

Исследовательский проект

Чипсы:

Вред или польза?



- Автор проекта: Мартиросян Диана Владимировна
- Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №9 4 А класс.
- Руководитель проекта:
Курбангалиева Гульнара Фанзильевна,
учитель начальных классов.

Нас заинтересовал вопрос:
чипсы приносят вред или пользу?



*Предмет
исследования.*

Картофельные чипсы.

Гипотеза.

*Картофельные чипсы
вредны для детского
здоровья.*

Цель. Исследовать
картофельные
чипсы на вредность.

Задачи. 1. Изучить необходимую литературу.

2. Выяснить состав чипсов.

3. Проконсультироваться у специалиста.

4. Провести ряд опытов, необходимых для подтверждения или опровержения гипотезы.

Объект. Чипсы
разных марок

Методы. Сбор
информации из разных
источников
(литература,
интернет, мнение
эксперта)

Введение

Здоровье – это та вершина, на которую каждый должен подняться сам. Как утверждают ученые, здоровье человека лишь на 10% зависит от качества медицинского обслуживания, на 20% определяется наследственностью, на 20% - состоянием окружающей среды и на 50% - образом жизни.

«Человек есть то, что он ест». Г.Гейне



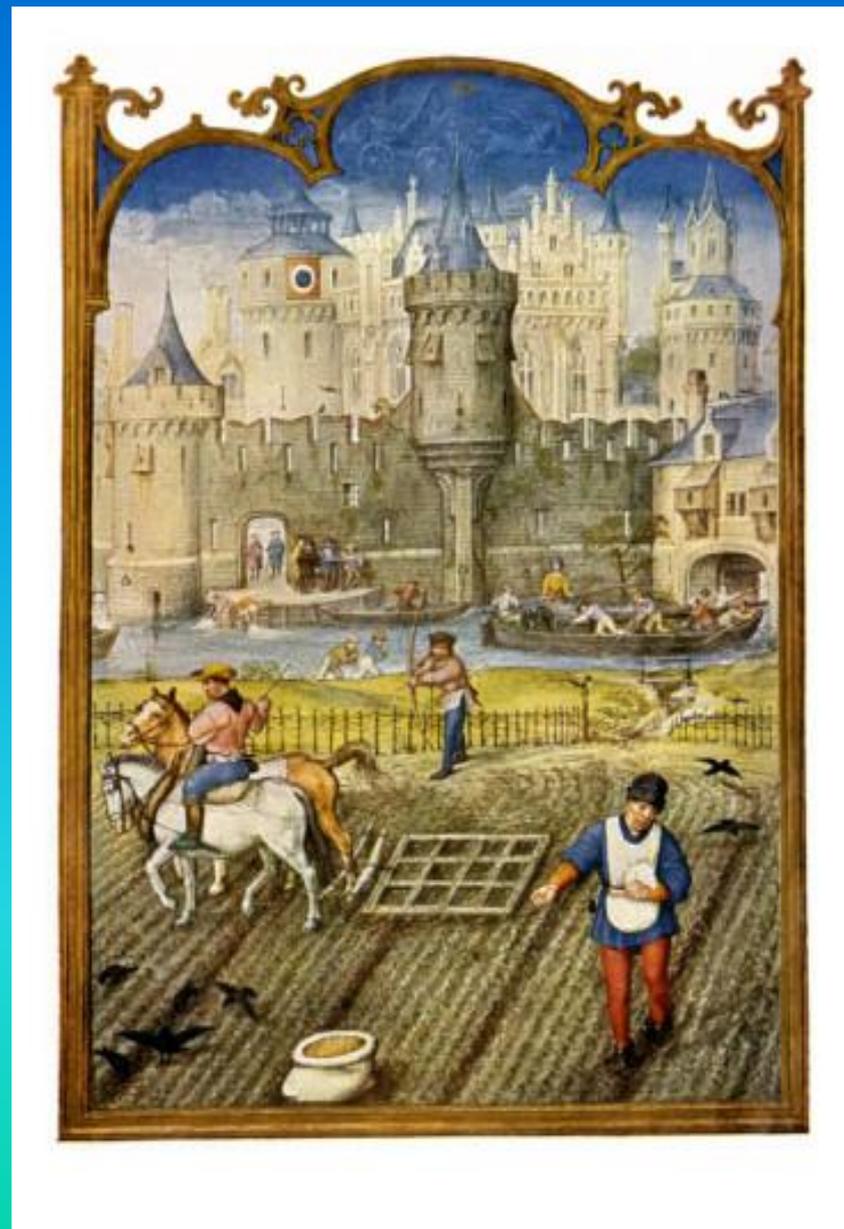
История выращивания картофеля

В поисках пищи человек издавна искал съедобные корни и клубни под землей. Достигнув плоскогорий, лежащих между горными цепями Анд, предки американских индейцев нашли там клубни дикого съедобного картофеля. Колыбелью культуры картофеля считаются плоскогорья Перу и Боливии.

