Северо-Восточное управление

министерства образования и науки Самарской области

Окружной фестиваль исследовательских проектов младших школьников "Первоцвет"

**Секция «Естественнонаучная»**

**«Райский напиток»**

Выполнила: Зарипова Сабина,

ученица 4 класса ГБОУ СОШ

с. Старое Ермаково.

Научный руководитель:

Сагирова Н.Н.,

учитель русского языка и литературы

Похвистнево

2016 год

**Содержание**

1. Выбор темы исследования . ………………. …………………… 3 - 5

2. Введение ……………………………………………………… . 5 - 6

2. 1 Виды чая……………………………………………………... 6 - 9

2. 2 Чай – целитель………………………………………………. 9

2 .3 Мои исследования. Анкетирование ……………................ 10

2. 4 Результаты исследований. Эксперименты…………............ 10

2. 5 Рекомендации. Травяной чай …….………………………. 11

2.6 Чайная традиция татар ……………………………………… 11-12

Заключение ……………………………………………………. 16

Приложение …………………………………………………….. 17 -19

Литература …………………………………………………….. 20



На Руси один зарок,

Кроме всякой пищи,

Утром чай, в обед чаёк,

Вечером – чаище!

I**. Выбор темы исследования.**

В моей семье очень часто пьют чай. Мы пьём чай каждый день, в день по нескольку раз. Употребляя чай ежедневно, почти ничего не знаем о нем. Чай — это прекрасный, полезный, волшебный напиток, который утоляет жажду, снимает усталость, придает бодрость, поднимает настроение. Для нас он также необходим и не заменим, как хлеб. И меня заинтересовал вопрос: почему многие люди с удовольствием пьют этот напиток, в чём секрет? Так возникла тема для исследования «Райский напиток». Я выбрала эту тему, потому что она мне очень близка. Я выяснила, что это короткое слово «чай» скрывает в себе много интересного. Эта информация представлена в моей исследовательской работе.

**II. Актуальность проекта:**

Мы гостей встречаем.

Чаем, чаем, чаем!

Первым делом угощаем.

Чаем, чаем, чаем!

Приглашаем к самовару.

С чаем, с чаем, с чаем.

Пейте чай, друзья , всегда

Чай, чай, чай.

За тысячелетия чай прошёл длинный путь – от предмета роскоши до самого волшебного, райского напитка в мире. Мы не раз видели, как готовят его: заливают кипятком сухие листики. Вряд ли есть среди нас человек, который никогда не пил чай. Чай пьют во всех частях света. Для чего мы пьём чай и всегда ли это полезно?

**III. Цель проекта**

Поэтому **цель** моей работы: выявить значение чая для человека и найти рецепты повышения здоровья при помощи этого напитка.

**IV. Задачи исследования**

1. Узнать историю появления чая.

2. Узнать разновидности чая.

3. Выяснить влияние чая на организм человека.

4. Провести анкетирование среди учащихся ГБОУ СОШ с. Старое Ермаково и выяснить:

а) каково отношение школьников к чаю;

б) какой вид чая они предпочитают.

5. По данным вопросам анкеты провести анкетирование среди одноклассников, взрослых (учителей, работников школы, родителей).

6. Сравнить полученные результаты.

7. Предложить свои способы приготовления чая.

8. Познакомиться с национальными традициями употребления чая татар.

9. Знакомство с пословицами, поговорками, частушками, песнями о чае.

**V. Гипотеза.** Я считаю, что всякий чай полезен для здоровья человека.

**VI. Объект исследования:**

Объектом моего исследования является напиток – чай.

**VII. Методы исследования.**  Мною использовались следующие методы исследования: анализ, эксперимент, анкетирование, наблюдение, обобщение, сравнение.

**Основополагающий вопрос**:

Что собирает всю семью за столом?

**Проблемный вопрос учебной темы**:

Какой бывает чай?

**Учебные вопросы:**

* Откуда появился чай?
* Виды чая.
* Как пьют чай татары? Чайные традиции татар.
* Какими полезными свойствами обладает чай?
* Как правильно заваривать чай?

VII. **Результатом** моего проекта станет презентация «Райский напиток», буклеты.

**2. Введение**

Что такое чай?

