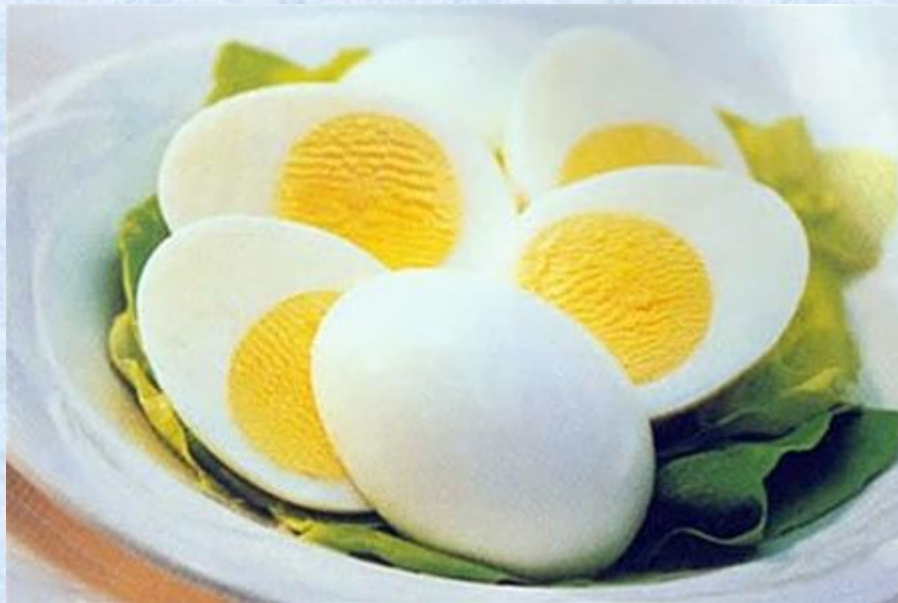


муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 12 г. Смоленска

# Блюда из яиц



Автор:  
учитель технологии  
высшей категории  
Осипова Наталья  
Сергеевна

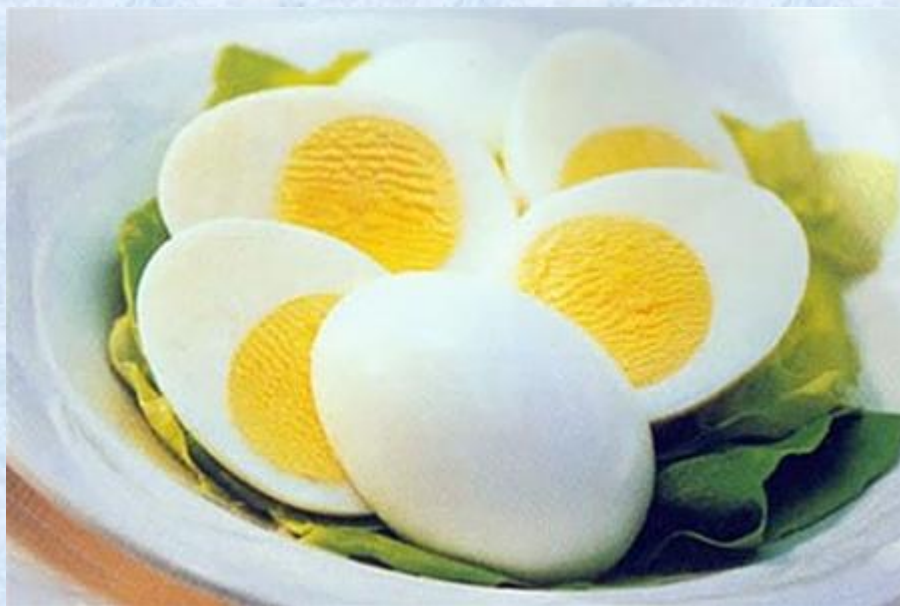
2012 – 2013 уч. год

# Отгадайте загадку

Нашел я шар,  
разбил его,  
увидел злато,  
серебро



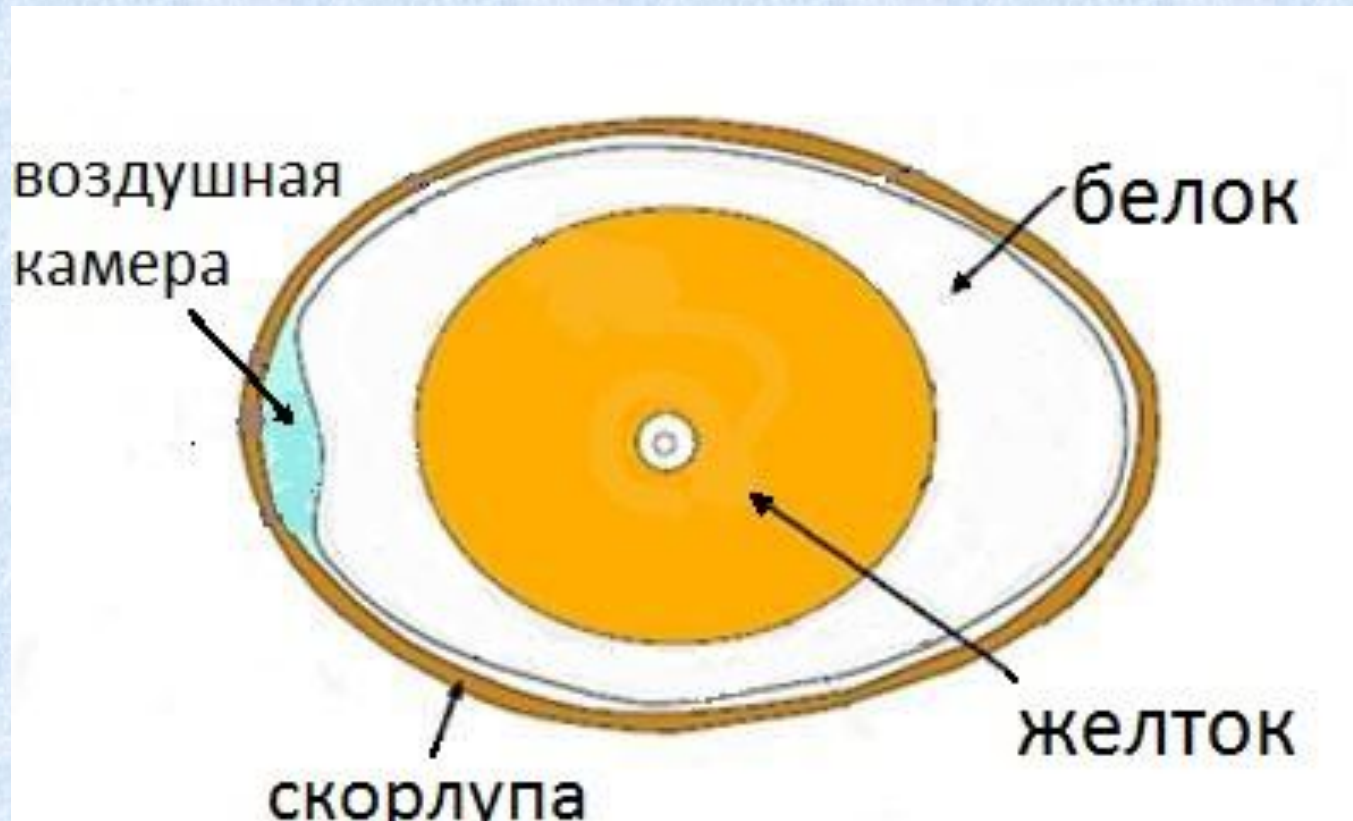
# Блюда из яиц



# Проблемные вопросы

- ✓ *Что вам известно о яйцах?*
- ✓ *На что при покупке вы обращали внимание?*
- ✓ *Знаете ли вы способы определения свежести яиц?*
- ✓ *Почему яйцо считается одним из самых полезных продуктом питания?*
- ✓ *Как правильно приготовить блюда из яиц, чтобы они были не только вкусными, но и полезными для нашего здоровья?*

# Строение яйца



# Состав куриного яйца

белки – 12,7 г

жиры – 11,5 г

углеводы – 0,7 г

вода – 74,1 г

сахариды – 0,7 г

зола – 1 г

## Витамины в курином яйце (мг):

витамин А – 0,3,

витамин В1 – 0,07,

витамин В2 – 0,4,

витамин В3 – 1,3,

витамин В6 – 0,15,

витамин В9 – 7,

витамин В12 – 0,5,

витамин D – 2,2,

витамин Е – 2,

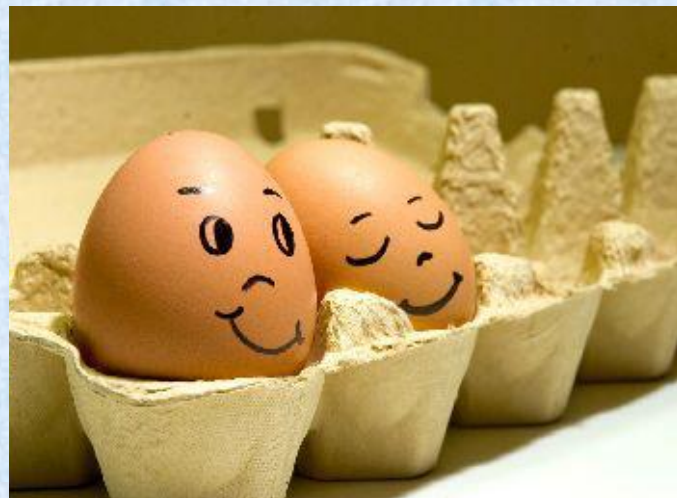
витамин Н – 20,2,

витамин РР – 0,2.

**Калорийность куриного яйца – 156,9 кКал на 100 г.**

# Виды яиц

- **Диетическое** яйцо реализуется первые семь дней после того как было снесено.
- **Столовое** яйцо реализуется в течении 25 дней.



