



ПЕЛЬМЕНИ

ИЗ КРУЖОЧКА ТЕСТА  
И МЯСЦА ПОНЮШКИ  
ЛОВКО МАСТЕРИЦА  
ЛЕПИТ ФИНТИФЛЮШКИ.  
В КИПЯТКЕ ИХ ВАРИТ,  
ВСПЛЫЛИ — ВЫНИМАЕТ,  
УЛОЖИВ КРАСИВО,  
ЛЮДЯМ ВЫСТАВЛЯЕТ  
НЕ НА ЗАГЛЯДЕНЬЕ,  
А НА ОБЪЕДЕНЬЕ.

ПЕЛЬМЕНИ

## ПРОБЛЕМАТИКА:

ПЕЛЬМЕНИ ЯВЛЯЮТСЯ САМЫМ НАГЛЯДНЫМ БЛЮДОМ КОТОРОЕ ЕСТЬ НЕ СТОИТ. ОНО СОСТОИТ ИЗ МЯСА КОТОРОЕ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ БЕЛКИ, И ТЕСТА КОТОРОЕ СОСТОИТ ИЗ УГЛЕВОДОВ. В ОРГАНИЗМЕ НАЧИНАЕТСЯ ПОЛНЕЙШИЙ КОЛЛАПС ПОСЛЕ ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАКОГО БЛЮДА.

# СЯО ЛОНГ БАО



# МАНТЫ



# РАВИОЛИ



# БРЫНЗОВЫЕ ГАЛУШКИ



# СИОМЕЙ



# МОДАК



## Экономический расчёт

Продукт	Цена, руб	Количество, шт	Стоимость, руб
Пшеничная мука	51	1	51
Куриное яйцо	8	2	16
Молоко	45	1	45
Подсолнечное масло	80	1	80
Говядина	295	1	295
<b>Итого:</b>			<b>487</b>

## *ВЫВОД*

ПЕЛЬМЕНИ – ЭТО ОЧЕНЬ ВКУСНОЕ, ПИТАТЕЛЬНОЕ И ПРИ ЭТОМ ДОВОЛЬНО ПОЛЕЗНОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО. ЕГО ИСТОРИЯ НАСЧИТЫВАЕТ ДОВОЛЬНО МНОГО ВЕКОВ, И ЗА ЭТО ВРЕМЯ ОНО ПРИОБРЕЛО ЕЩЕ БОЛЬШЕ ПОКЛОННИКОВ. НЕСМОТРА НА ТО, ЧТО ПЕЛЬМЕНИ ДОВОЛЬНО КАЛОРИЙНОЕ КУШАНЬЕ, ОНО ПЛЕНИЛО СЕРДЦА И ПОСЛЕДОВАТЕЛЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ДЕЛО ВСЕ В ТОМ, ЧТО ЭТО БЛЮДО ДОВОЛЬНО РАЗНООБРАЗНОЕ. ЕГО МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ ИЗ ТЕСТА И САМЫХ РАЗЛИЧНЫХ НАЧИНОК, В ТОМ ЧИСЛЕ И ПОЛЕЗНЫХ, МАЛОКАЛОРИЙНЫХ. ЕСЛИ, НАПРИМЕР, ИСПОЛЬЗОВАТЬ В НИХ РЫБУ, МОРЕПРОДУКТЫ ИЛИ ОВОЩИ, А ТАКЖЕ ДИЕТИЧЕСКИЕ ВИДЫ МЯСА, ТО ПЕЛЬМЕНИ ПРИВНЕСУТ В ОРГАНИЗМ ПОЛЕЗНЫЕ МИНЕРАЛЫ И ВИТАМИНЫ, СОДЕРЖАЩИЕСЯ В ИХ СОСТАВЕ И НЕ ДОБАВЯТ ПРИ ЭТОМ ПРОБЛЕМ С ЛИШНИМ ВЕСОМ.