"Чай освежает тело, укрепляет дух, смягчает сердце, пробуждает мысли, прогоняет леность". Восточный философ и врач Ибн Сина. Откуда же взялось слово чай? В древних китайских сочинениях чай именовали «тоу», «тсе», «чунь». Самый благоухающий напиток получается из самых молодых листьев, и к названиям чая прибавили слово «ча», что значит «молодой листок». Известное всем русское слово «чай» произошло от монгольского «цай». Японцы называют чай «тья» или «тя» отсюда английское название «tea».

Русское слово «чай» произошло от китайского и означает «огненный напиток жизни» - **«Райский напиток».**

Чай как напиток имеет свою историю, которая значительно отличается от истории его распространения как растения. Самые ранние источники описывают включение чая в состав мазей, эликсиров и прочих лекарственных препаратов. Когда чай стал использоваться как самостоятельный напиток, и по какому рецепту он приготовлялся, точно неизвестно. Есть основания предполагать, что изначально чайные листья заваривали в воде с солью, маслом и, возможно, какими-либо еще добавками. С древности и до наших дней человечество признает благотворное действие чая на организм. В книге "Махзан-аль-Адвия" ("Сокровищница лекарств") приведены слова таджикского врача XVIII века о том, что чай "укрепляет силы организма и дух, возбуждает, повышает настроение».

Появление чая окутано множеством легенд. По одной из них, открытие этого напитка принадлежит прославленному императору Шэнь Нуну (ок. 2737-2697 гг. до н. э.), который в китайской традиции также является богом — покровителем медицины. Однажды, прогуливаясь по своим бескрайним владениям, Шэнь Нун долго плутал среди неприступных горных вершин. Истомившись от жажды, он присел отдохнуть возле небольшого деревца, листья которого источали чудесный аромат. Внезапно подул сильный ветер, и с ветви деревца сорвался молодой листочек, который плавно опустился прямо в чашу с чистой родниковой водой. Попробовав получившийся настой, император, был восхищён его нежно-зелёным цветом, удивительным вкусом и необычайно приятным ароматом. Сделав несколько глотков, он сразу ощутил прилив сил.

В настоящее время, по единодушному мнению ученых, родиной чайного растения следует считать Китай. Чай – растение долговечное, живет и плодоносит 100 и более лет.

В Европу чай завезли в 1517 г. португальские моряки, но как напиток он получил распространение только в XVIII в. В Россию чай попал из Азии совершенно самостоятельно, независимо от Западной Европы, через Сибирь.

**2.1 Виды чая**

Я решила узнать, а какой бывает чай? Оказывается, существует несколько его видов. Листья чайного дерева используются для производства чая.

Это вечнозеленое растение с блестящими зубчатыми темно–зелеными и упругими, будто кожаными листьями. Для получения высококачественного сорта чая используют первые два верхних листа и почки (нераспустившиеся листы).  
Чай различают по цвету:

• белый;  
• жёлтый  
• черный;  
• зеленый;  
• красный (каркаде).

Самыми дорогостоящими являются желтые и белые чаи.   
 Самое странное то, что все сорта чая (и зелёный, и чёрный, и жёлтый, и драгоценный белый) делаются из совершенно одинаковых чайных листьев. Суть — в приготовлении. Белый чай производят из самых нежных молодых листочков (видимо, этим и определяется его цена), зелёный — просто высушенные и скрученные листья. А чёрный, красный и прочие сорта делают дряблыми. В зелёном чае значительно больше витамина C, фосфора и калия.

**Зеленый чай**

Особой пользой и неисчерпаемой целительной энергией обладает зелёный чай. Среди растений зелёный чай не знает конкуренции по содержанию витамина Р, который усиливает действие витамина С. Самого витамина С в зелёном чае больше в несколько раз, чем в апельсинах и лимонах.

Доказано, что он нейтрализует вредное воздействие излучения от телевизора и компьютера. Зелёный чай не рекомендуют смешивать с лимоном, молоком, сахаром, добавками трав.  
Полезные свойства **зеленого чая:**

\* Зеленый чай успокаивающе действует на сосудистую систему, снимает спазмы, расширяет сосуды и, тем самым, облегчает процесс кровообращения. Людям, страдающим гипертонией, в жаркое время года вместо воды лучше пить слабый зеленый чай.

\* Отвар зеленого чая лечит дизентерию, брюшной тиф. Это прекрасное профилактическое средство от образования камней в мочевом пузыре, в почках, в печени.

