


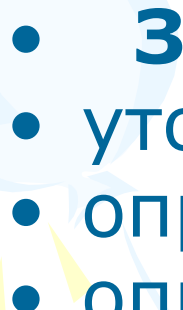

# Чипсы – это вредно!



Мастерова Настя  
МБОУ «Центр образования»



**Цель исследования –**  
определить пользу и вред  
продукта питания под названием  
«чипсы».

- 
- **Задачи:**
  - уточнить сущность понятия чипсов
  - определить химический состав чипсов
  - определить калорийность этого продукта питания
  - разработать рекомендации по употреблению
- 

A decorative graphic on the left side of the slide features three balloons: a light green one at the top, a light blue one in the middle, and a light purple one at the bottom. Each balloon has a yellow streamer and several yellow triangular shapes radiating from it, resembling sunbeams or confetti.

# **Методы исследования:**

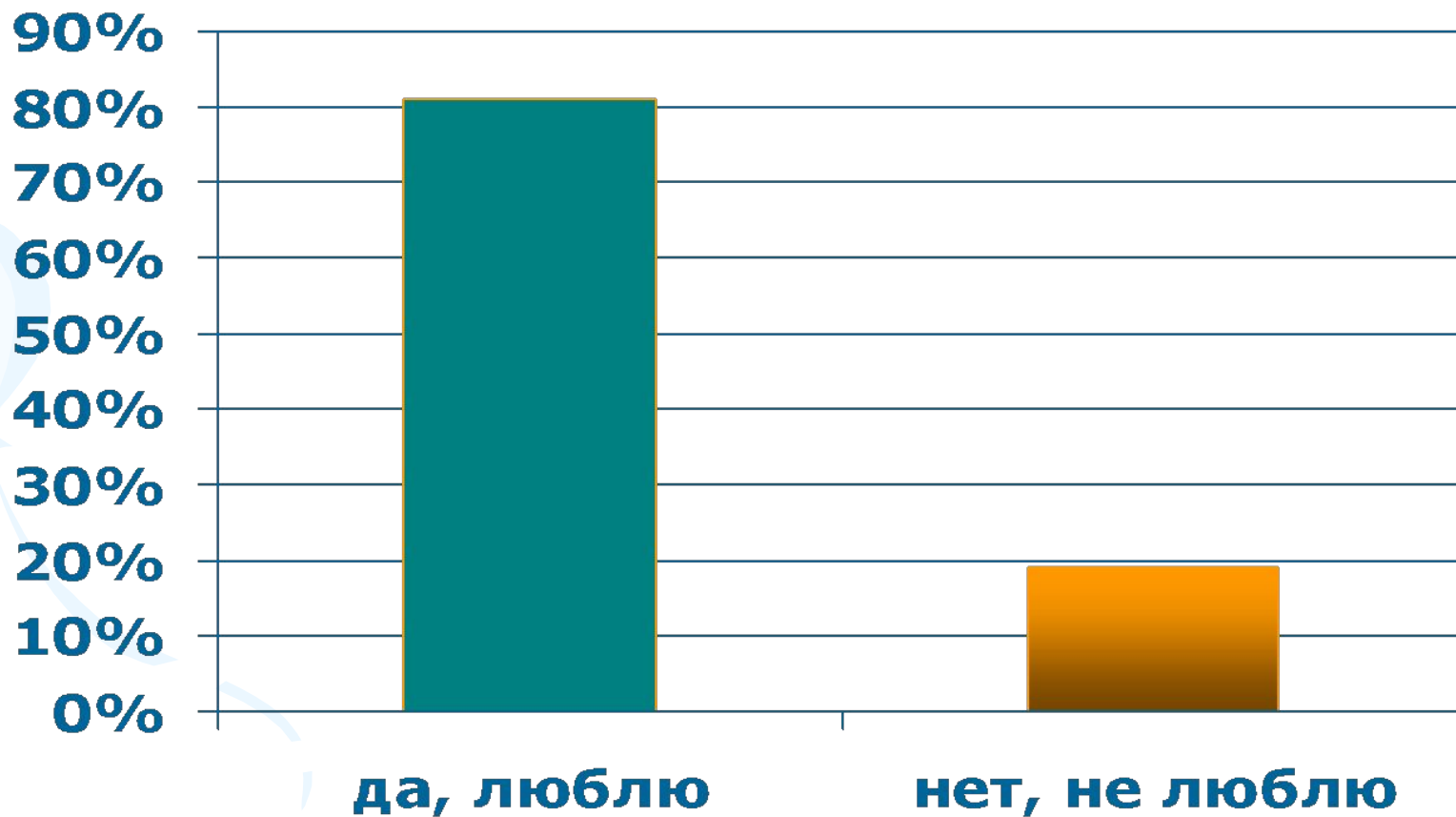
- анализ литературных источников;
- сравнение и классификация;
- интервью, анкетирование



