**ПАСЛОВІЦЫ І ПАГАВОРКІ ПРА ЯДУ**

1. Першы блін сабаку.

2. Не жуй, не глытай, толькі бровы падымай.

3. На вуснах мёд, а на сэрцы лёд.

4. Пакласці зубы на паліцу.

5. Горкім лечаць, а салодкім калечаць.

6. Хлеб – соль еш, а праўду рэж.

7. Голад і ваўка з лесу гоніць.

8. Галодны, як воўк.

9. Голад не цётка, піражкі ня падсуне.

10. Млын моцны вадой, а чалавек ежай.

11. Салодкага ўволю не наясіся.

12. Натшча і песня не спяваецца.

13. Часнок ды рэдзька, цыбуля ды капуста ліха не дапусцяць.

14. Грачаная каша сама сябе хваліць.

15. Кашу маслам не спорціш.

16. Дзе цвет там і мёд.

17. Рот павінен рукам дзякаваць.

18. Хлеб свежы добры да ежы.

19. Без солі, ды без хлеба - худая бяседа.

20. Якая хада, такая і яда.

21. Калі хлеб у возе, то няма бяды ў дарозе.

22. Капуста ды каша - ежа наша.

29. Памаўчы, язычок, калі ясі,

А не памаўчыш – трасцу з’ясі.

30. Галоднай курцы зярнятка на думцы.

31. Гора было ваша,

Што перапрэўшая была каша, -

Цяпер бы з’елі і такой,

Да няма ніякой.

32. Без капусты жываты пусты.

33. Пераборны заўсёды галодны.

34. Хто бульбы не з’еў, той галодны чалавек.

35. Якая яда, такая і хада.

36. Хлеб у доме – гаспадар, на працы – друг, у дарозе – таварыш.

37. Вялікі кусок дзярэ раток.

38. Госць не дзьміся – еш, што ў місе.

39. Чалавек галодны – ні на што не годны.

40. Адзін з’еш хоць вала –

Адна хвала,

А як станеш з людзьмі есць –

Будзеш мець чэсць.

41. На смачны кусочак знойдзецца раточак.

42. Калі на стале гусь і парася, то работа хараша.

43. Дзе каша і аладка, там будзе і грамадка.

44. Не дораг абед, а дораг прывет.

45. Калі хлеб у возе, то няма бяды ў дарозе.

46. Кашы маслам не сапсуеш.

47. Смачна было, ды блізка дно.

48. Бульба – хлебу падмога.

49. Як зварыш, так і з’ясі.

50. Будзе час – будзе і квас, не ўсё за раз.

51. Запас бяды не чыніць.

52. Без хлеба яда – да парога хада.

Выкарыстаная літаратура:

1. Болбат, Н.Г. Дашкольнікам аб культуры харчавання: практычны дапаможнік выхавацелям УДА / Н.Г. Болбат. -- Мінск: абл. ІРА, 2014