\* Зеленый чай благоприятно действуют на пищеварение, способен связывать и выводить из организма вредные вещества.

\* Зеленый чай хорошо снимает утомление и головную боль, в течение шести часов поддерживает активную работу мозга, сосудов, органов дыхания.

\* Зеленый чай содержит в несколько раз больше биологически активных веществ, чем черный чай.

\* Он обладает антимикробными, противоопухолевыми, противолучевыми (против радиации) свойствами.

**Черный чай.**

Бытует мнение, что черный чай полезен наименее всего и не обладает, какими бы то ни было, лечебными свойствами. Некоторые считают, что черный чай препятствует нормальной работе кишечника, способствуя запорам. Однако черный чай является бодрящим напитком. Причем, чайный кофеин бодрит гораздо дольше, чем, например, из кофе. И помимо ободряющего свойства черный чай еще и успокаивает.

**Красный чай**

Высококачественный красный чай производится только в Китае или Тайване. В европейском понимании красный чай – это тот же черный с особым привкусом. Однако в Китае, красный чай – это отдельный вид чая, не имеющий с черным ничего общего. Красный чай признан исследователями лучшим среди других чаев, повышающих иммунитет. Рекомендуется женщинам и людям пожилого возраста, способствует долголетию. Является прекрасным мочегонным средством.

**Белый чай**

Белый чай еще называют «эликсиром бессмертия». Также как и красный, белый чай выращивают лишь в двух местах – в китайской провинции Фуцзянь и в горах острова Шри-Ланка. Это, пожалуй, самый «капризный» из всех чаев. Белый чай очень сложно хранить и транспортировать, у него небольшой срок годности. Собирать белый чай можно только два месяца в году – в апреле и сентябре и только рано утром, так как именно в это время в нем содержится максимальное количество витаминов. Вся сложность производства белого чая компенсируется его полезными свойствами. Белый чай повышает свертываемость крови и способствует заживлению ран. Он также препятствует развитию различных заболеваний, раковых опухолей и кариеса. Белый чай богат витаминами, обладающими антивирусными свойствами, защищает от бактерий, предотвращает появление опухолей. Самое интересное, что белый чай нельзя заваривать горячей водой, иначе все его полезные свойства теряют свой целебный эффект.

Существует несколько сортов белого чая: белый пион, зеленый снег, серебряные иглы и другие.

**2.2** **Чай - целитель**  
С древности и до наших дней человечество признает благотворное действие чая на организм. Древние китайцы называли чай «огнем жизни».

* чай укрепляет силы организма и дух;
* возбуждает;
* повышает настроение;
* укрепляет желудок;
* чаепитие способствует очищению крови;
* очищает слизистую оболочку глаз;
* снимает сонливость и вялость;
* оживляет мышцы тела;
* чай оказывает тонизирующее действие на организм человека, усиливает жизненные функции, прекрасно утоляет жажду;
* он позволяет человеку длительное время переносить отсутствие пищи, поэтому чай – незаменимый спутник путешественников, геологов, моряков.

Лев Толстой говорил о чае: "Я должен был пить много чая, ибо без него не мог работать. Чай высвобождает те возможности, которые дремлют в глубине моей души".  
 Чай является уникальным растением, несущим в себе огромный спектр различных веществ, оказывающих при правильном употреблении благоприятное действие на организм человека.

**2. 3 Мои исследования.**

Мне было интересно, как относятся к чаю мои одноклассники и преподаватели.Мною было опрошено 20 учащихся и 20 взрослых. Для обследования я составила анкету (Приложение 1)Таким образом, проанализировав анкеты учащихся и педагогов, я выяснила,

что 52%считают своим любимым напитком чай,

Чёрный чай предпочитают—60%

Зелёный—8%

Считаютчайполезным—92%.

**2. 4 Результаты деятельности**

**Эксперименты :**  Поскольку моя бабушка страдает пониженным артериальным давлением, которое сопровождается головной болью, слабостью, то возможно, улучшить её состояние может чашка свежезаваренного черного чая. А как нам, известно, кофеин, содержащийся в чае, возбуждает сердечную деятельность, то я решила провести следующий эксперимент. Измерила давление бабушки до и после употребления черного чая.

