

# ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ

## *АНАЛИЗ СОСТАВА СОКОВ РАЗНЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ*

*Работу выполнили:*

*Шешегов Михаил, Денисов Максим,  
Крюков Антон, Мосунов Роман-  
учащиеся 9б класса*

*Руководитель:*

*Козлова Елена Тимофеевна, учитель химии*



**Сок** – вкусный и ценный питательный продукт. В соках содержатся витамины, минеральные вещества, легкоусвояемые углеводы. Пищевая ценность соков привела к их широкому использованию для профилактики и лечения болезней.

# Актуальность

**Соки - это кладовая витаминов!!!**

Употребление соков поможет избавиться, облегчит симптомы и течение болезни. В соках содержатся витамины, минеральные вещества, углеводы.



Да и просто, как хорошо начать утро со стакана сока! Это вкусно, и полезно, и модно.

Производители соков делают соки натуральные, смешанные, витаминизированные, в общем, на любой вкус и цвет.



**Но все ли соки полезны?  
Что в своем составе содержат соки и  
полезен ли этот состав?**

# МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

---

- Сбор и анализ информации по данной теме)
- Социологический опрос

# ЗАДАЧИ

---

1. Изучить состав напитков
2. Сравнить различные виды соков.
3. Выяснить влияние соков на организм человека.
4. Проанализировать классификацию и состав соков.
5. Провести социологический опрос учащихся МКОУ СОШ с УИОП г. Нолинска

# ИЗ ИСТОРИИ ПРОИЗВОДСТВА СОКОВ

Первоначально применяли простейшие методы: продукцию хранили в ямах, погребах, заглублённых хранилищах малого объёма, переработка ограничивалась мочением плодов и ягод, маринованием, сушкой.

По мере развития науки и технического прогресса стали строить стационарные хранилища большого объёма, холодильники, применять стерилизацию, быстрое замораживание.



# Виды соков

- 1) Свежевыжатые соки  
**Консервированные соки:**
- 2) Соки прямого отжима
- 3) Осветлённые соки и соки с мякотью
- 4) Восстановленные соки
- 5) Нектары





# ЧТО ТАКОЕ СОК?

**Сок** — это жидкий пищевой продукт, который популярен практически во всех странах мира. Наиболее распространены соки, выжатые из плодов спелых фруктов и овощей. Однако существуют соки, полученные из стеблей, корней, листьев различных употребляемых в пищу трав (например, сок из стеблей сельдерея, сок из стеблей сахарного тростника).



# Полезьа яблочного сока

- 1. Большое содержание витамина С.
- 2. Присутствие в его составе клетчатки, которая способствует снижению веса, регулирует уровень холестерина, предотвращает наступление инфаркта.
- 3. Поднимает иммунитет.



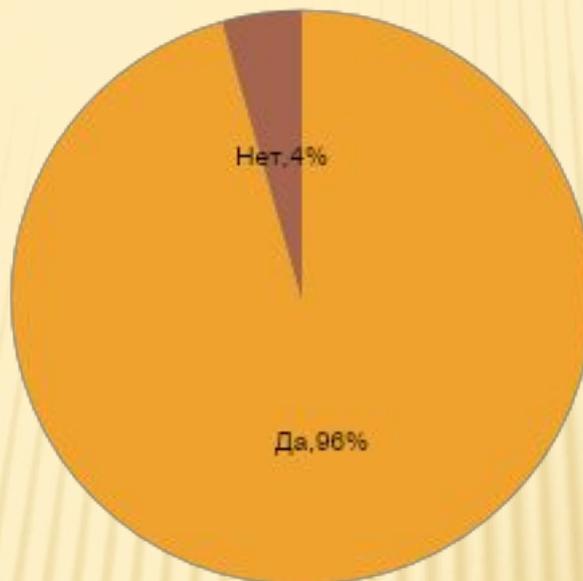
# СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОС УЧ-СЯ 6-7 КЛАССОВ

---

- *Употребляешь ли ты сок?*  
а) да                    б) нет
- *Если да, как часто?*  
а) каждый день            б) раз в неделю            в) очень редко
- *Какие из перечисленных марок соков ты пьешь?*
- *а) Красавчик б) Любимый в) Добрый д) Моя семья*
- *Сок ты употребляешь, потому что*  
а) вкусно    б) хочется пить    в) под влиянием рекламы  
д) другое \_\_\_\_\_
- *Знаете ли вы, из чего состоят данные напитки, и какой вред они приносят вашему организму?*  
а) да                    б) нет                    в) затрудняюсь ответить

