

# Мишкино лукошко



**Десерт, полезный для  
здоровья  
от Никиты Кукушкина  
(старшая группа)**



## Позвольте представиться

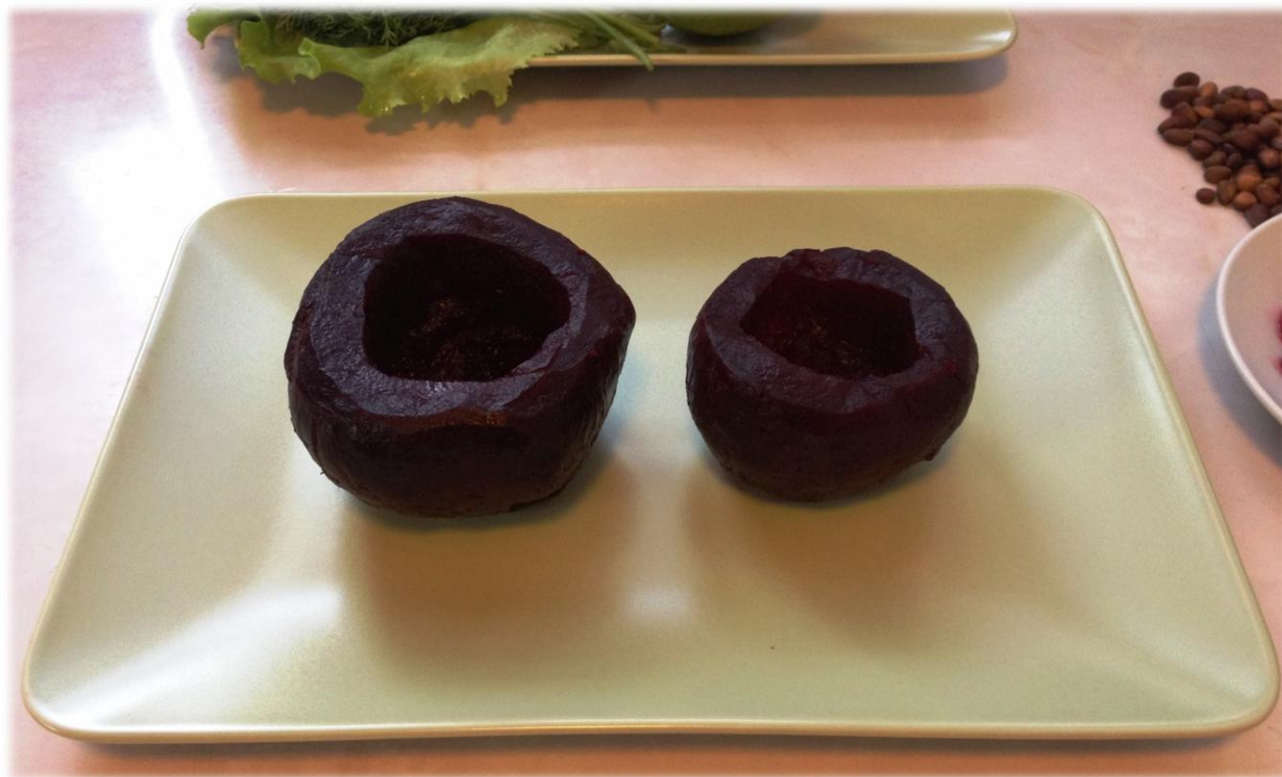
Меня зовут Никита и я очень люблю вкусно покушать. Но еще больше я люблю, когда еда не только вкусная, но и полезная! Поэтому я решил приготовить вкусный и полезный для здоровья десерт. А полезный он потому, что в нем только самые настоящие и «живые» фрукты и овощи. И, кстати, малину я сам собирал летом в саду. Мама ее заморозила, и теперь, зимой, я ее ем!