В результате исследования я получила: первоначальное давление составило 117 на 70, а давление, измеренное после выпитого черного чая, составило 120 на 74. Давление в результате повысилось, хотя и незначительно. Вывод: следовательно, выпив чашку черного чая можно повысить пониженное давление, тем самым улучшить состояние здоровья. Значит, бабушке чашка черного чая никак не повредит, а напротив, улучшит ее самочувствие.

**А вот болезни, которые мы лечим в семье при помощи чая:**

**1. Очищение крови**

Чай улучшает состав крови, увеличивает в ней количество красных телец. Он также активизирует деятельность печени и селезёнки, обогащая через них кровь витаминами. Кроме того, он очищает кровь от вредных веществ.

**2.Сохранение зубов**

Чтобы сохранить зубы здоровыми, спасти их от кариеса, мы каждый день прополаскиваем рот чаем. Содержащиеся в нем вещества подавляют рост бактерий в зубном налёте, а также уменьшает выработку кислоты, которая отрицательно действует на эмаль. При чем эффективен не только зелёный чай, но и черный.

В чае много полезного для зубов фтора, а в сочетании с молоком – ещё и кальция, укрепляющего зубы. По мнению стоматологов, чай способствует укреплению зубов.

**3. Борется с ангиной**

Если вы не поленитесь и возьмёте за правило несколько раз в неделю полоскать крепким чаем горло, то очистите свои миндалины от налёта и микробов, тем самым избавитесь и от хронической ангины.

**4. Спасает кости**

Люди , выпивающие хотя бы одну чашку чая в день, имеют гораздо прочные кости, чем те, кто совсем не пьёт чай.

**2. 5 Рекомендации: Травяной чай**

Очень часто бабушка заваривает нам настой из трав, особенно когда мы болеем, и называет его чаем. Он вкусный, полезный и дешевый. Тогда я задала себе вопрос: где и какие растения берет бабушка для такого чая? За ответом, конечно же, обратилась к бабушке. Оказывается, существует большая группа напитков травяных, ягодных, цветочных настоев, завариваемых листьев других деревьев, которые традиционно называют чаями, хотя они не содержат собственно листов чайного дерева. Мы с бабушкой каждый год собираем лесные травы для приготовления полезного чая. Мы собираем душицу, зверобой, чабрец, мать и мачеху. Потом сушим эти травы в тени, и мы с удовольствием пьём из них травяной чай.

**Приложение № 3** **Правила употребления черного чая.**

**Приложение № 4** **Правила заваривания черного чая.**

**Приложение № 5** **Лечебные свойства чая**

**Приложение № 6** **Рецепт приготовления травяного чая**

**2. 6** А сейчас я хочу представить вам **чайную традицию татар**, а именно рассказать вам о чае и татарском чаепитии.  
 В дом, где живут татары, в который вы пришли, в качестве особого внимания, уважения и дружеского отношения вам обязательно предложат чашку чая.   
 **Чэй эчу** – так называют татары  чаепитие.  
 Чай… Едва ли среди татар найдется человек, не знакомый с этим традиционным, привычным напитком, почитаемый и взрослыми, и детьми. Во все времена года – в стужу ли лютую, в зной ли нестерпимый – не обходятся у нас без чашки ароматного чая, смягчающего сердце, снимающего усталость и прогоняющего лень.  
Чай для татар – излюбленный национальный напиток. Редко какая беседа у татар без ароматного чая – необходимого народного ритуала. Есть и свои излюбленные сорта чая («Рахмат»). Для чаепития у татар используются специальные маленькие чашечки – чынаяк, с блюдцами. Подаются к столу и чайные ложки. Молоко подается в чашке. Заваривается крепкий черный чай с сухофруктами (чернослив, курага, лимон).  
Подают напиток с сахаром, пастилой, лимоном, молоком, медом. Готовят к чаю различные лакомства из муки: чак-чак, баурсак, пироги.  
Чай обычно наливает хозяин и, спросив о согласии, сам же наливает молоко. Пища к чаю подается в тарелках. Сахар и мед в специальных посудах. Чай заваривается очень крепкий, и его держат все время над самоваром.

В настоящее время, так же как и в старину, татары чай пьют пиалами из больших самоваров. Самовару на домашнем столе отводят самое почетное место.   
Но у народного обычая – чаепития – нет старости, и не теряют своей свежести татарские пословицы.  
**Татарские пословицы и поговорки про чаепитие**:

Чай жевать не надо!   
После чая сахар не приносят!   
Научились пить чай – позабыли пряжу!   
После чая на душе лето!   
Чаем не насытишься, но душу помоешь, жажду утолишь.  
 Чайных чашек три, а сила за троих.

