wartości odżywczej
Mogą zmniejszyć ryzyko powstania
nowotworów, mają mało
kalorii. (Świeżo smakuje, pod-
masło z ketchupem tarta 😊)



Oba te warzywa, są bardzo zdrowe, mają dużo witamin
i są dobre dla osób na diecie jam i dla tych ćwiczących oraz takich, którzy po prostu
olubią o siebie, są one całkowicie nieškodliwe, a więc przyniosą korzyść, naprawdę
wiele plusów przede!

MARTA ŁASZEWSKA KLASA 7 D

DOBRA RADĘ CI DZIS DAM
OWOCE TO ZDROWIE - PRZECZYTAJ SAM



DANAN, MANGO, MARAKUJA
MOC WITAMIN TO NIE BZDURA
ZAWSZE PYSZNIE NAM SMAKUJA
I Z PAPAJĄ TEŻ PASUJĄ.



CZASEM ZYADAJ ANANASA
TO JEST OWÓC PIERWSZA KLASA.

A DO TEGO ZYADAJ LICZI BY
MIEĆ SIŁĘ ZAWSZE CWICZYĆ.

ZAWSZE MOŻNA, MIEĆ PÓJDEK
AWOKADO - WIEC CUDENKO.



A JAK CHCESZ BYĆ FIT ZJEDZ KOKOSA
SZYBKO W MIEC.



A TWARZ ZEBY JADNA BYŁA ZYADAJ OZASEM
CZEREMOHA I TEŻ ZDROWY MEGO BRAT
POZNAJ GO TO KUMKUAT.



KIWI, TAMARILLO I PITAJA TO JEST
PORCJA DOSKONAŁA.

TERAZ PORA NA GRANATA
OMINIE CIĘ WYPŁATA.



DUŻO WITAMIN TAJĄT JEST MOŻESZ ZJADAJ
KIEDY CHCESZ A JAK NIE CHCESZ TO JEST
MOŻESZ ZJADAJ FIGE MIEC.



REDMI NOTE 5

JULIA DURLEJ KLASA 7 D

Kubańska, cha-cha
Zdrowie o smaczności...

Dziś ma deser **Marakuja**,
Po śniadaniu **Pitaja** się buja.



Liczi smacznie sobie leży -
Odpoczywa i nie wierzy.



A **Papaja** do **Kokosa**



- Chcę ci zagmatwać toł moją.
Mnie tu wszyscy uwielbiają
Śmiało jedzą, zdrowo się mają.



Mango, **Granat**, **Awokado** - każdy
chętnie dziś kupuje, bierze dużo,
próbując.

**CHCESZ BYĆ SILNY TAK JAK MIŚ
TE OWOCE JEDZ OD DZIŚ !!!**



AWOKADO



SILNY MIŚ

KLAUDIA KRZYSIEK KLASA 7 D

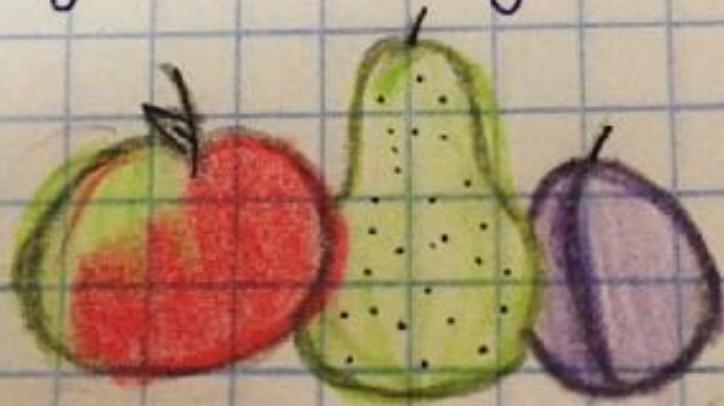


Każdemu smakują **zielone brokuły**,
bo po nich rosną **WIELKIE** muskuly.
Chłopaki z chęcią je zjadają,
radosne miny i **DUŻE** bicepsy mają.