# **Таблица 1. *Употребляешь ли ты сок?***

Таблица 1

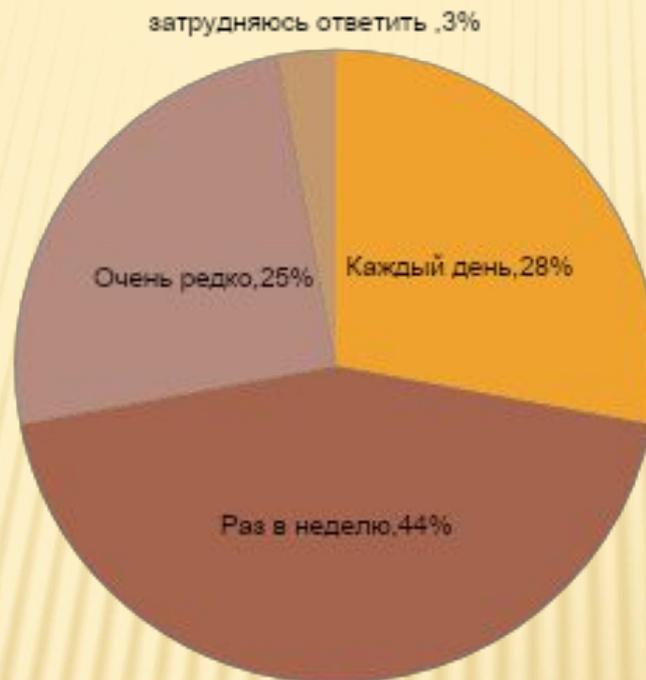


<i>Варианты ответов</i>	<i>Количество опрошенных</i>	<i>%</i>
<i>Да</i>	<i>65</i>	<i>95,59</i>
<i>Нет</i>	<i>3</i>	<i>4,41</i>

## **Таблица 2. Если да, как часто?**

Два человека опрашиваемых, затруднились ответить. Что составило 2,95% от общего количества опрашиваемых учеников.

Таблица 2



<i>Варианты ответов</i>	<i>Количество опрашиваемых</i>	<i>%</i>
<i>Каждый день</i>	<i>19</i>	<i>27,94</i>
<i>Раз в неделю</i>	<i>30</i>	<i>44,11</i>
<i>Очень редко</i>	<i>17</i>	<i>25</i>

### **Таблица 3. Какие из перечисленных соков ты пьешь?**

*В опросе учащиеся называли вкусовые предпочтения данных марок соков. Лидирующим был яблочный сок, на втором месте - апельсиновый сок, третье место - мультифруктовый. Единичными ответами были морковный и тыквенный соки.*

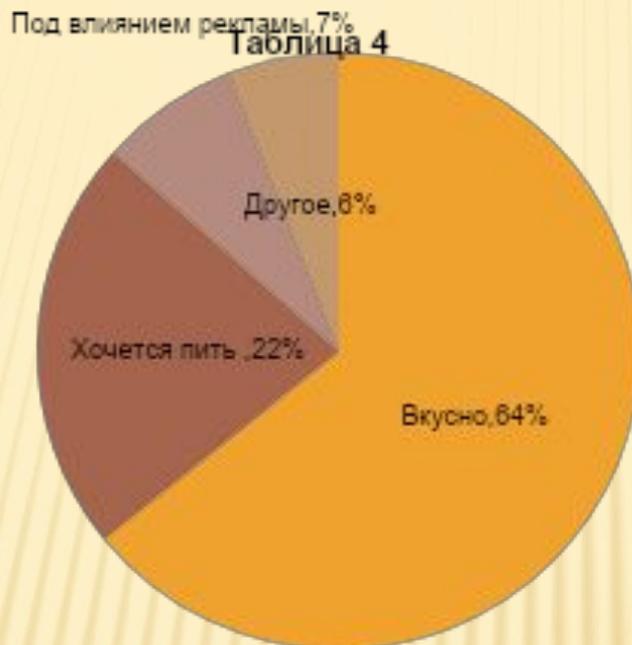
Таблица 3



<i>Варианты ответов</i>	<i>Количество опрошенных</i>	<i>%</i>
<i>Красавчик</i>	8	11,76
<i>Любимый</i>	35	51,47
<i>Добрый</i>	15	22,05
<i>Моя семья</i>	10	14,7