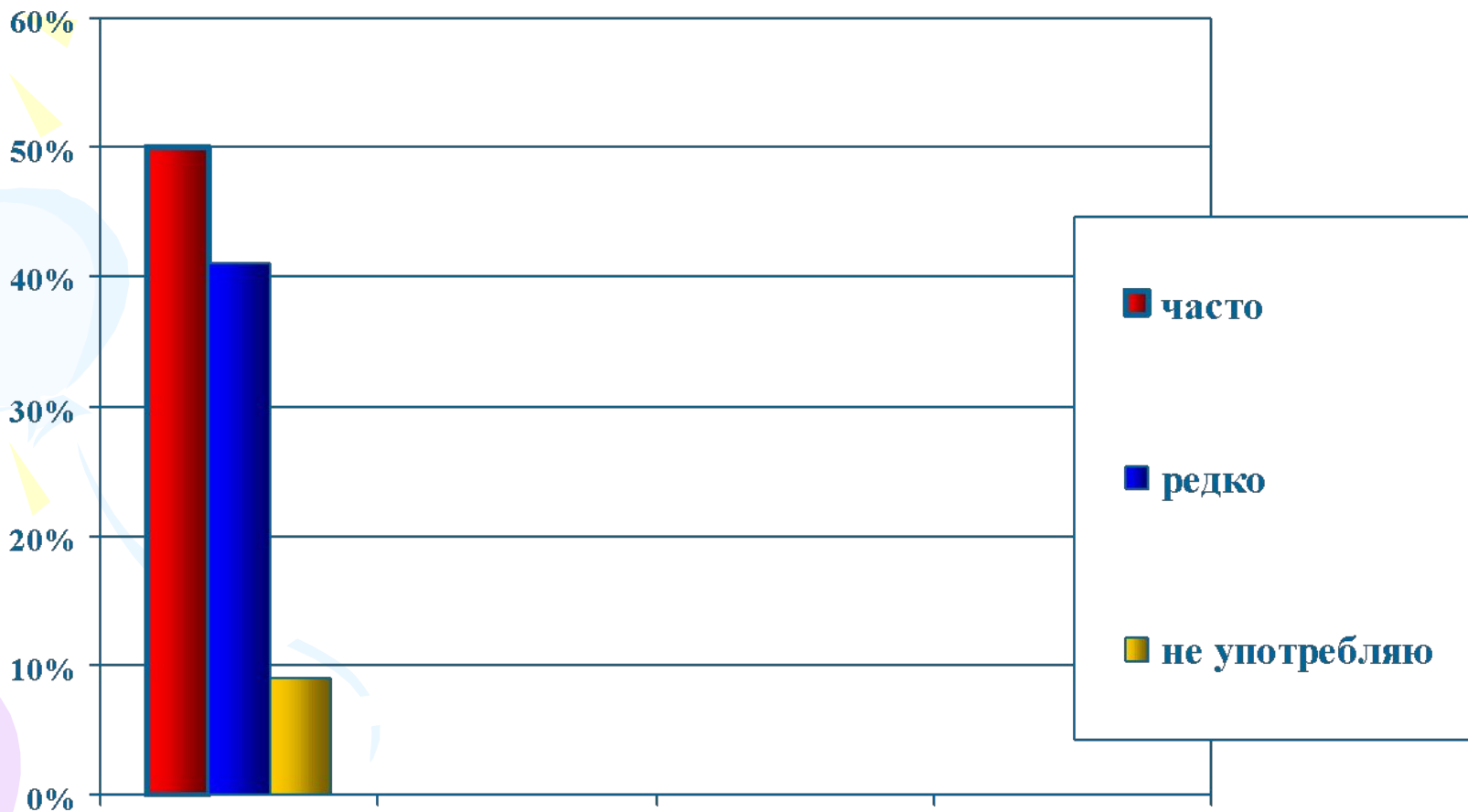
## Анкетирование

- Любите ли вы чипсы?
- Как часто вы употребляете их в пищу?
- Сколько чипсов в день вы употребляете?
- С чем вы их употребляете?
- Едите ли чипсы во время просмотра кинофильмов?
- Вредны ли чипсы или полезны?
- Замечали ли вы ухудшение самочувствия после употребления чипсов?
- Если не чипсами, то чем лучше перекусывать школьникам?

