

0+

СВЕТЛАНА ЖУРАВЛЕВА

Истории для тех, кто не хочет есть

СКАЗКИ, КОТОРЫЕ УГОВАРИВАЮТ,
НЕ УГОВАРИВАЯ



Светлана Журавлева
Истории для тех, кто
не хочет есть. Сказки, которые
уговаривают, не уговаривая

<https://litres.ru/74369497>

ISBN 9785006946743

Аннотация

«Истории для тех, кто не хочет есть» — это сборник добрых сказок, которые превращают обед в игру. Вместе с героями ребёнок отправится в путешествие по тарелке, подружится с едой и откроет секрет: чтобы стать сильным, нужно съесть всё до дна. Внутри — творческие задания: нарисуй своего героя каким ты его видишь.

Содержание

От автора	5
Нарисуй	7
Храбрый Котлет и Картофельное Облако	8
Как храбрый Котлет поборол страх и отправился в животик, чтобы стать силой для малыша	8
Нарисуй	11
Как Макароны в догонялки играли	12
История про озорные спагетти, которые наперегонки прыгали в ложку, чтобы устроить праздник в животике	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

**Истории для тех,
кто не хочет есть
Сказки, которые
уговаривают, не уговаривая**

Светлана Журавлева

Иллюстратор Тимофей Денисюк

© Светлана Журавлева, 2026

© Тимофей Денисюк, иллюстрации, 2026

ISBN 978-5-0069-4674-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Дорогие родители и маленькие читатели!

Эта книжка родилась на нашей кухне. За обычным столом, где когда-то тоже разыгрывались настоящие баталии: «ложечку за маму, ложечку за папу», уговоры, хитрости и, честно признаться, моё родительское отчаяние. Мои двое детей, как и многие другие, были теми самыми малоежками, для которых тарелка с супом казалась бескрайним морем, а котлета — непреодолимой скалой.

Я перепробовала всё. Но однажды, глядя, как сын заворожённо слушает сказку на ночь, я поняла: почему бы не рассказывать сказки днём? Про то, что у него в тарелке лежит.

Я стала придумывать истории о храбрых котлетах, которые мечтают стать силой в малышковы ручках, о макаронах, играющих в догонялки, и о молоке, превращающемся в волшебное озеро. И случилось чудо: война с едой закончилась. Обед превратился в игру, а тарелка — в карту приключений.

Эти сказки не уговаривают. Они увлекают. Они шепчут ребёнку на ушко: «Внутри тебя ждёт целая страна, где каждая ложечка дарит силу».

А знаете, что делает эту книжку по-настоящему волшебной? Её нарисовал мой сын Тимофей. Когда я сочиняла эти сказки за обеденным столом, он сидел рядом с цветными ка-

рандашами и вдруг начал переносить героев на бумагу. Так появились его храбрый Котлет, Картофельное Облако, отважные Брокколи и Сырный Месяц. В его рисунках еда ожила по-особенному — с характером, эмоциями и даже секретными улыбками. Я бережно сохранила каждую иллюстрацию, потому что они — доказательство того, что сказка работает: сын не просто слушал, он проживал истории вместе с героями, а потом с удовольствием «встречал» их уже в тарелке. Пусть и ваши маленькие художники дорисовывают свои миры — ведь в этой книжке для них оставлено столько места! Каким ты видишь храброго Котлета? А вдруг Картофельное Облако разноцветное? Бери карандаши, краски или фломастеры и создавай свой собственный мир. Посмотри, похож ли книжный герой на твоего?

Читайте, рисуйте, фантазируйте и отправляйтесь в самое вкусное путешествие — навстречу крепкому здоровью и отличному аппетиту!

С любовью и верой в чудеса,
автор книги

Нарисуй

Как храбрый Котлет и Картофельное Облако летят на ложечке в рот, а вокруг сверкают витаминки-звёздочки.

Храбрый Котлет и Картофельное Облако

**Как храбрый Котлет поборол
страх и отправился в животик,
чтобы стать силой для малыша**



На краю большой белой тарелки, у самой голубой каёмочки, лежал храбрый Котлет. Он был румяный, поджаристый, и внутри у него прятался кусочек сливочного масла, который делал его особенно нежным. Котлет вздыхал так громко, что его вздохи долетали до самого центра тарелки, где расположилось пушистое Картофельное Облако.

— Чего ты вздыхаешь, сосед? — спросило Облако, переваливаясь с боку на бок. Оно было сделано из самого воздушного пюре, с молочной пенкой на макушке.

— Эх, Облачко, — прошептал Котлет. — Лежу я тут и думаю: для чего я родился? Чтобы просто лежать и остывать? Мне говорят, что самое главное путешествие в жизни — это попасть в животик к малышу. Но туда так страшно отправляться!

— А что там? — Облако даже приподнялось от любопытства, чуть не рассыпавшись на картофельные холмики.

— Говорят, там темно и сыро, — вздрогнул Котлет. — Но ещё говорят, что именно там мы превращаемся в силу. Наши мясные соки становятся мускулами, а моя масляная серединка — энергией для прыжков и бега.

Тут на край тарелки опустилась Ложечка. Она была не простая, а серебряная, с цветочками на ручке. Ложечка всегда мечтала стать экскурсоводом и водить путешественников по разным интересным местам.

— Я слышала ваш разговор! — звякнула Ложечка. — Хо-

тите, я проведу вас? Я знаю короткий путь.

Котлет зажмурился. Сердце его (маленькая фрикаделька внутри) забилося чаще.

— А ну, смелее! — подбодрило Облако.

Ложечка поддела Котлета, и он почувствовал, как взлетает. Мимо пронесли края тарелки, потом стол, и вдруг — темнота. Но это была не страшная темнота, а уютный тоннель. Котлет прокатился по мягкой горке — это был язык, который специально выгнулся, чтобы гостям было удобно. Потом он проехал через пещеру с твёрдыми сталактитами — зубами, которые ласково перемололи его и помахали вслед. И наконец — плюх! Он упал в тёплое молочное озеро животика.

Вокруг сразу засветились огоньки. Это витаминки встречали нового жителя.

— Ура! — закричали они хором. — Новый кирпичик прибыл! Теперь у малыша будут сильные ручки, чтобы рисовать, и крепкие ножки, чтобы бегать!

Котлет оглянулся: вокруг было тепло, уютно и совсем не страшно. А через мгновение рядом с ним плюхнулось Картофельное Облако.

— Я тоже захотело! — прошептало оно. — Здесь так хорошо! Теперь мы будем жить тут вместе и делать малыша сильным и весёлым.

Нарисуй

Длинную макаронину Спагеттика, которая съезжает с горки-языка, а за ней по очереди прыгают другие макаронки.

Как Макароны в догонялки играли

**История про озорные
спагетти, которые наперегонки
прыгали в ложку, чтобы
устроить праздник в животике**



В глубокой суповой тарелке, в золотистом курином бульоне, жила-была большая семья Макарон. Были там и толстенькие спиральки, и маленькие рожки, и даже бантики, которые всё время наряжались. Но самыми главными озорниками были длинные Спагетти. Они вечно путались друг у друга под ногами и устраивали гонки.

— Я самая быстрая! — кричала Спагеттина по имени Вермишелька, скользя по бульонной волне.

— А вот и нет! — догонял её братец Спагетто.

Их игра называлась «Догони и нырни». Нужно было успеть увернуться от Ложки, которая то и дело ныряла в тарелку, чтобы кого-нибудь поймать.

Но в этот раз Ложка вела себя как-то странно. Она не сразу хватала макаронки, а останавливалась и шептала:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.