## Таблица 4. Сок ты употребляешь, потому что

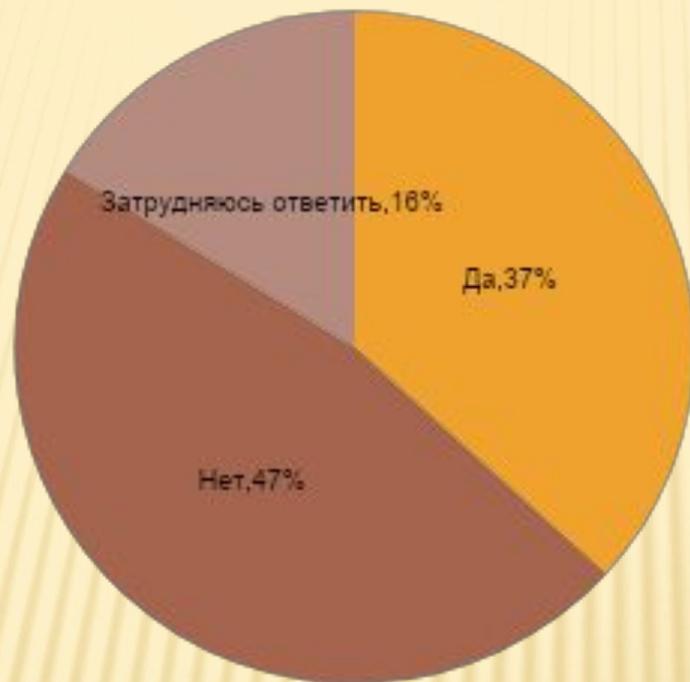
Один человек из 68 опрошенных, затруднился ответить. Что составило 1,47% от общего количества.



<i>Варианты ответов</i>	<i>Количество опрошенных</i>	<i>%</i>
<i>Вкусно</i>	<i>43</i>	<i>63,23</i>
<i>Хочется пить</i>	<i>15</i>	<i>22,05</i>
<i>Под влиянием рекламы</i>	<i>5</i>	<i>7,35</i>
<i>Другое</i>	<i>4</i>	<i>5,88</i>

## ***Таблица 5. Знаете ли вы из чего состоят данные соки?***

Таблица 5



<b><i>Варианты ответов</i></b>	<b><i>Количество опрошенных</i></b>	<b><i>%</i></b>
<i>Да</i>	<i>25</i>	<i>36,76</i>
<i>Нет</i>	<i>32</i>	<i>47,05</i>
<i>Затрудняюсь ответить</i>	<i>11</i>	<i>16,17</i>

**ТАКИМ ОБРАЗОМ,**

ВСЕ КОМПОНЕНТЫ,  
СОДЕРЖАЩИЕСЯ В СОКАХ, ВЛИЯЮТ  
НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА.

ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ У ТАКИХ  
ВЕЩЕЙ РАЗЛИЧНО – ОТ  
БЕЗВРЕДНОГО ДО ОПАСНОГО,  
ОСОБЕННО ДЛЯ ЛЮДЕЙ С  
АЛЛЕРГИЕЙ.

## В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ:

- НАУЧИЛИСЬ ВЫДЕЛЯТЬ ГЛАВНОЕ ИЗ МНОЖЕСТВА ЛИТЕРАТУРЫ;
- ОВЛАДЕЛИ ОСНОВНЫМИ ПРАВИЛАМИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ НАЛИЧИЯ ВИТАМИНА С В СОКЕ

### МЫ СОВЕТУЕМ:

- ПРОЧИТАЛИ КНИГИ О ЗНАЧЕНИИ ВИТАМИНОВ ДЛЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА;
- НЕ ДОВЕРЯЙТЕ БЕЗОГОВОРОЧНО РЕКЛАМЕ;
- ЧАЩЕ ПЕЙТЕ РАЗНЫЕ СОКИ - ПОПОЛНЯЙТЕ ЗАПАСЫ ВИТАМИНОВ.

# Вывод

Соки – бесценное сокровище, которым одарила нас природа.



**Будьте  
внимательны при  
покупке соков!**



**Спасибо за  
внимание!**