

*Мороженое –
польза или вред*



**Выполнила: ученица 5 «Б»
Безматерных Александра**

ЦЕЛЬ:

выяснить, приносит мороженое пользу или вред, а так же приготовить мороженое в домашних условиях



Задачи:

1. изучить печатные материалы по истории появления мороженого;
2. познакомиться с рецептами и способами приготовления мороженого в домашних условиях;
3. провести анкетирование и сравнительный анализ результатов;
4. подготовить рекомендации по правильному выбору и изготовлению мороженого.

Немного истории

Мороженое – очень древнее лакомство. Историки считают, что ему более 5000 лет. В 3000 г.до н.э. в Китае подавали необычный десерт – снег и лёд.



Немного истории

Существует предположение, что в Южную Европу мороженное привёз Марко Поло в начале 14 века



Обратимся к цифрам

1. Каждые 3 секунды – 1 порция;
2. Существует около 700 видов;
3. Девушки до 20 лет съедают 29% всего мороженого в мире;
4. Его производится на 7,5–11 миллиардов долларов в год.



Мороженое бывает:

1. Сливочное
2. Сорбет (мягкое)
3. Фруктовый лёд
4. Мелорин (на основе растительных жиров)

- По степени жирности:
1. Молочное (3-8%)
 2. Сливочное (8-10%)
 3. Пломбир (15-20%)
 4. Плодово-ягодное (не содержит жиров)



Мифы о мороженом

Миф 1 – от него болит горло.

Миф 2 – в нем нет никаких витаминов (есть витамины группы В, А, D, Е, кальций, железо, магний, фосфор)

Миф 3 – мороженое должно быть сладким


Миф 4 – от мороженого толстеют (толстеют не от еды, а от количества)



Польза

- ❖ снимает стресс
- ❖ делает нас счастливыми
- ❖ отличный источник кальция
- ❖ содержит:
 - 20 аминокислот
 - 25 жирных кислот
 - 30 минеральных солей
 - 20 витаминов

Вред

- ✓ содержит 250–500 килокалорий
 - ✓ вызывает головную и зубную боль
 - ✓ не очень полезно людям с атеросклерозом, ишемической болезнью сердца
 - ✓ если переест – будет депрессия
- 

Практическая часть











А вот и мороженое...

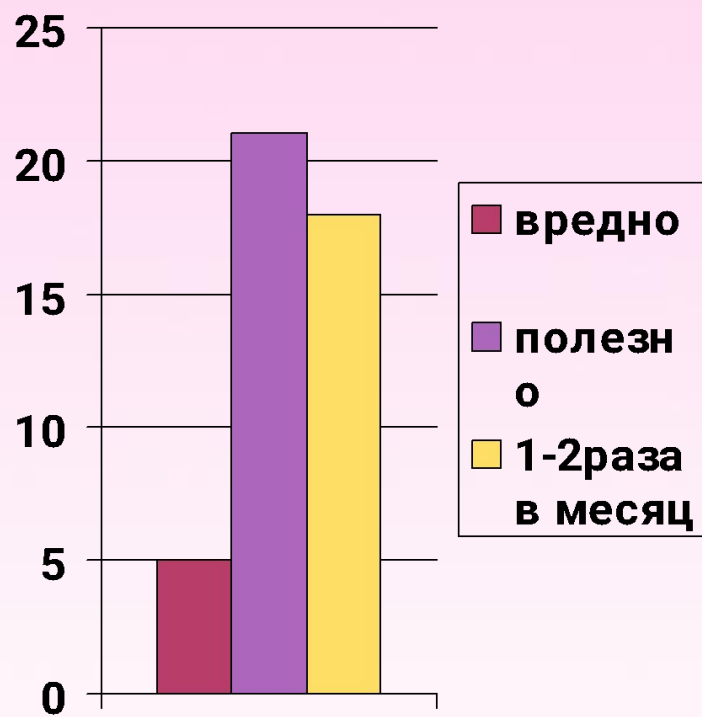


Ура, получилось!



В нашей школе:

читателя



ученики

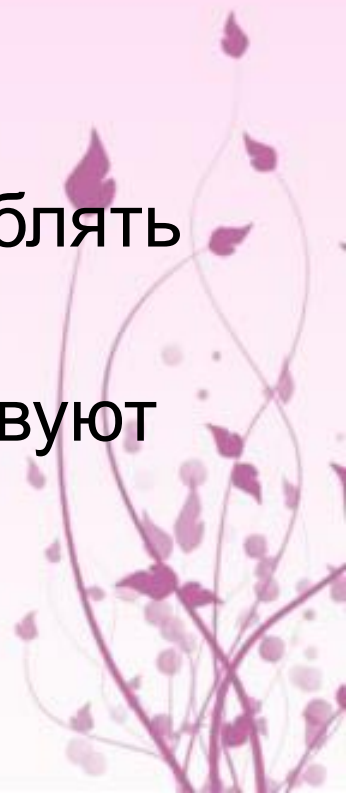


Григорий Остер:
« Мороженое, как и
всякое серьезное оружие,
следует применять только
в мирных целях. Поэтому
мороженое надо есть для
удовольствия, а не для
ангины»





Выводы:

1. Здоровому человеку можно есть мороженое 2–3 раза в неделю;
 2. Приготовить «домашнее» мороженое можно и не так уж сложно;
 3. Существует ряд заболеваний, при которых не рекомендуется употреблять мороженое;
 4. Многие мифы не всегда соответствуют действительности
- 

Кроме того...