Картофель попал папе римскому в Италию, где и получил своё название. Французская королева включила его цветок в свой туалет, и тут же вспыхнул среди спос знати на цветы нового растения.



Появление картофеля с именем Петра I, который прислал из Голландии мешок неизвестного овоща своему приближенному графу и приказал разослать клубни по всей России для разведения картофеля. Екатерина II, убедившись, что наш климат благоприятствуют разведению картофеля, приняла ряд мер к распространению этого растения.

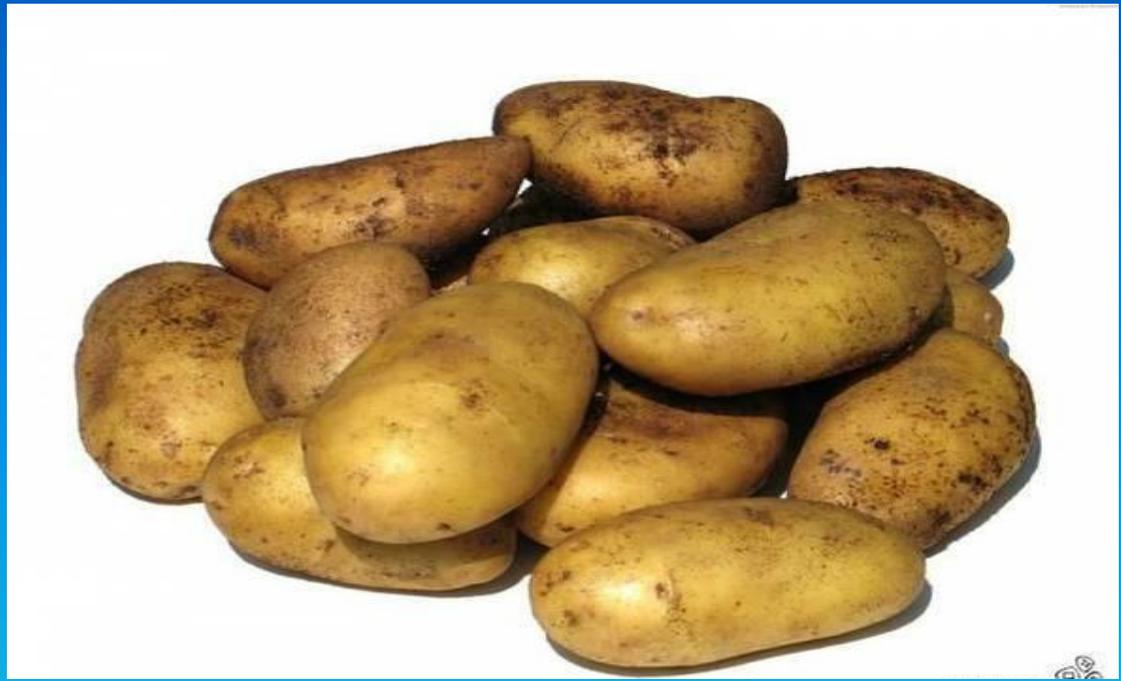


История возникновения чипсов.

Чипсы случайно придумал Джордж Крам, шеф-поваром одного из ресторанов на американском курорте, в августе 1853 года.



По легенде, одним из фирменных рецептов того ресторана был «картофель фри». Однажды на ужине миллионер вернул жареный картофель на кухню, очень недовольный тем, что тот очень толсто порезан. Крам решил подшутить и нарезал картофель буквально бумажной толщины и обжарил в масле. Но блюдо понравилось миллионеру и его друзьям. Вскоре из-за простоты рецепта чипсы стали предлагаться во многих ресторанах.



Краткая историческая справка о приготовлении чипсов и снэков

«Чипсы» (от англ. «chips» - ломтик, кусочек) – плоские продукты, полученные отрезанием от целого.

Сегодня для приготовления картофельных чипсов используют специальные сорта картофеля. Отобранный картофель моют, чистят и нагревают до 80 С. Затем картофель нарезают ломтиками и после удаления выделившегося на их поверхности крахмала обжаривают в растительном масле.

Сорт масла может быть различными и зависит от региональных предпочтений. В США применяют соевое масло в Европе – пальмовое масло, в Беларуси – подсолнечное масло.





Влияние на здоровье



Злоупотребление жареной пищей очень вредно для многих органов человека. Причина кроется в содержании целого ряда вредных соединений: гидроксикислот, эпоксидов, кетонов и альдегидов. Последние могут образовывать канцерогены (химическое вещество, которое воздействуя на организм повышает вероятность возникновения злокачественных новообразований (опухолей)).

Среди многих токсичных веществ, присутствие которых в продуктах питания строго контролируют медики и диетологи, в последнее время выделяют акриламид, поражающий главным образом нервную систему, печень и почки. Акриламид был отнесён к веществам, «вероятно канцерогенным для человека». Но настоящий шок вызвали результаты исследований шведских учёных, обнаруживших запредельные концентрации данного соединения в особо популярных продуктах питания: чипсы, фастфуд...