# Любите ли вы чипсы?



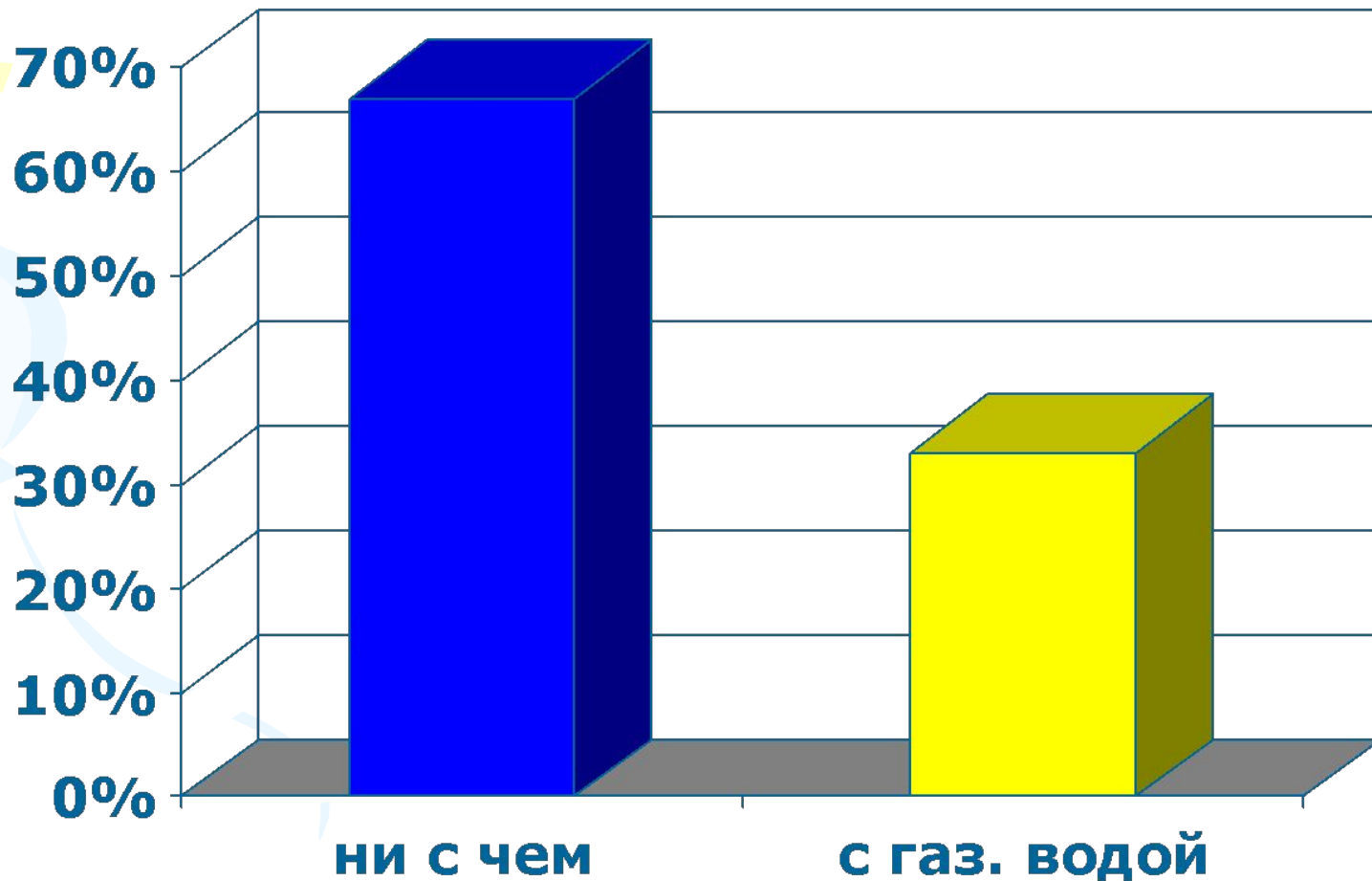
# Как часто вы употребляете чипсы в пиццу?



