

С  
А-45

Шахло Алавова

# МАНТЫ БЫВАЮТ РАЗНЫМИ!



Шахло Алавова

# МАНТЫ БЫВАЮТ РАЗНЫМИ!



иллюстратор  
Нурланбек Токтали уулу

РВДЮ им. К. Баяликова  
БАЛАЛЫК

БИШКЕК 2022

Адыргыз Республикасынын  
КИТЕП ПАЛАТАСЫ

УДК 821.51-93

ББК 83.84

А 45

**Алавова Ш.**

**А 45** «Манты бывают разными» / Токтали уулу Н.,-Б.: «Имак офсет», 2022. 16 с.

**ISBN 978-9967-491-08-3**

Copyright © 2021, Эта работа лицензирована по международной лицензии Creative Commons Attribution 4.0. (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)



<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Вы можете использовать эту работу в коммерческих целях. Вы можете адаптировать эту работу и вносить в нее изменения. Вы должны сохранять авторские права авторов, иллюстраторов и т.д

Created with  Bloom

**ISBN 978-9967-491-08-3**

**УДК 821.51-93**

**ББК 83.84**

РБДЮ им. К. Баялинова  
ИНВ № 331257/8

© Алавова Ш.

У нас в семье есть традиция: каждое воскресенье мы готовим манты. Мама делает тесто. Папа рубит мясо на фарш. Мы с сестрой и младшим братиком всегда помогаем лепить манты. Мама умеет лепить манты в виде розочек или косичек!



Мама зовёт. Ура! Манты готовы!  
Вот они. У меня текут слюнки.  
За столом разговоры прекращаются. Слышно  
только «ням-ням-ням».



В понедельник на уроке учительница рассказала нам о правильном питании. Рацион, то есть то, что мы едим, должен включать овощи, фрукты, зелень, орехи, рыбу.



Я подумала: «Почему мы редко покупаем такие продукты? Я тоже хочу правильно питаться!»



Дома я рассказала о правильном питании сестре, братику и папе. Сестра фыркнула и напомнила мне, что не любит шпинат. Младший братик терпеть не может сельдерей. Папа сказал, что правильно питаться дорого.

Что-то никто не проявил энтузиазма.

Но я очень хочу, чтобы моя семья полезно питалась.

Мы будем здоровее, красивее и умнее. Кто знает, может, я стану выше всех в классе? Может быть, понравлюсь кое-кому в классе?

Хм...Что же придумать?



Кажется, придумала. У меня есть план!

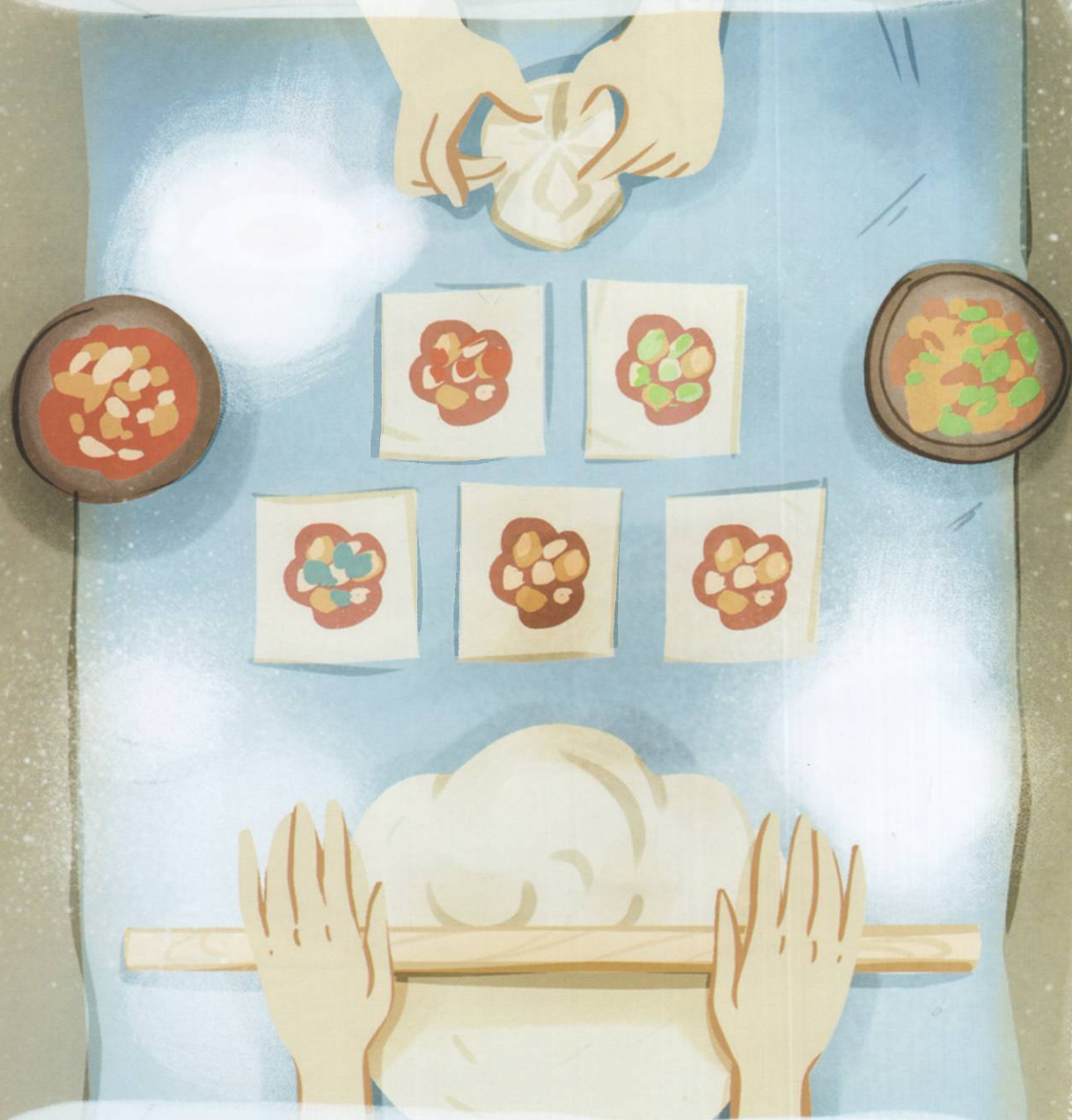
Я уговорила папу взять меня с собой на базар. Мы купили всё, что было в моём полезном списке.