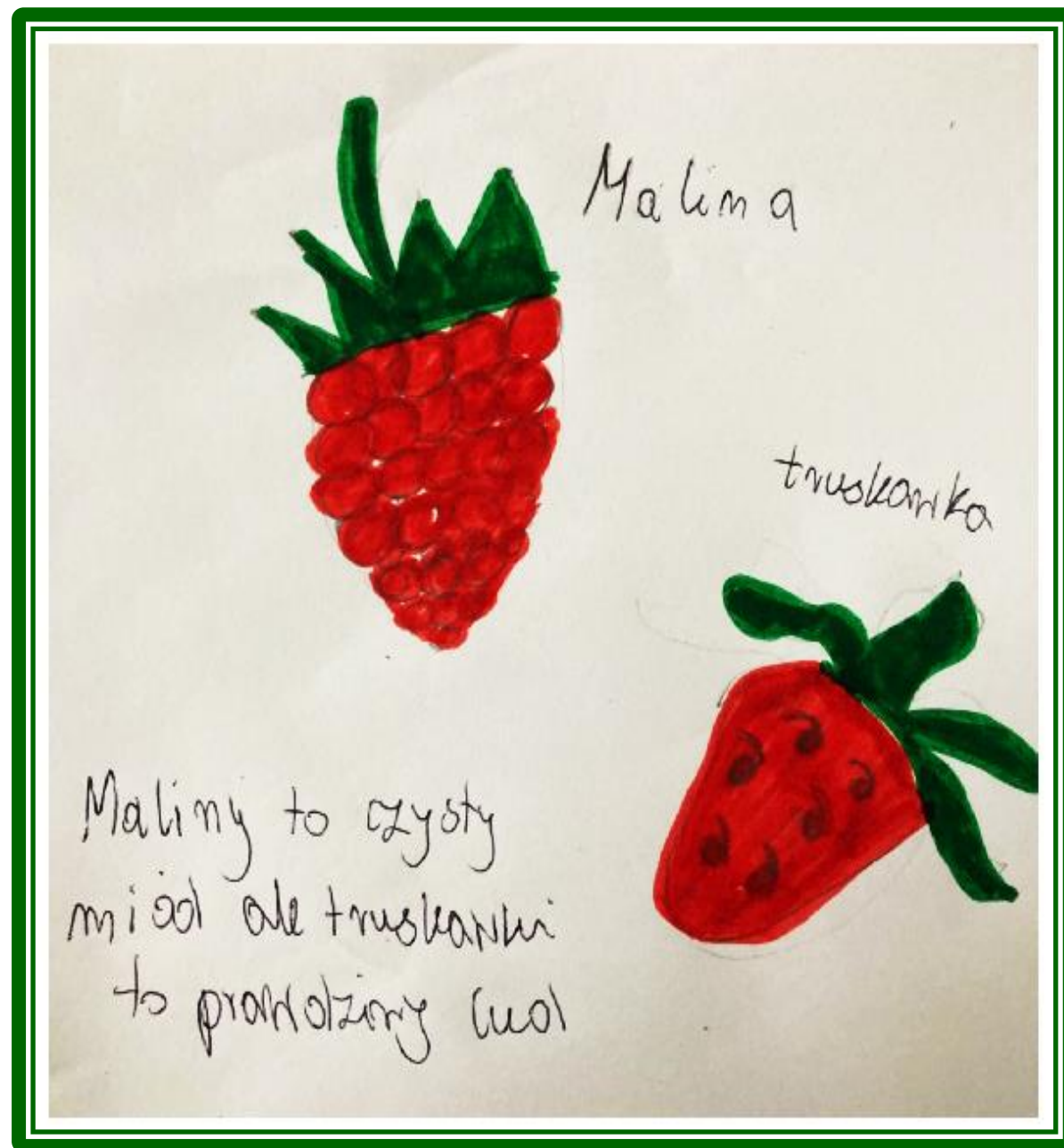


DAMIAN HAMERLAK KLASA 7 D

Czy to jabłko, czy to gruszką
Chętnie wskoczę mi do brzuska.
Może śliwka, banan też,
Chcesz być zdrowym - wszystko zjesz.