# Классификация яиц по весу

| Категория | Маркировка | Вес         |
|-----------|------------|-------------|
| Высшая    | В          | 75 г и выше |
| Отборная  | С-0        | 65 – 74,9 г |
| Первая    | С-1        | 55 – 64,9 г |
| Вторая    | С-2        | 45 – 54,9 г |
| Третья    | С-3        | 35 – 44,9 г |



# ОВОСКОП



**Лабораторно-практическая  
работа**  
*«Определение свежести  
яиц»*

# Отчёт по лабораторно-практической работе

| №      | Качество яйца       | Положение яйца в<br>стакане с водой |
|--------|---------------------|-------------------------------------|
| А      | Свежее              | На дне                              |
| Б<br>В | Средней свежести    | Посередине стакана                  |
| Г      | Недоброкачественное | На поверхности воды                 |

# Яйцеварка



# Варка яиц

| Способ      | Время    | Готовность                           |
|-------------|----------|--------------------------------------|
| «Всмятку»   | 2 мин    | Полужидкий белок и жидкий желток     |
| «В мешочек» | 4 мин    | Белок свернулся, желток не свернулся |
| «Вкрутую»   | 7-10 мин | Желток и белок свернулся             |

# Сковорода



# Блюда из яиц



**Яичница-  
глазунья**



**Бутербро  
д**

# Приспособления, предназначенные для взбивания яиц





# Блюда из яиц. Омлет



# Украшение из яиц