По дороге домой папа довольно сказал:

– Не так уж и дорого получилось.



О своём секретном плане я поведала только маме. Мы решили приступить к его исполнению в воскресенье.



Наступил долгожданный день. Мы готовили суперманты. Мама поделила мясной фарш на пять частей. В каждую мы добавили разных овощей.

И у нас получилось пять видов мантов: с тыквой, брокколи, шпинатом, морковью, кабачками.

Ещё мы приготовили соус из помидоров, чеснока и сельдерея.



Наконец, вся семья собралась за столом.  
Никто, кроме нас с мамой, не знал, что манты  
будут необычные.



Мы подали манты на стол. Все принялись за трапезу.

Слышно снова «ням-ням-ням».

Вот братик попросил добавки.

Папа, довольный, пьёт чай.



– Ма-а-а-м, так вкусно, – воскликнула моя сестра. – Прямо не могу остановиться!

– Если бы мне сказали, что моя сестра будет так уплетать шпинат, я бы ни за что не поверила, – улыбнулась я.

Сестра вопросительно взглянула на меня.



– Посмотри внимательнее, что там в начинке, – попросила мама.

Моя сестра послушно открыла манты и увидела шпинат.



– Ну, в таком исполнении я готова есть хоть шпинат, хоть брокколи! – радостно пошутила сестра.

Папа воскликнул:

– А чай-то какой вкусный!

И спросил:

– В него вы шпинат добавили?

Все дружно засмеялись.



Вот здорово! Мой план сработал! Даже моему братику понравилась приправа с сельдереем.

Завтра угощу одноклассников и учительницу. Спасибо ей за ценный урок.

Питаться полезно и вкусно может каждый!  
Попробуй и ты! Добавь в своё любимое  
блюдо зелени, придумай свой салат.  
Приятного аппетита!





**USAID**  
ОТ АМЕРИКАНСКОГО НАРОДА



МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Публикация данной книги стала возможной благодаря помощи Американского народа, оказанной через Агентство США по международному развитию (USAID). Содержание книги не обязательно отражает позицию USAID или Правительства США.

*Автор*  
Шахло Алавова  
*Иллюстратор*  
Нурланбек Токтали уулу



Эту и другие книги  
можно прочитать  
в электронной версии,  
отсканировав QR-код.

1 класс	Уровень 1.1
	Уровень 1.2
	Уровень 1.3
2 класс	Уровень 2.1
	Уровень 2.2
3 класс	<b>Уровень 3.1</b>
	Уровень 3.2
4 класс	Уровень 4.1
	Уровень 4.2

Проект USAID “Окуу керемет!”  
Кыргызская Республика