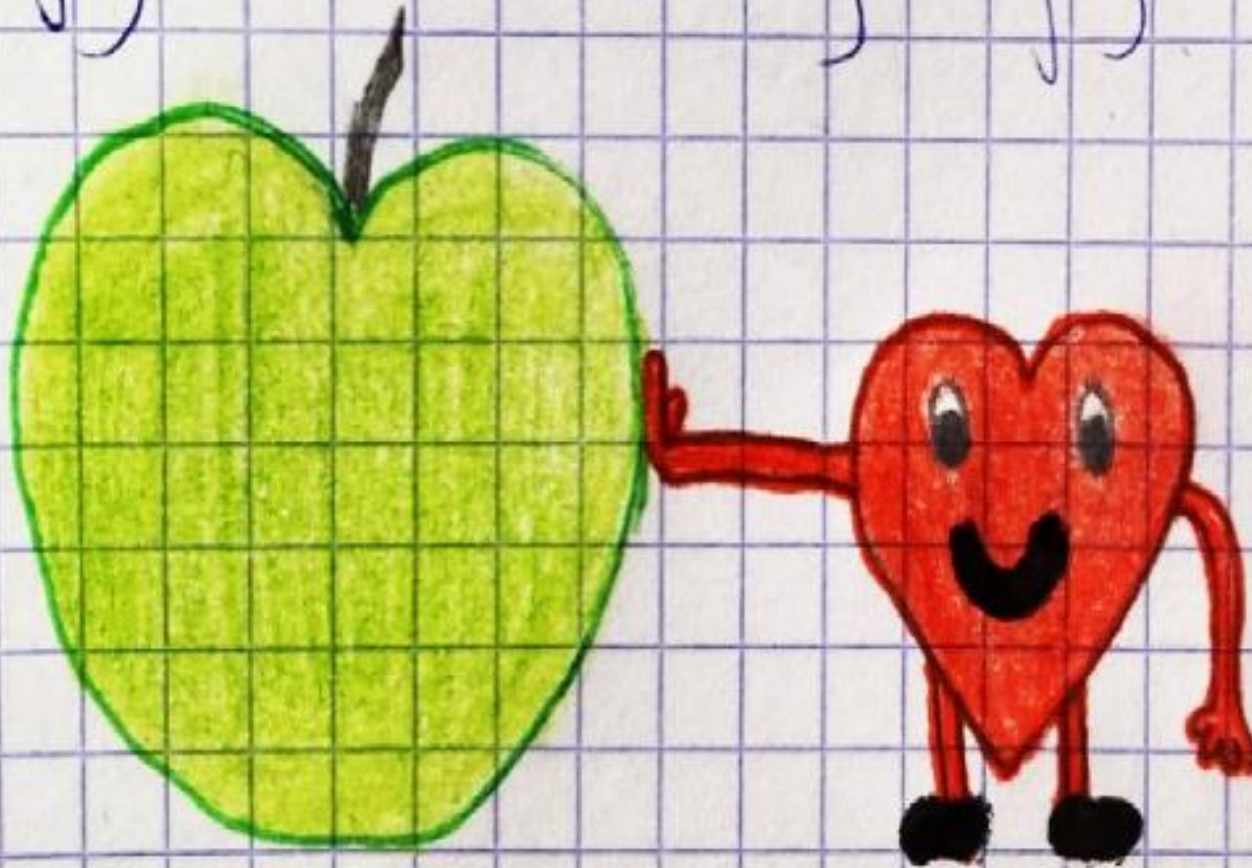


ZUZIA WASZKOWSKA KLASA 8 A

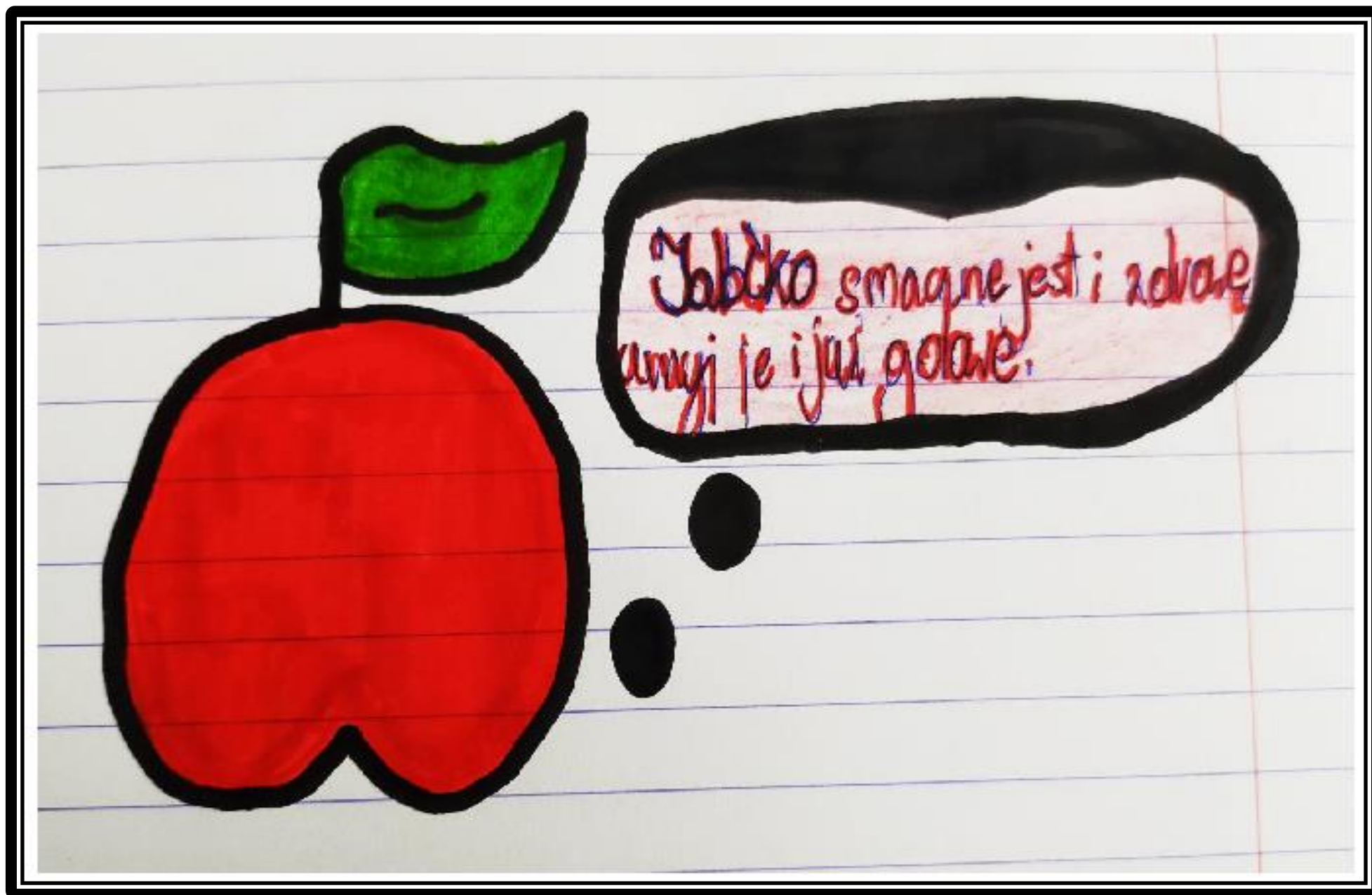


OLIWIER DRZYMALSKI KLASA 8 A

Gdy jabłuszka zapadamy - wszyscy razem zdrowie mamy



ALEKSANDRA KNOL KLASA 8 A



MICHAŁ BARAN KLASA 8 A

Jedz warzywa będziesz zdrowy,
