

Пейте, дети, молоко!!!



Презентация подготовлена Фединой Т. А., педагогом доп. образования МБОУСОШ № 55 им. А. В. Чернова

Первое упоминание о молоке.

Оказывается, что самое раннее упоминание о молоке находится в Библии.

В ней есть много ссылок на молоко.

Авель, сын Адама, пас овец и, вероятно, пил молоко.

В Библии в предсказании Иакова,

которое относится к 1700 году до н. э.,

написано, что зубы Иуды станут белыми от молока.

Земля Ханаанская была «землёй молока и мёда».

В 1500 году до н. э. Иов часто ссылался на сыр.

Во всех этих примерах мы видим,

что молоко было известно задолго до этого.



Откуда пришло слово «молоко»?

«Молоко». Слово имеет индоевропейскую природу. В литовском находим malkas –

«МОЛОКО»,

в немецком milch – «МОЛОКО»,

в английском milk – «МОЛОКО».

В кельтском melgô – молоко –

это «то, что выдаивается из вымени».

У многих народов его название звучит одинаково: млеко (польское, чешское, хорватское), мляко (болгарское), молоко (украинское, белорусское).

Интересно,
что первичное значение слова

«МОЛОКО» – «ЖИДКОСТЬ».



Чем ценно молоко для человека?



Первой пищей,
которую человек получает
с момента своего рождения,
является материнское молоко.

Благодаря
материнскому молоку младенцы
в первые месяцы жизни
нормально растут и
развиваются, не потребляя
ничего другого. Этот факт
служит прекрасным
доказательством того,
что молоко является
полноценным и незаменимым
продуктом питания.

Молоко превращает
беспомощного левёнка
в мощного зверя.

Огромный кит,
как и крошечная морская свинка,
вскормлен молоком.

В молоке есть всё, что нужно малышу: и вода, и жир, и сахар, и белок, и соли, и витамины.

Молоко богато кальцием, который усваивается из него почти на 100 %, чем не могут похвастаться другие продукты.

Молочный белок усваивается из молока очень легко, не в пример мясу!

Коровье молоко содержит более 20 витаминов и множество микроэлементов! А без них человек просто не может жить.

Из питательных веществ, которые есть в молоке, строятся кожа, мускулы, кости, зубы.

В одном стакане молока содержится столько необходимого нам кальция, сколько его в 7 сардинах или в 3-х стаканах арахиса, или в 4-х стаканах чёрной фасоли.

Испокон веков люди высоко ценили целебные свойства молока. Они называли его «соком жизни», «эликсиром жизни».



Интересные факты



❖ В мифах многих народов мира присутствует выкармливание знаменитых богов и героев животными (Зевс был вскормлен молоком козы Амалфеи, а основатели Рима Ромул и Рем — молоком волчицы).

Гиппократ исцелил множество пациентов от чахотки с помощью козьего молока.

❖ Самые красивые женщины мира использовали молоко, чтобы сохранить свою красоту и молодость на долгие годы: царица Египта Клеопатра ежедневно принимала молочные ванны, а жена Нерона Пoppея всегда брала с собой в путешествие 500 ослиц, чтобы иметь возможность принимать молочные ванны, улучшающие кожу.

❖ За день корова даёт 160 стаканов молока. В 2009 году ветеринары доказали, что корова, имеющая какую бы ни было кличку, даёт больше молока, чем безымянная.

❖ Почти 10 тысяч литров молока потребляет человек за всю жизнь.



✓ В Древнем Египте, Греции, Риме молоко называли «источником здоровья», «соком жизни», «белой кровью».

✓ Современные врачи-диетологи также считают молоко важнейшим продуктом питания. Задолго до нашего времени врачи назначали молоко для лечения различных болезней и для очищения организма от вредных веществ. Правда, полезные свойства молока заметно снижаются при пастеризации (нагревании до 60 °C).



✓ Знаменитый врач Гиппократ называл молоко лекарством, Авиценна утверждал, что молоко – это лучшая пища для людей, академик Павлов называл молоко пищей, приготовленной самой природой.

Молочные продукты, изготовленные из молока



- айран
- ацидофилин
- варенец
- катык
- йогурт
- кефир
- кумыс
- мацун
- пахта
- простокваша
- ряженка
- сгущённое молоко
- сливки
- сливочное масло
- сметана
- сухое молоко
- сыворожка
- сыр
- творог
- топлёное молоко
- шубат

Сметана

За границу сметана «проникла» только после Второй мировой войны, причём в некоторых странах сметану до сих пор называют «русскими сливками». Наши предки делали её просто: снимали («сметали» – отсюда и название) с молока всплывшие во время брожения сливки.

Масло сливочное

Сливочное масло не только питательно, но и полезно – для кожи, волос, зрения, костной и мышечной ткани. Оно богато витаминами, кальцием, необходимыми для строения клеток. Так что в полезности сливочного масла сомневаться не приходится. Надо только помнить, что, когда мы растапливаем его на сковороде, витаминов в нём не остаётся. Именно поэтому кусочек масла лучше класть в уже готовую пищу.



Кефир

Кисломолочный напиток, заквашенный с помощью так называемых «кефирных грибков» (это закваска из множества микроорганизмов, бактерий и дрожжей). Кефир благотворно влияет на кишечник: всего пара стаканов этого напитка в день предотвращает развитие кишечных инфекций и быстро справляется с дисбактериозом, вызванным, например, антибиотиками. Кефир укрепляет иммунитет, побеждает хроническую усталость, незаменим при нарушениях сна и болезнях нервной системы, помогает похудеть (если пить его регулярно) и хорошо утоляет жажду в жаркие летние дни.



Вывод:

как видим, люди
высоко ценили и ценят
молоко за его
питательные и
целебные свойства.



Молоко полезно очень
Для всех взрослых и ребят.

Кашу, йогурт и сметану
Большой ложкою едят.

В молоке полезных много
Витаминов и веществ.

Пейте молоко парное,
Чтобы кариес исчез.

Чтобы кости были крепки,
Не болела голова.

Настроение чтоб было
Превесёлое всегда.

Шлёт привет Вам всем корова:

- Пейте, дети, молоко!

Будете здоровы!