Если татарин ничем не занят – то он обязательно пойдет пить чай.

Не спеши пить чай – язык обожжешь.   
Количество еды, съеденной гостем, отражает силу его привязанности к хозяину.   
Сладко поели - сладко поговорили.

Попей чайку, позабудешь тоску.

Я подобрала пословицы и поговорки о чае.

**Приложение № 7** **Пословицы , поговорки, загадки о чае**

**Заключение.**

При изучении научной и художественной литературы я выяснила, что чай находится на первом месте в рейтинге среди напитков: чай, кофе, соки, минеральная вода, какао. Во время выполнения работы мною было получено много полезной и интересной информации о чае. История появления чая очень занимательна и интересна. Чай положительно действует не только на нервную систему, но и на мышечную систему – снимает сонливость и усталость, повышает общую работоспособность, стимулирует сердечную деятельность. Взрослые и дети употребляют черный чай, но полезным для организма считают травяной, который обладает целебными свойствами. Я научилась правильно заваривать чай. В нашей семье чай сближает всех членов моей семьи. Мы собираемся за столом, завариваем свой любимый чай, нам интересно и весело, мы так любим пить чай вместе.

**Поистине, чай – райский напиток.**

Чай горячий, ароматный, и на вкус весьма приятный, От недуга исцеляет и усталость прогоняет, Силы новые дает и друзей за стол зовет, С благодарностью весь мир славит чудо-эликсир!

**Приятного Вам чаепития!**

**Литература**

1. Выпей чайку, забудешь тоску. Издательство: Тончу, 2006 г. 2. Интернет-ресурсы 3. Похлебкин В. В. Чай. Издательство: Центрполиграф, 2009 г.

4. У самовара я и моя семья. О.А. Мельник. Педсовет №6, 2006. 5. Семенов В. М. Все о чае и чаепитии. Новейшая чайная энциклопедия. Издательства: Флинта, Наука, 2006 г.

**Приложение 1**

**АНКЕТА**

* Напишите, какой напиток ваш самый любимый?
* Любите ли вы чай?
* Какой чай вы предпочитаете?
* Считаете ли вы чай полезным напитком?

**Приложение № 2** **Бабушкин чай**

Приготовление травяного чая 1 шаг - Засыпать щепотку высушенных трав в термос. 2 шаг - Залить кипятком.

3 шаг –Настоять чай несколько часов.  **Приложение № 3**

**Правила заваривания черного чая.**

1. Прогреть заварочный чайник. 2. Засыпать в него заварку. 3. Залить ее кипятком, примерно до 1/3 чайника. 4. Накрыть чайник тканью на 1-2 минуты. 5. Долить кипятка до 3/4 чайника. 6. Заваривать еще 5 – 10 минут.

**Приложение № 4**

**Правила употребления черного чая.**

* Не пить чай натощак – это может быть вредно для пищеварительной системы.
* Не пить слишком горячий или слишком холодный чай. Горячим можно обжечься, а от холодного банально застудить горло.
* Не пить чересчур крепкий чай. Высокая концентрация кофеина в таком напитке плохо влияет на самочувствие человека. Особенно, не рекомендуется пить крепкий чай людям, страдающим гипертонией, глаукомой, при обострении язвы желудка.
* Не заваривать чай слишком долго – это ухудшает его вкусовые и питательные качества.
* Не запивать чаем лекарства, так как они могут плохо усваиваться.
* Лекарства вообще лучше всего запивать чистой водой.
* Не заваривать многократно черный чай.
* Не пить вчерашний чай – он не только не содержит полезных веществ, но и может навредить организму.

**Приложение № 5**

**Лечебные свойства чая**

\* Крепкий чай действует как хорошее средство при расстройствах желудка.

\* Очень крепкий и сладкий горячий чай с молоком – противоядие при отравлениях лечебными препаратами.

\* Крепкий сладкий горячий чай хорошо снимает головную боль, вызванную утомлением.

\* Сухой чай можно жевать (но не глотать) при тошноте, особенно беременным в период токсикоза.

