

Полезные и вредные напитки



С МОЛОКОМ



Самые полезные – свежавыжатые соки без добавления соли или сахара. Можно делать из фруктов, овощей и ягод.



Квас – «живой» напиток на основе брожения.



Травяной, фруктово-ягодный или цветочный чай



Молочные напитки – результат деятельности молочнокислых бактерий



Простокваша



Йогурт

Йогурт – кисломолочный продукт, уникальный во многих отношениях. Во-первых, в его производстве используются две культуры молочнокислых микроорганизмов – **болгарская палочка** и **термофильный стрептококк**.

Именно содружество этих двух бактерий обеспечивает йогурту особые качества, выделяющие его среди других кисломолочных продуктов

Болгарские палочки и термофильные стрептококки, используемые при изготовлении йогуртов очень полезны. Эти организмы в кишечнике производят молочную кислоту, которая уничтожает бактерии, вызывающие гниение пищи в толстой кишке.

Болгарская палочка эффективно разлагает молочный белок, поэтому он усваивается лучше из кисломолочных продуктов, чем из обычного молока.

Микроорганизмы йогуртов обогащают наш организм белками, минеральными солями, ферментами и витаминами, даже такими редкими, как D и B1.

Кефир

Кефир – это уникальный продукт, который не существует в природе в чистом виде, а получается на производстве путем брожения и закваски.



Кефирные грибки – это уникальные микроорганизмы: они различны, но прекрасно уживаются между собой – живут в симбиозе, и создают напиток, вкус которого не меняется уже сотни лет. Для приготовления в домашних условиях настоящего кефира или простокваши наилучшим вариантом будет использование так называемых кефирных грибков, которые по своей биологической природе представляет собой сообщество молочнокислых стрептококков, лактоацидных бактерий и отдельных видов дрожжей. Если условия жизни благоприятны, количество разных видов микроорганизмов остается постоянным – не бывает так, чтобы одни подавляли других, поэтому получить кефирные грибки искусственным способом, в лабораториях, учёные так и не сумели.

Кефир – это настоящий подарок природы: микроорганизмов в нём более 20 видов, и молочные стрептококки считаются основными, а по лечебным и диетическим свойствам с кефиром могут сравниться немногие кисломолочные продукты.



Вредные напитки



ALCOHOL

HARMFUL EFFECTS

- BRAIN DAMAGE ADDICTION & STROKE
- BLURRED VISION
- SLURRED SPEECH
- BLEEDING THROAT
- BREATHING MAY STOP
- HEART DISEASE IRREGULAR HEART BEAT
- STOMACH ULCERS
- LIVER DISEASE LIVER FAILURE
- MUSCLE WEAKNESS
- INTESTINAL CANCER
- INTESTINAL ULCERS
- IMPOTENCE (MEN) & INFERTILITY (WOMEN)
- OSTEOPOROSIS

A man holding a can of alcohol with various health effects overlaid on his body, such as brain damage, blurred vision, slurred speech, bleeding throat, breathing may stop, heart disease, stomach ulcers, liver disease, muscle weakness, intestinal cancer, and osteoporosis.

Пивной алкоголизм

- Пиво не является безвредным слабоалкогольным напитком;
- От пива делаются ленивыми, глупыми и бессильными;
- Самое разрушительное и вредное последствие неумеренного потребления пива – больное сердце;
- Пиво вредно влияет на гормоны человека;
- Пиво – наркотик вызывающий агрессию;
- Пиво разрушает печень быстрее чем другие спиртные напитки.



ПИВО ЭФФЕКТИВНЕЙШЕЕ БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОРУЖИЕ

ОТРАВЛЕНИЕ СИВУШНЫМИ МАСЛАМИ И ЭТИЛОВЫМ СПИРТОМ
ПОВРЕЖДЕНИЕ ПОЛОВЫХ ГОРМОНОВ; СИНДРОМ "ПИВНОГО СЕРДЦА"

ЖЕРТВА САМА ОПЛАТИТ СВОЁ УНИЧТОЖЕНИЕ

Спасибо за внимание!

Создано:

Воронцова М. В.

Учитель географии и биологии

МКОУ Семёновская СОШ

2014 год