

КУДА ДЕВАЕТСЯ ЕДА

Серёжа обедает. Перед ним на столе шоколадная конфета, он всё время поглядывает на неё — уж больно хочется её съесть! Но Серёжа знает, что сначала надо доесть всё, что в тарелке, — это полезные продукты, которые помогут ему расти и быть сильным. И только потом можно будет взяться за конфету. В тарелке гречневая каша, куриное мясо и овощной салатик. Серёжа знает, что есть надо спокойно. Нельзя торопиться, отвлекаться, нельзя разговаривать во время еды. А перед тем, как сесть за стол, нужно обязательно вымыть руки.

Серёжа ест и думает: «Интересно, а куда девается еда, которую я съел?» Он задаёт этот вопрос маме, и она обещает рассказать об этом после обеда.

Ну вот, Серёжа доел, и мама объясняет:

— Представим себе, что ты ешь яблоко. Когда ты откусываешь его часть, она сначала попадает в рот. Слюна делает яблоко мягче, зубы измельчают его на мелкие кусочки. Теперь можно глотать. Ты глотаешь, и кусочки яблока проходят в пищевод. Пищевод — это такая трубка, по которой еда спускается в желудок. В желудке вырабатывается желудочный сок, который растворяет пищу. Это называется перевариванием. Пища распадается на питательные вещества, которые затем всасываются в кровь и разносятся по организму. Они, как маленькие кирпичики, участвуют в построении различных органов: печени, лёгких, сердца. А остатки еды, которые не нужны, направляются в толстую кишку — это такая трубка, которая выводит неперевавленную пищу через задний проход. Тогда тебе хочется в туалет по-большому. Так ненужные вещества выводятся из организма.

— Ой, мама, я же забыл съесть конфету! — вспоминает Серёжа. Ему было так интересно узнать, куда девается еда, что он даже про конфету забыл. Вот какой любознательный Серёжа!

Он разворачивает обёртку и с удовольствием ест конфету.

— М-м-м! Как вкусно!

Теперь Серёжины руки и губы в шоколаде. Он берёт салфетку и пытается вытереться. Но мама качает головой. Губы по-прежнему в шоколаде. Тогда Серёжа идёт в ванную комнату помыть руки и лицо.