jedz owoce będziesz młody

Neulavynka jak mandarynka
pełna ma witamin aby nie
miej żadnych min jedz je
w każdym tym dniu

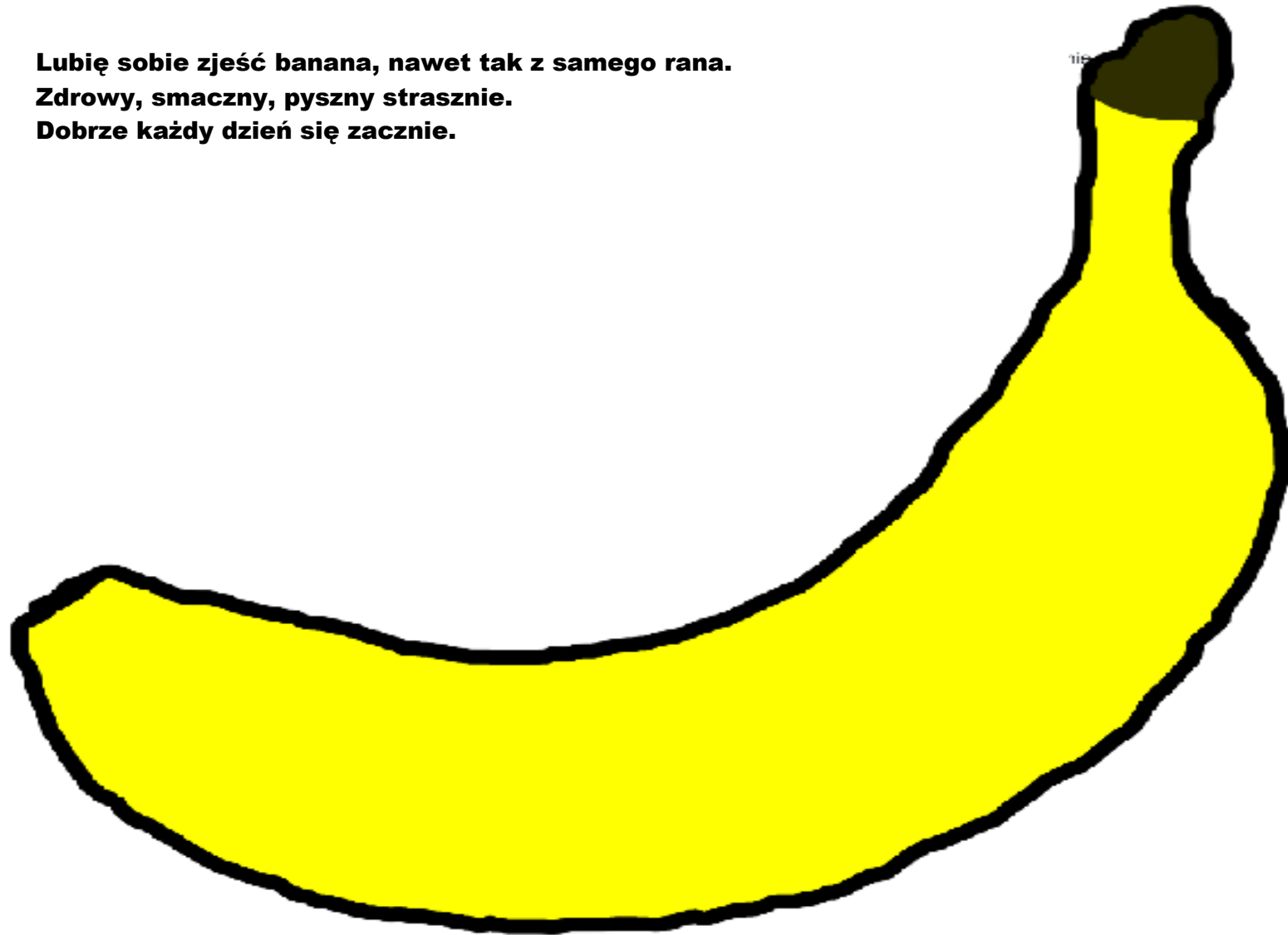
Warzywa również trzeba tworzyć
aby długo lat domiły

Marchewka z, lubi je i dziewczka
na dobranoc nie wiołu jak
jednooki cary.