\* Теплый чай с лимоном и черным перцем (на кончике ножа) – потогонное и мочегонное средство.

\* При язве желудка заваривают зеленый чай с 5–7 перегородками грецкого ореха на стакан воды.

\* При ячмене на глазах тампоны смачивают крепкой заваркой и протирают глаза от внешнего угла к переносице.

**Приложение № 6**

**Рецепт приготовления травяного чая**

Готовится травяной чай просто: в термос или заварочный чайник засыпают щепотку высушенных трав, каждого компонента должно быть чуть-чуть. Сухая смесь заливается кипятком и настаивается несколько часов в термосе. Можно также травы добавлять и в черный или зеленый чай. Этот напиток будет значительно ближе к чаю, чем отвар. Чай заваривают как обычно, но в заварочный чайник добавляют различные травы и сушеные плоды. Например, летом к черному чаю, добавляем листья черной смородины, мяты, мелиссы , от этого чай делается вкуснее и ароматнее.

Если выбирать между чаем в пакетике и сушеной травой, которую надо заваривать в чайнике, предпочтение лучше отдать травяной. К тому же травяной чай дешёвый. Употребляйте травяные чаи, это поможет сохранить здоровье на долгие годы.

Чай с брусникой утром пить —

И с морошкой, и с черникой,

И, конечно, с голубикой.

Витамины прямо тут,

С нами рядышком растут!..

**Приложение № 7**

**Пословицы , поговорки, загадки о чае**

**2.7 Пословицы о чае**

Пей чай, не вдавайся в печаль.

Не чаем единым сыт человек.

Чай не пить, так на свете не жить.

Самовар кипит, уходить не велит.

Я сижу, чай пью – и ты заходи, чай пей!

Чай должен быть, как женский поцелуй – крепкий, горячий и сладкий!

Где есть чай, там и под елью рай.

Не ленись, а отличай, где солома, а где чай!

Чаем на Руси никто не подавился!

Чай у нас китайский, сахарок хозяйский.

Чай пить, приятно жить.   
С чая лиха не бывает.

Выпей чайку — забудешь тоску.

Пей чай — удовольствие получай.

За чаем не скучаем — по семь чашек выпиваем.

Чай пить — не дрова рубить.

Чай не пьешь — откуда силу возьмешь?

Чай пьешь — до ста лет проживешь.

Чай крепче, если он с добрым другом разделен.

Чай не пил — какая сила, чай попил — совсем устал.

В хорошей посуде и чай вкуснее.

Выпьешь чаю — прибавятся силы.

Не спеши пить чай — язык обожжёшь.

Коль чаем угощают, значит уважают.

**Частушки про чай**

На столе у нас пирог,

Пышки и ватрушки,

Так споём же под чаёк

Чайные частушки.

Подавай мне чашку чая,

Ведь люблю я русский чай.

В чае я души не чаю

Наливай горячий чай.

Самовар поёт, гудит,

Только с виду он сердит.

К потолку пускает пар

Наш красавец самовар.

Лучше доктора любого

Лечит скуку и тоску

Чашка вкусного, крутого

Самоварного чайку!

Самовар пыхтит, искрится

Щедрый, круглый, золотой.

Озаряет наши лица

Он своею добротой.

**Чайные загадки**

Стоит толстячок, подбоченивши бочок,

Шипит и кипит, всем чай пить велит. (Самовар)

На голове — пуговица, одна рука — и та на спине. (Чайник)

Сверху – дыра, снизу – дыра,

А посередине – огонь да вода.

Никогда не ест, а только пьёт,

А как зашумит – всех приманит. (Самовар).

В брюхе – баня,

В носу - решето,

На голове – пупок,

Всего одна рука

И та на спине. (чайник).

Бел, как снег,

В чести у всех.

В рот попал –

Там и пропал. (сахар).

Что на сковородку наливают,

Вчетверо сгибают,

Да в сметану макают? (блин).

Сверху дыра,

Снизу дыра,

А посередине –

Огонь да вода. (самовар)

Ножек четыре,

Шляпок одна.

Нужен, коль станет

Чаёвничать вся семья. (стол).

Маленькое, сдобное

Колесо съедобное.

Я одна тебя не съем,

Разделю ребяткам всем. (бублик).

Цветом жёлт и ароматен.

В чай кладут и чай приятен.

Только очень кислый он.

А зовут его … (лимон).