# СКОЛЬКО ЧИПСОВ В ДЕНЬ ВЫ УПОТРЕБЛЯЕТЕ?

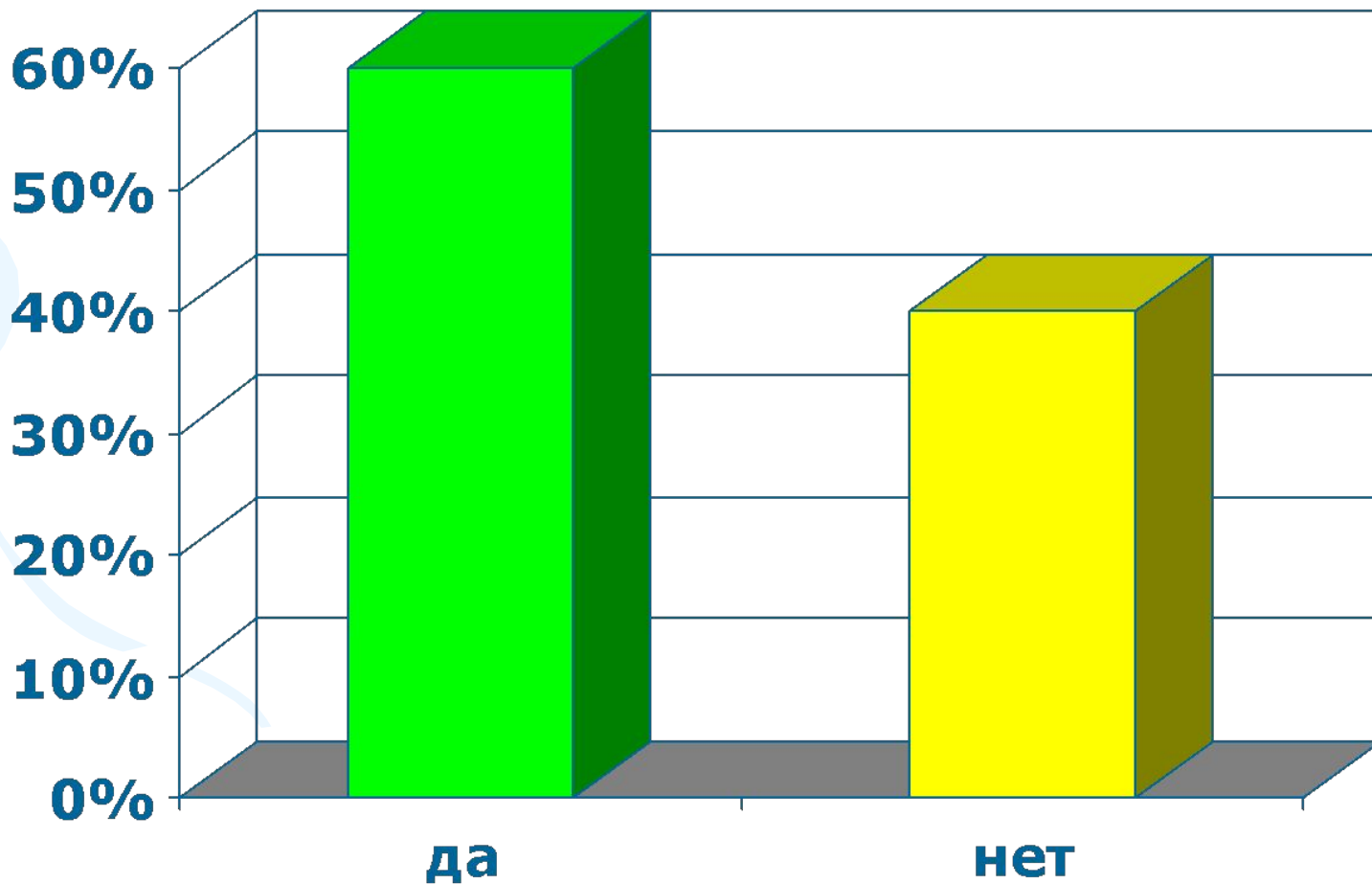


# С чем вы употребляете чипсы?