LAURA PRZYBYSZ KLASA 8 A

**Lubię sobie zjeść banana, nawet tak z samego rana.
Zdrowy, smaczny, pyszny strasznie.
Dobrze każdy dzień się zacznie.**



KSAWERY SIWEK KLASA 8 A



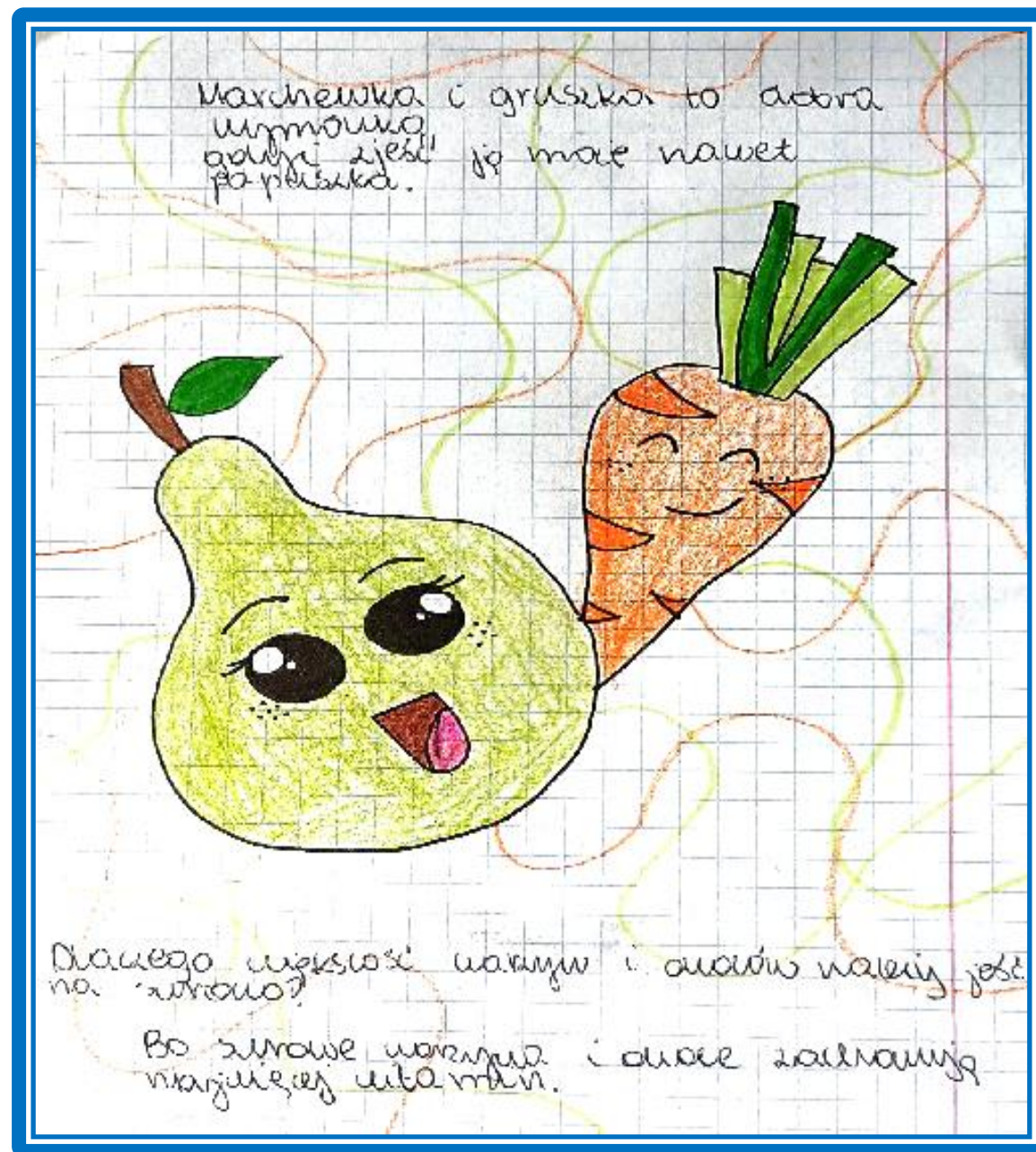
Pomarańczowa
marchewka chrupiąca
nie tylko dla ludzi
czy zająca, wszyscy
chętnie ją zjadamy
po niej dużo siły mamy

PATRYCJA KOZUBEK KLASA 8 A

KAŻDE DZIECKO OTYM WIE, ŻE
MALINY TRZEBA JEŚĆ



KLASA 8 A



Marchewka i gruska to dobra
wymowa
gdyż jesz je może nawet
po polsku.