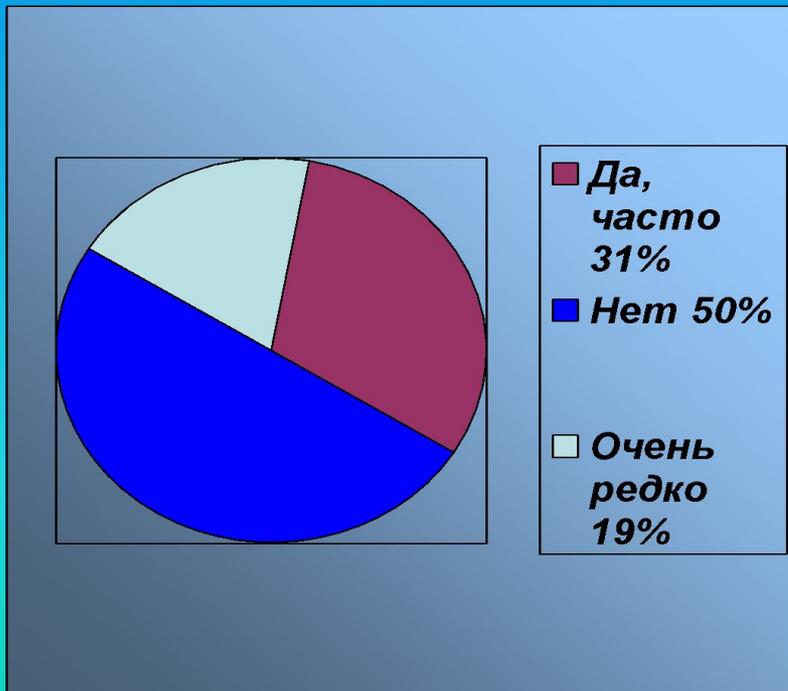
Выводы:

Основные компоненты чипсов и хлебцев человеку жизненно необходимы, но не стоит забывать про большое количество вредных соединений. Соблюдайте рекомендации медиков по организации диетического питания.

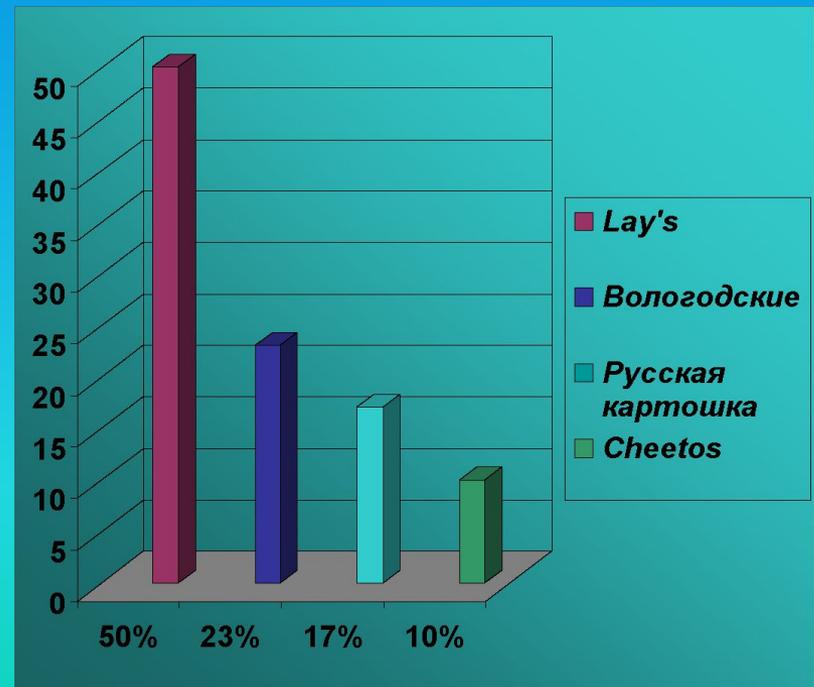


Статистика

«Едите ли вы чипсы?»



«Самые популярные чипсы»





Мы посоветовались с нашим участковым детским врачом, **Мариной Ивановной Файт**. Она сказала следующее:

- «Чипсы не являются полезной пищей для здорового человека, им не место в рационе детей.
- Обжаренная в масле продукция перенасыщена канцерогеннами.
- Избыток соли приводит к защелачиванию организма, отложению солей, хрусту в суставах и отражается на работе внутренних органов.»

Чипсы, чипсы – всюду чипсы,
Каждый день они со мной.
Не могу остановиться,
Обожаю вкус любой.

С паприкой или с грибами,
Со сметаной и бекон.
Я без них хожу кругами,
Как рукой снимает сон.

Что же делать? Как ужиться
Со своим желудком мне?
Может к магу обратиться?
Разум будто бы в огне!!!

Прихожу домой я быстро
И включаю интернет.
Я читаю свойства чипсов
И на мне аж лица нет!

*Спасибо за
внимание!!!*

