



Савостина София
4а класс
МБОУ «Вязовская
СОШ»
Еланского
муниципального
района
Волгоградской
области.
Учитель Аравина Л.
Е.

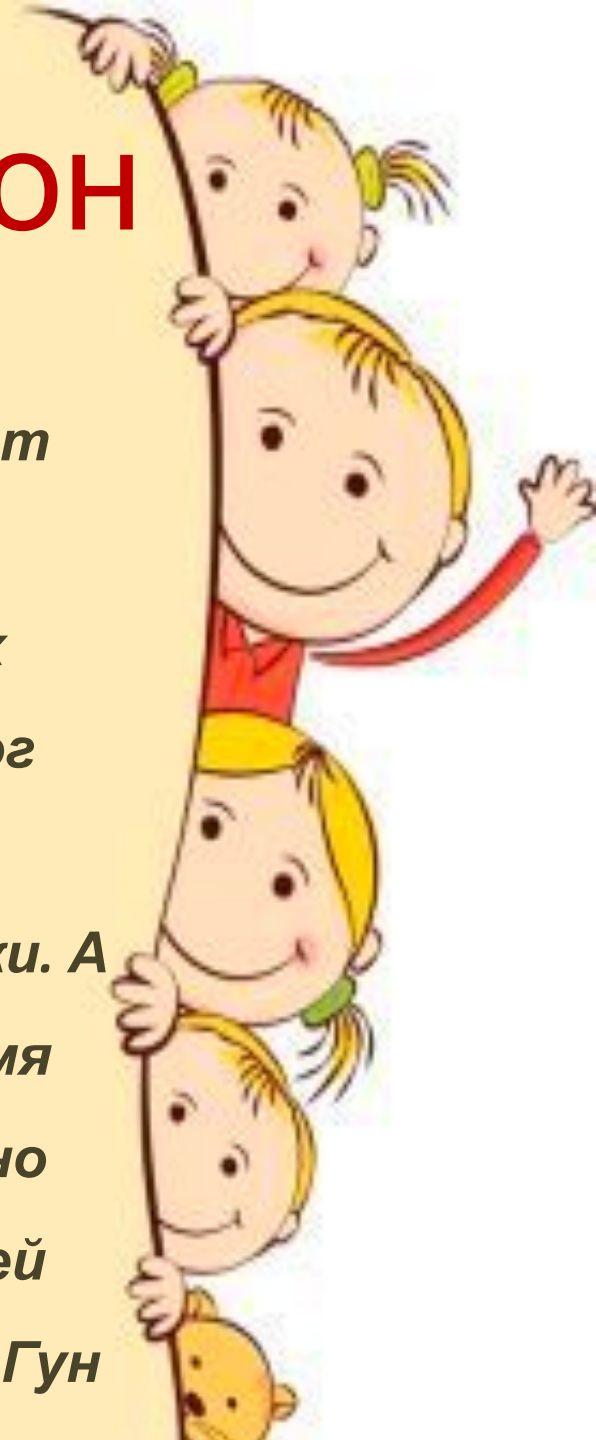
«Весёлый урок о том, что
вкусно и полезно»
Блюда из зерна.

Макаронны



Из истории макарон

Макаронны имеют богатейшую историю, которая, как оказалось, берет начало еще с древних времен. О них говорится в одном из древнегреческих мифов. Древний и могущественный бог Вулкан имел особую машину, которая делала из теста тонкие белые отрезки. А в доказательство этому мифу во время археологических раскопок было найдено множество скалок и специальных ножей для резки теста. Восточный врач Сяо Гун





Виды макаронных

- **Макаронные изделия — это высушенное пшеничное тесто, отформованное в виде трубочек, нитей, различных фигурок.**
- **Они обладают большой питательностью, так как содержат не менее 87% сухого вещества.**



Блюда из макарон





Очень
вкусно и
полезно
!





Я тоже очень люблю блюда из макарон и предлагаю вам наше любимое семейное блюдо. Но к нему мы обязательно добавляем овощной салат. Как же обойтись без полезных овощей.



Отвариваем макароны и делаем салат.





Сервируем

Приятного



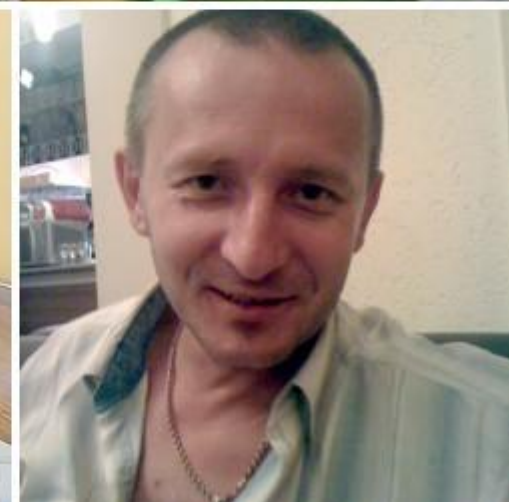
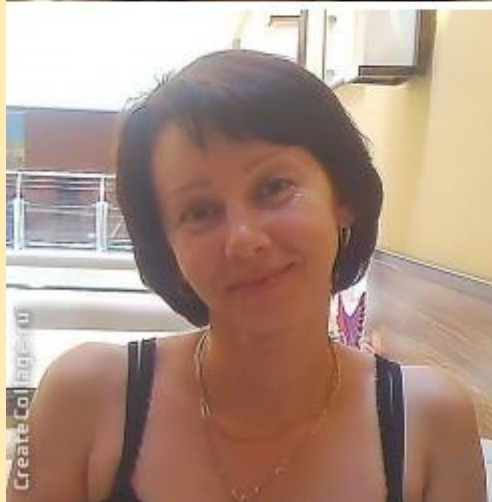


А макароны из муки приготовлены, а мука до этого была зерном. Оно росло в стебельках пшеницы на поле, а теперь у нас на тарелке лежит. В нем много-много весёлого и тёплого солнца спрятано, чтобы мы съели макароны, и стало нам весело и сытно.



*А это моя семья!
А в моей семье
придерживаются
правильного, а
значит здорового
питания.*

Правильное
питание- вот
залог здоровья,
отличного
настроения и
красоты.



Мы пришли к выводу:

В данном продукте совсем немного калорий, и это делает его желанной диетической пищей. В макаронах содержится необходимый белок, который нужен для нормального функционирования организма и роста клеточных тканей.

Мнение, что от этого продукта появляется лишний вес, совершенно ошибочное. Употребление в пищу макаронных изделий помогает сжигать жиры, а не мышечную массу.

Спасибо за
внимание!

Использованы ресурсы:

- http://copypast.ru/uploads/posts/1256274111_09233900b356d3980c70c75ef17ab042.jpg
- <http://top-desktop.ru/files/eda/800/40.jpg>
- <http://sudzhuk.ru/assets/images/kacha03.jpg>

и другие