## Нам понадобится:

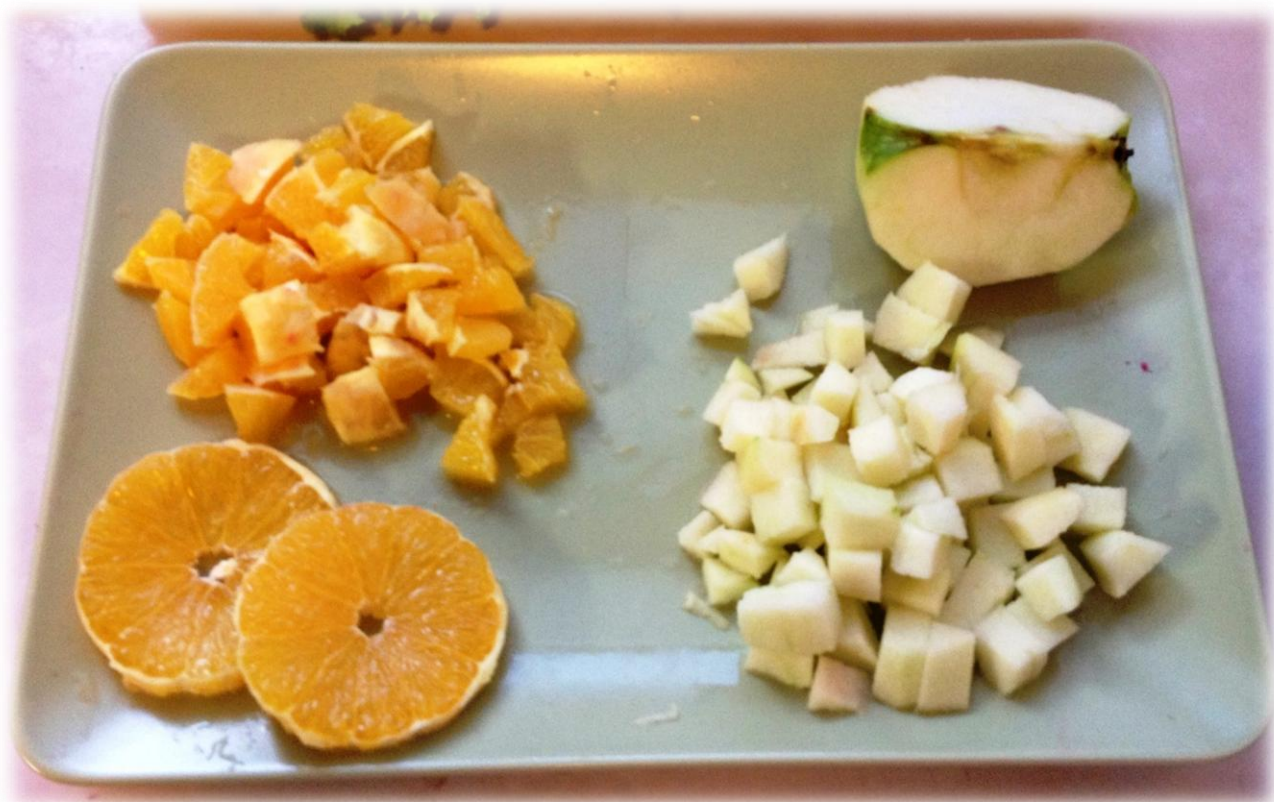


- 2 варёных свёклы,
- яблоко,
- апельсин,
- малина,
- сметана,
- орехи кедровые,
- жёлтый сладкий перец,
- листочки зелени.

## Способ приготовления:



Свёклу очищаем, удалив серединку,  
придаем ей форму корзиночки.



Апельсин очищаем, нарезаем 2 кружочка,  
оставшийся - некрупными кусочками.  
Яблоко очищаем, нарезаем небольшими кусочками.



В корзиночки кладём кусочки апельсина и яблока.



Корзиночки сверху поливаем сметаной.



Из сладкого перца делаем ручки корзинок.

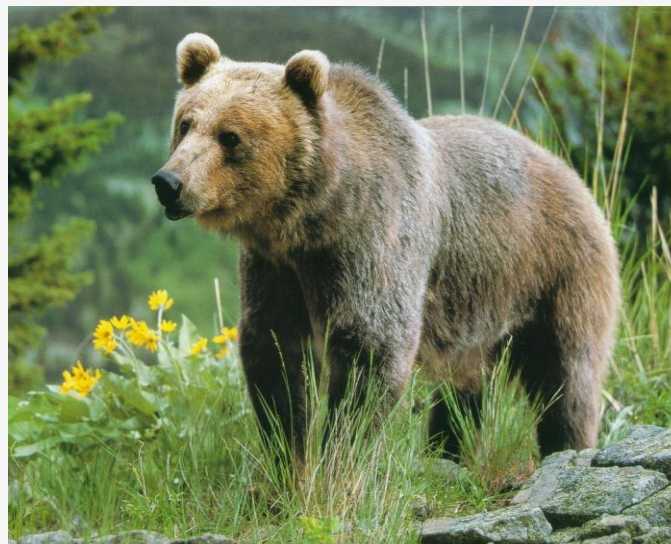




Сверху украшаем орехами, малиной, зеленью.  
Кружки апельсина используем в качестве крышки,  
в центр вставляем кусочек перца,  
чтобы получилась ручка у крышки.



Я думаю Мишке  
понравится!!!



**Приятного  
аппетита!**

▣ Наши координаты:

г. Екатеринбург, ул. Новоспасская, 18

тел.: (343) 2565072, (343) 2165478

эл. адрес: [dou358@yandex.ru](mailto:dou358@yandex.ru)

Воспитатель: Боровик Т.Н.