

Сказка о том, как  
Варя из детского сада «Рябинка»  
силу богатырскую нашла!



В одном славном городе Екатеринбурге, за высокими домами и широкими проспектами, стоит детский сад. И название у него очень красивое, рябиновое - «Рябинка», под номером 545.

И ходила в этот сад, в подготовительную группу, девочка Варя. Хорошая девочка: добрая, веселая, друзей у нее было много – весь детский сад. Но был у Вари один секрет - уж очень она не любила кушать в садике. Особенно всё полезное!

Компот пила, а пенку от молока оставляла. Котлету съедала, а лучок из супа вылавливала и прятала в салфетку. Морковку в запеканке считала своим главным врагом, а капусту в борще - невкууусной.



И вот однажды в детском саду «Рябинка» объявили большой праздник - конкурс «Богатырская сила». Дети из всех групп должны были соревноваться: кто быстрее пробежит, кто дальше прыгнет, кто выше подбросит мяч. А победитель получит главный приз - корзину волшебных наливных яблочек из сада.

Варе очень захотелось получить эти яблочки. Она девочка шустрая и в первый день соревнований очень старалась. Но на середине дистанции вдруг почувствовала, что её ноги стали ватными, руки ослабли... Она прибежала последней и горько заплакала.

Вечером дома Варе долго не спалось. Она ворочалась в своей кровати, как вдруг увидела, что дверца холодильника на кухне тихонько приоткрылась. Оттуда вырвался яркий свет, и на пороге Вариной комнаты появились... Овощи!

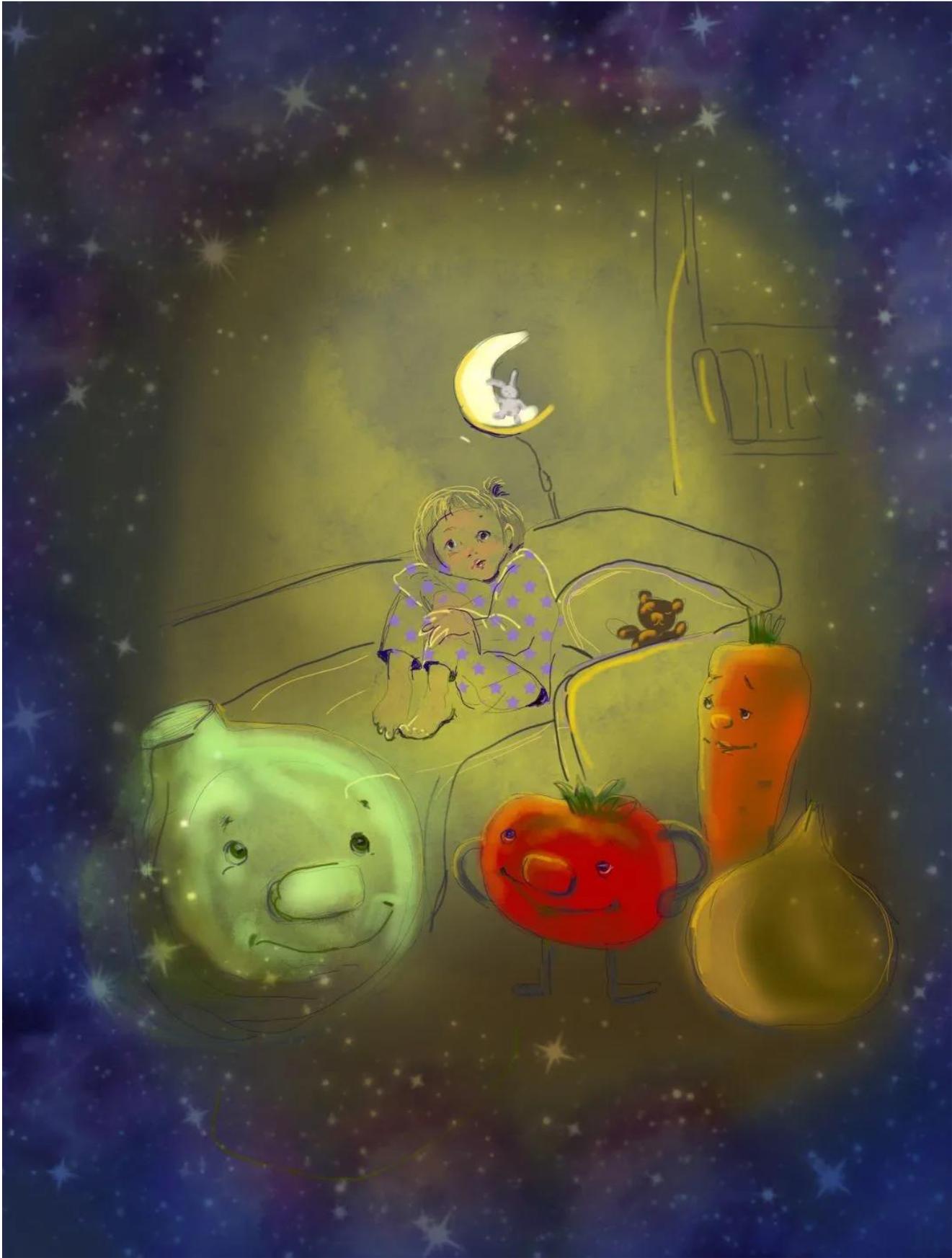
Впереди важно вышагивал господин Помидор в красном кафтане.