Dlaczego większość warzyw i owoców należy jeść
na surowo?

Bo surowe warzywa i owoce zawierają
najwięcej witamin.

JUSTYNA DYLEWSKA KLASA 8 A

Wolność i miłość, wolność ducha, jest
jedynym zwycięstwem już!



DAMIAN ROMANOWSKI KLASA 8 A

**Awokado owoc wdzięczny
gdyż bez niego jesteś nędzny**



ANIA NOWAK KLASA 8 C

Jedz banany
będziesz dziawy,
jed marchewki
będziesz kasepki



KAROL MIKICZAK KLASA 8 C

**Jedz warzywa i owoce,
a zyskasz nowe moce**



ALEKSANDRA SIOSTRZONEK KLASA 8 C

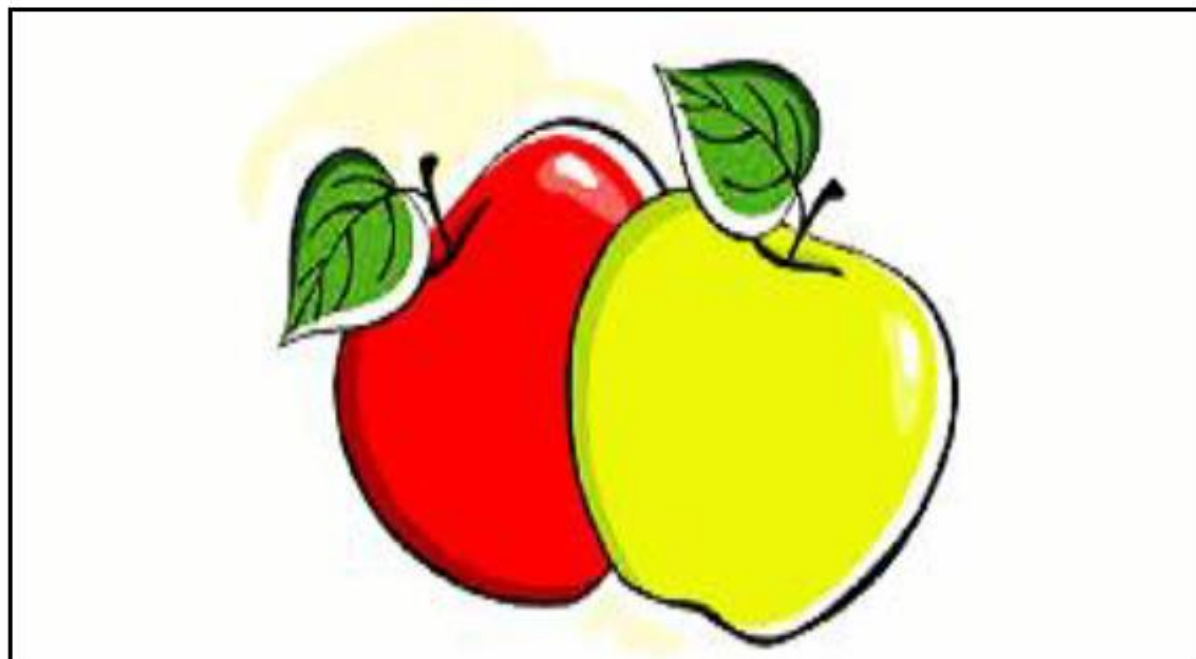
**Tu marchewka wzrok poprawia, tam buraki lecą do gara. Zaraz zupa dobra
będzie - każdy ją lubi zawsze i wszędzie.**

**To warzywa dobre i zdrowe - zawsze mile widziane na moim stole.
Ktoś zagościł u mnie skromnie - to owoce słodkie, dobre.**



WIKTORIA CHUDEK KLASA 8 C

**czerwone jabłuszko
pełne witaminek
najlepsze dla zdrowia
chłopców i dziewczynek**



FILIP BARTOSIAK KLASA 8 C



**Jedz owoce, jedz warzywa, a będziesz w energii
pływał. Jedz warzywa będziesz zdrowy, jedz
warzywa będziesz rosnąć. Zdrowie każdy ma swoje,
więc dbajmy o nie rano i wieczorem. Zdrowie to
też radość, zdrowie to też smak, więc dbajmy o
nie przez cały czas.**