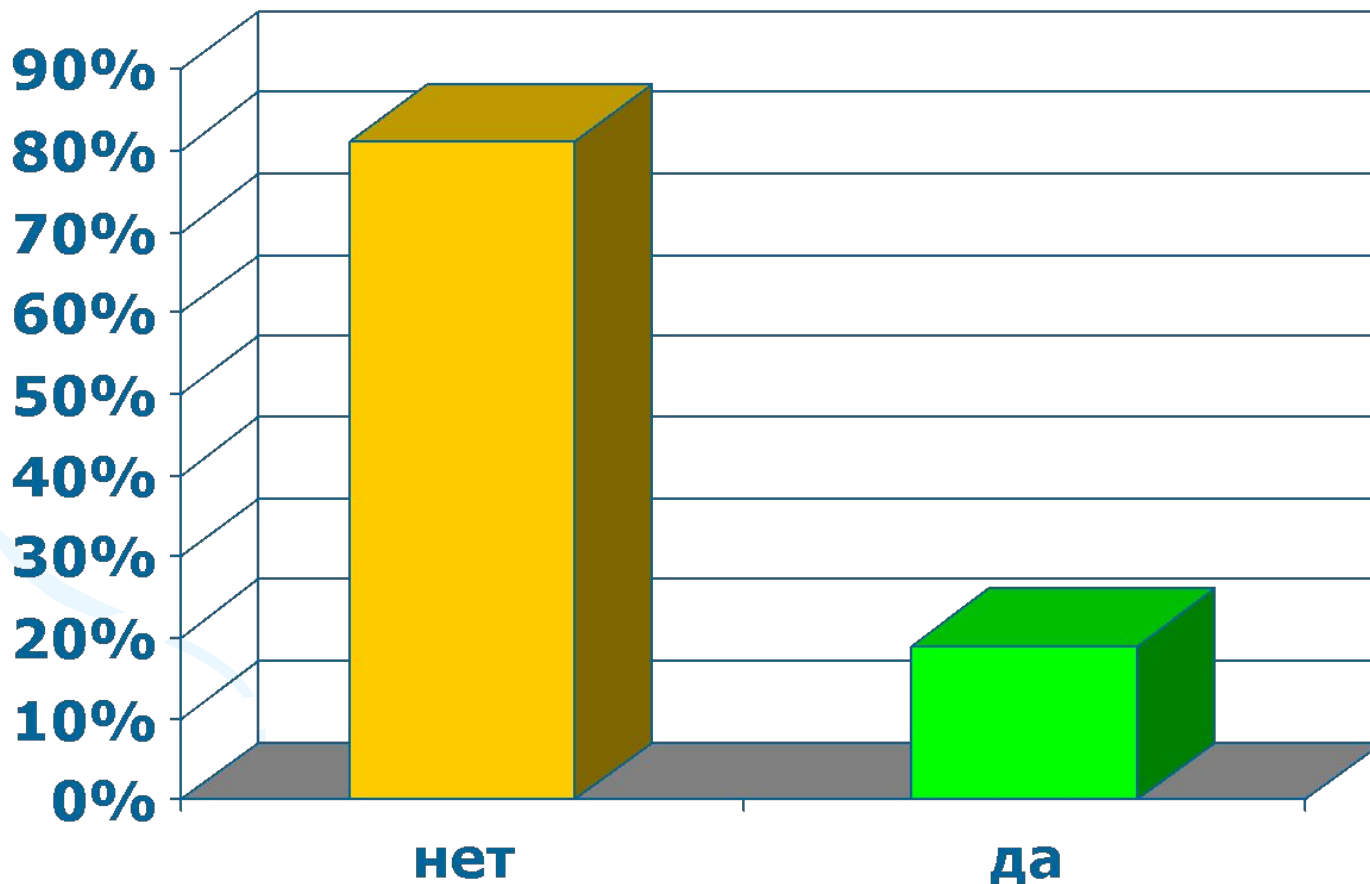
# Едите ли вы чипсы во время просмотра кинофильмов?