- Это она нас не ест? - спросил он скрипучим голосом.

- Она самая, - печально кивнула Морковка в оранжевом сарафане. - Из-за неё я вчера в супе утонула и на дне осталась.

- А меня и вовсе в салфетку завернули! - возмутился Лучок в золотистой шелухе. - А я, между прочим, от семи недугов лечу!

Овощи окружили Варину кровать.



- Не плачь, Варя, - сказала вдруг самая скромная Капуста.  
- Мы не со злом пришли. Мы пришли тебе помочь.

- Помочь? - удивилась Варя. - Как вы можете помочь, если я даже прыгнуть далеко не смогла?

- А знаешь ли ты, - важно начал Помидор, - что во мне, Помидоре, живут витамины бодрости? Кто меня съест - тот веселым станет и румяным!

- А во мне, - подхватила Морковка, - витамин роста! Кто меня грызет, тот быстро бегает и высоко прыгает. Где это видано, чтобы богатыри без морковки обходились?

- А мы с братцем Чесноком, - встрял Лучок, - злых микробов из организма гоним. Мы - защитники!

- А я, - прошелестела Капуста, - силу даю и ум проясняю. Не зря меня в щи кладут да в салаты.

Варя слушала и ушам своим не верила.

- Так это выходит, не просто так вы в тарелке лежите? Вы - моя сила?

- Конечно! - хором ответили овощи. - Мы - твои верные друзья! Но дружбу нужно заслужить. Подружишься с нами - мы тебе силушку богатырскую и подарим.

Наутро Варя снова пришла в садик. На завтрак давали овсяную кашу с кусочками яблока и какао. Варя всё съела дочиста. В обед она честно съела весь суп, не вылавливая лучок, и с удовольствием захрустела салатом из свежей капусты и морковки.

И случилось чудо! К концу недели Варя почувствовала, что стала сильнее. Щечки её налились румянцем, как у того самого Помидора, глаза заблестели.

Наступил финал соревнований «Богатырская сила». Варя вышла на старт. Она прыгнула в длину дальше всех в группе! Она пробежала быстрее всех! А когда подбросила мяч, он взлетел выше крыльца и чуть не зацепился за ветку настоящей рябины, что росла у садика.

Все дети и воспитатели ахнули. А заведующая детским садом, Елена Владимировна, вручила Варю ту самую корзину с наливными яблочками.

- Варенька, - спросила заведующая, - как тебе удалось стать такой сильной?

Варя улыбнулась, посмотрела на тарелку с овощным гарниром, которая стояла на столе, и сказала:

- А это всё мои друзья-овоци. Они теперь всегда со мной. В каждом супе, в каждом салате. Кто с овощами дружит, у того силы хоть отбавляй!

С тех пор в детском саду «Рябинка» все ребята знают: чтобы вырасти здоровыми, сильными и умными, нужно кушать всё, что дают повара. Ведь в каждой ложке - богатырская сила!