**żeby dużo siły mieć musisz
jabłka, śliwki jeść 😊**



ADRIAN ZESZUT KLASA 8 C

Jedz marchewkę będziesz
zdrowy, będziesz biegał jak
szalony



NATALIA RING KLASA 8 C

Jedz kapustę i brokuły,



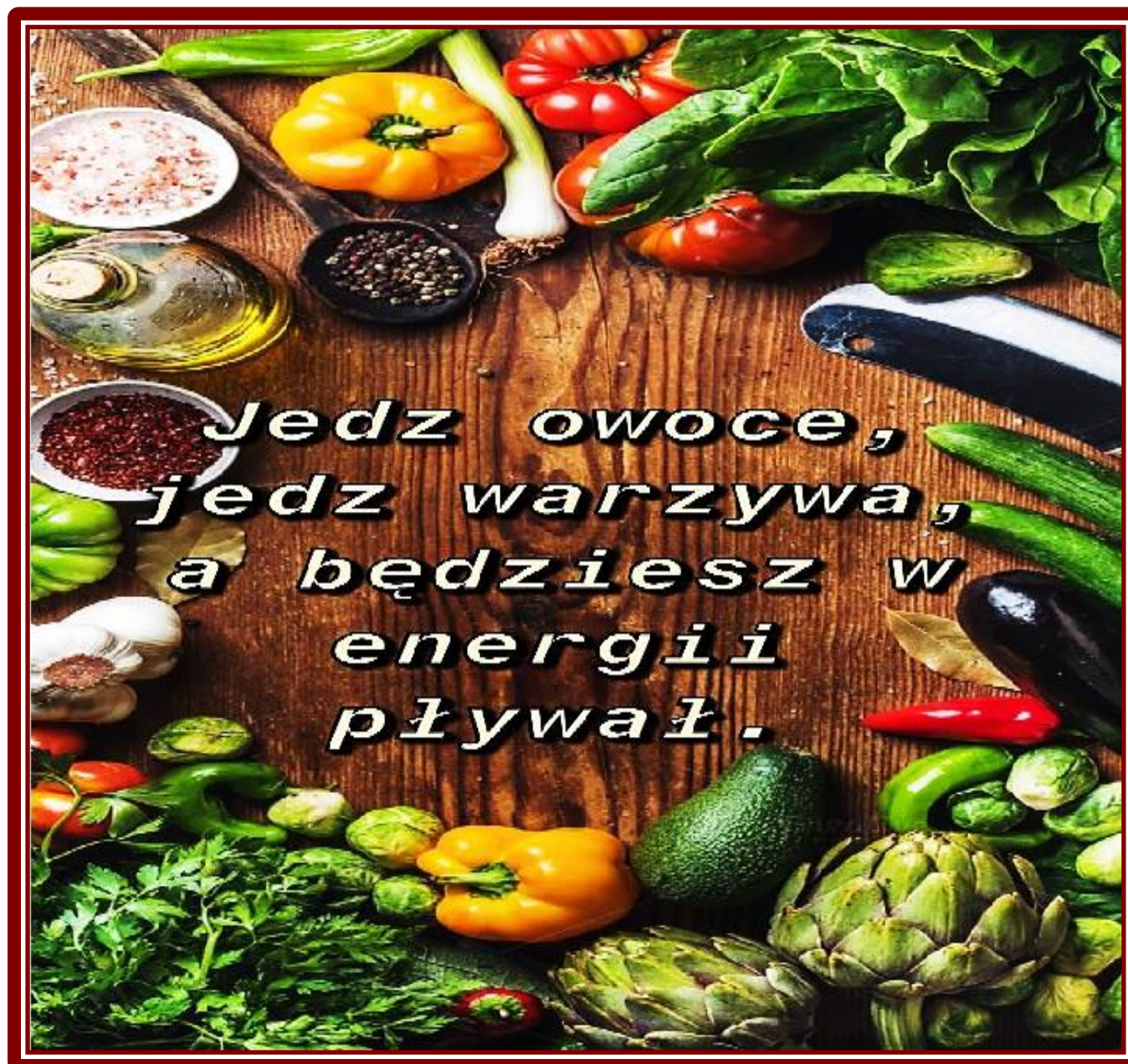
to wyrosną ci muskuły

FABIAN BUDNIK KLASA 8 C

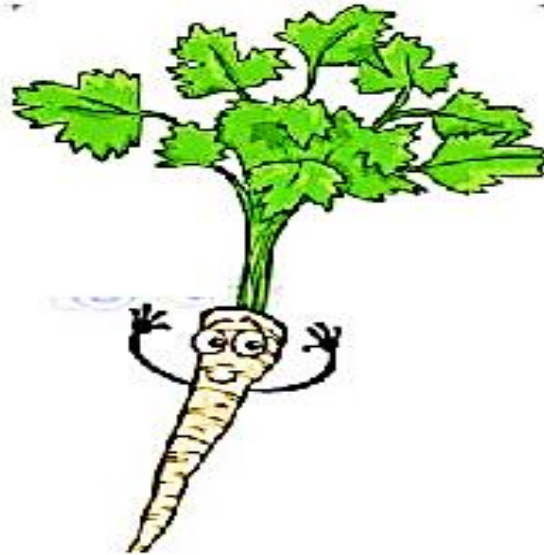
**Jaś truskawki lubi zjadać, zdrowe życie co tu gadać.
Ania woli jadać pizzę i w brzuchu robaczywki, a ja
wolę śliwki, bo robię po nich uśmiechnięte minki.**



