

Внимательно прочитайте текст. Выпишите слова, написание которых может вызвать у вас затруднение. Вставьте пропущенные знаки препинания. На месте, где не нужно никаких пунктуационных знаков, ставьте \_ (нижнее подчеркивание). Результаты отправить для проверки на электронный адрес учителю.

На пороге\_\_долгожданное лето\_\_однако многим из нас\_\_кажется\_\_что спутники весеннего авитаминоза\_\_упадок сил и сонливость\_\_отступать вовсе не собираются. По мнению ученых\_\_избавиться от этих напастей\_\_не так уж просто\_\_ даже если вы стараетесь\_\_ежедневно совершать прогулки\_\_или заниматься спортом.

Чтобы помочь организму\_\_восстановить силы\_\_необходимо еще разнообразить меню\_\_включив в него блюда\_\_содержащие «живые» витамины. Речь идет о напитках\_\_которые делают\_\_на основе свежесжатых соков\_\_и фруктово-овощных пюре.

Если вы любите цитрусы\_\_начните именно с них\_\_смешав апельсиновый и грейпфрутовый соки\_\_такая смесь не только восполнит\_\_недостаток витамина С в организме\_\_и зарядит энергией\_\_но и сделает кожу гладкой и упругой. Хорошо сочетается\_\_с цитрусовыми сок граната\_\_улучшающий кровообращение и препятствующий развитию\_\_болезней головного мозга\_\_а также ананасовый сок\_\_который помогает нормализовать\_\_обменные процессы. Витамины и минералы\_\_содержащиеся в стеблях и листьях сельдерея\_\_легко\_\_усваиваются организмом\_\_омолаживая и укрепляя его.