

Salată

Salatele sunt un grup de plante care au multe multe legume, dar și fructe precum pomul roșu.



Roșiile sunt foarte bogate în vitamina C. Sunt deosebit de sănătoase și sunt foarte utile în dieta copiilor.



Ardeiul este un fruct de fapt. Originar din America de Sud, a fost adus în Europa de exploratorii spanoli și portughezi.



Vinetele sunt fructele plantelor cu ardei. Sunt foarte bogate în vitamina B și pot să ajute la digestie.



Cartofii sunt fructele plantelor care sunt foarte bogate în vitamina C și pot să ajute la digestie.

Cucurbitacee și Papilionacee

Cucurbitaceele sunt plante cu fructe de diferite forme și culori. Papilionaceele au flori cu petalele asemănătoare unei flori.



Dozatorul este fructul alungit, verde și are un gust amar. Face parte din familia cucurbitaceelor și se poate găsi în grădina.



Coaja fructului de castroavei conține vitamina C, o substanță amară, care să ajute la digestie și să ajute la sănătate.



Boabele de mazăre sunt, de fapt, semințele plantelor, închise în pășă. Mazărea e originară din Asia, dar o cultivăm și românii.



Pășălele sunt fructele plantelor de fasole și se mănâncă proaspete, verzi. Boabele de fasole sunt semințele, închise în pășă.





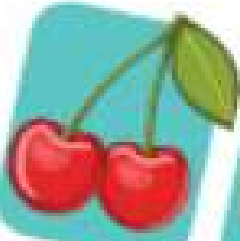




măr



piersică



prună