# Вредны ли чипсы?

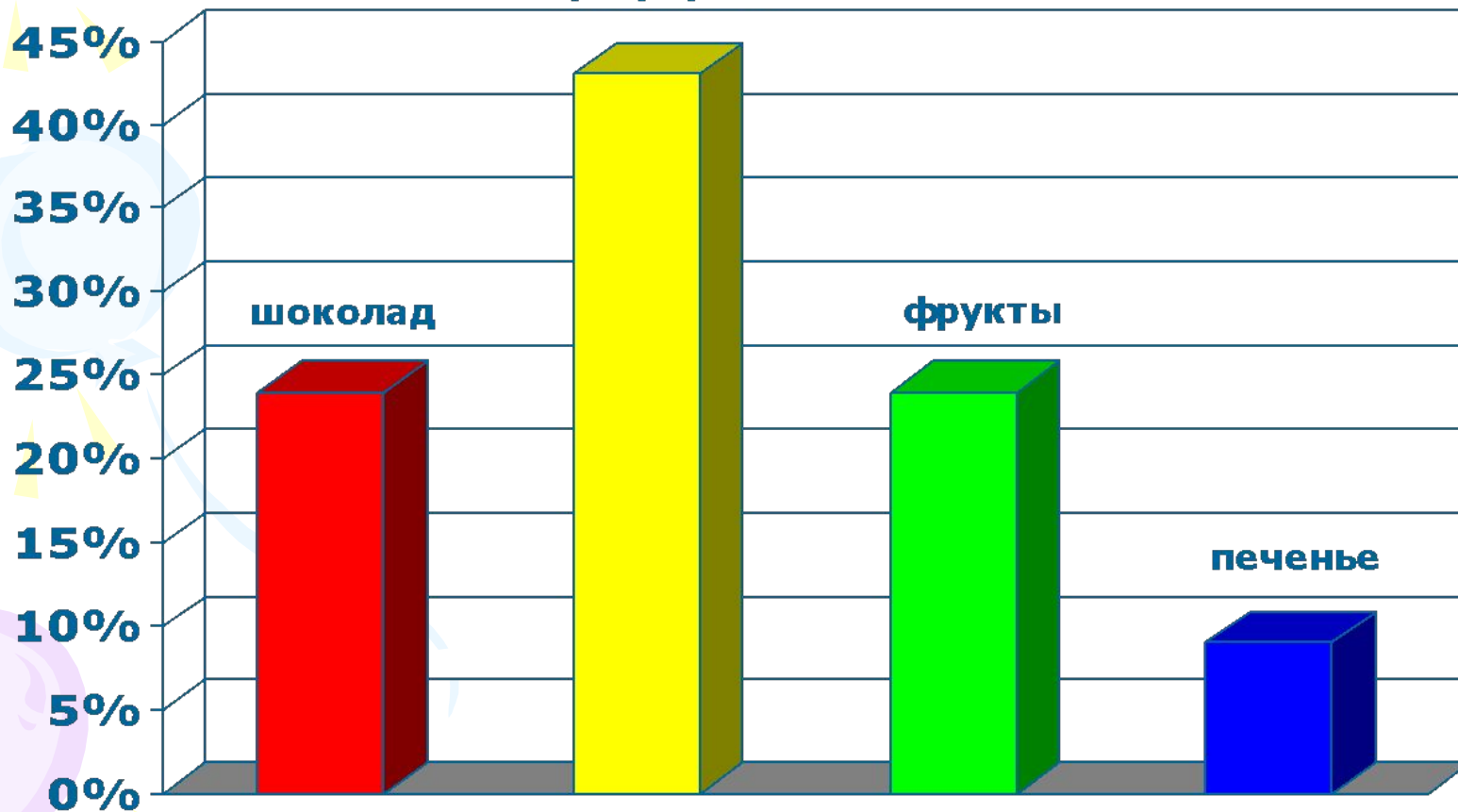


# Замечали ли вы ухудшение самочувствия после употребления чипсов?



# Если не чипсами, то чем лучше перекусывать школьнику?

бутерброды



# Состав чипсов

Название чипсов	белки	жиры	углеводы	соль	добавки	калорийность
LAY <sup>IS</sup>	6,5 г	30г	53г	0,7 г	Ароматизаторы, красители Усилители вкуса	510 ккал
Московский картофель	4,6 г	35,6г	47,2г	0,7г	Ароматизаторы, красители Усилители вкуса	528ккал

# Полученные данные позволяют нам сформулировать следующие **рекомендации:**

- чтобы избежать возможных отрицательных воздействий на здоровье, отказаться от употребления чипсов совсем;
- употреблять чипсы в виде хрустящих хлебцев для оздоровительного питания;
- заменить картофельные чипсы диетическими яблочными;
- чипсы – калорийный продукт. Поэтому их надо употреблять в разумных пределах. Покупать чипсы только в мини-пакетиках;
- употреблять чипсы только после еды.



# литература

- И. Лопатухина «О здоровой пищи»;
- Т. Васильева «Правила питания»;
- А. Чемоданов «Что нужно знать о  
питании»;
- Е. Слуцкая «Яблочные чипсы»