JAGODA CIECIERA KLASA 8 C



ZUZIA GÓROWSKA KLASA 8 C



**Pietruszka,
pietruszka barbici
pici puszka.** 

**Zaraz wskoczysz mi
do brzuszka 😊**

WIKTORIA JANKOWSKA KLASA 8 C

**MARAKUJA, MARAKUJA....., TWOJA
SŁODYCZ MNIE ROZBUJA 😊**



MIKOŁAJ ORGANA KLASA 8 C

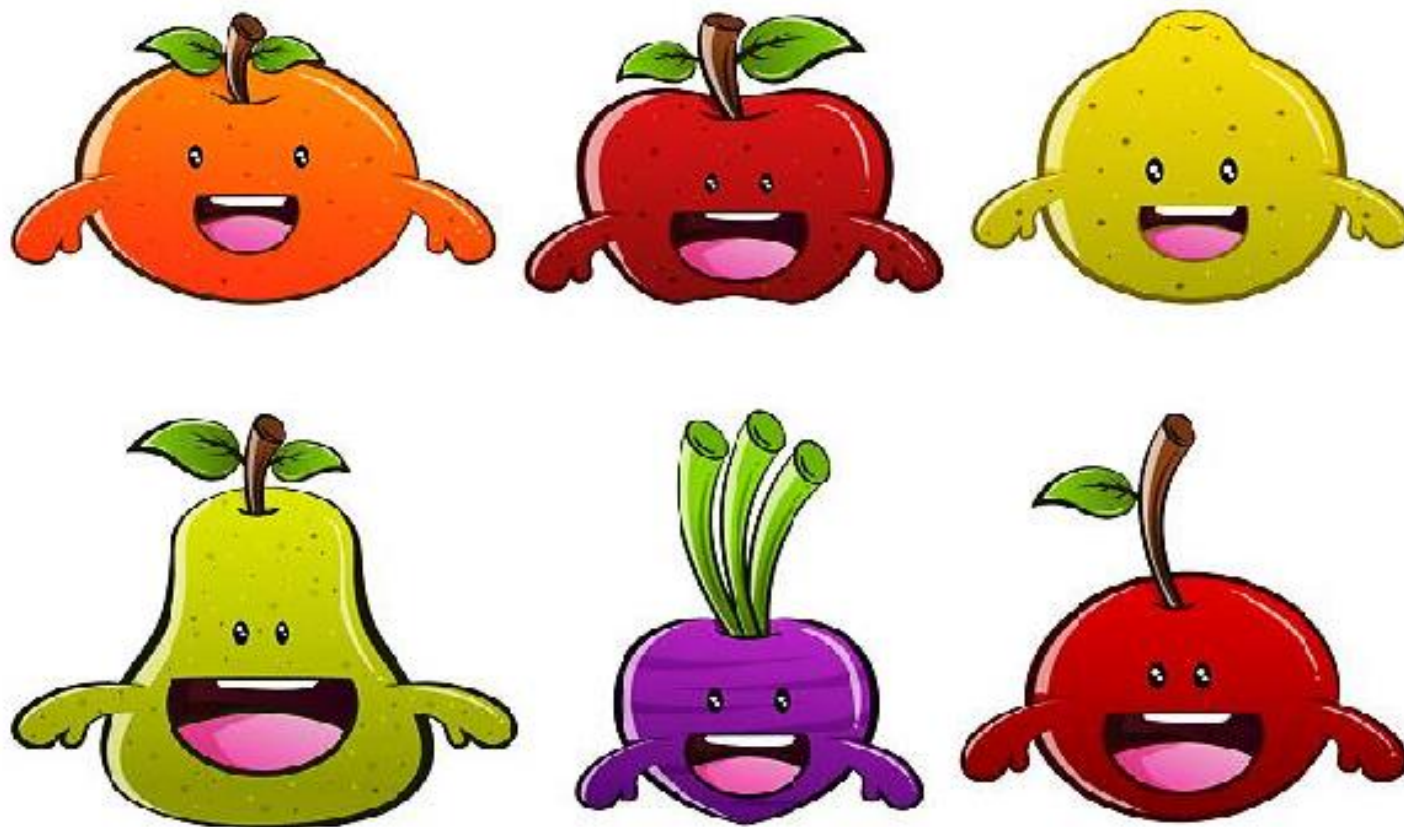
jedz owoce i warzywa



To ci urośnie fajna
grzywa

WIKTORIA KAMIŃSKA KLASA 8 C

Chcesz być silny tak jak miś?



Więc warzywa jedz od dziś!

WIKTORIA KAMYCZEK KLASA 8 C