

Вся правда о шоколаде



Выполнил: Франтов Егор
ученик 3-б класса
средней школы Чехов-7

Руководитель: Сидорова
Надежда Витальевна

Мой красивый - белый, чёрный -
На съеденье обречённый,
Самый вкусный, сладко-сладкий,
Что зовёшься шоколадкой!

Ты молочный и с начинкой,
Ты с волшебной серединкой,
И с орехом, и с изюмом.
Я люблю тебя безумно!



Актуальность

Шоколад и шоколадные конфеты – самое любимое лакомство среди детей и взрослых. Все знают, что шоколад вкусный, но мало кто знает, полезен или вреден шоколад для здоровья. Я выбрал эту тему для своей работы, потому, что люблю шоколад и хочу выяснить всё о шоколаде, в том числе полезен он или вреден?

Цель: выяснить, полезен ли шоколад для нашего организма и какое влияние оказывает употребление шоколада на наше здоровье.

Задачи:

1. История шоколада.
2. Узнать как получают шоколад.
3. Изучить состав и виды шоколада.
4. Изучить влияние шоколада на организм человека.
5. Провести анкетирование учащихся, учителей и родителей.
6. Сделать вывод.

История шоколада.



Шоколад делают из какао-бобов — семян шоколадного дерева.

История шоколада началась давно - более 3000 лет назад. Родиной шоколада, как и дерева какао, является Центральная и Южная Америка.



Изначально шоколад употреблялся только как напиток. Напиток был вязкий, горький и готовился с добавлением специй и трав.

В начале 19 века был изобретён гидравлический пресс, при помощи которого из плодов шоколадного дерева извлекалось масло, из которого стали делать твёрдый шоколад.



Первая плитка шоколада появилась лишь в конце 19 века.



Сегодня в мире существует несколько кондитерских фабрик, которые выпускают качественное и элитное лакомство, в том числе и в России.



Как получают шоколад?



Состав шоколада:

Исследование состава шоколада рках шоколада присутствуют такие вещества как:

- какао тёртое,
- какао-масло,
- какао-порошок,
- сахар,
- растительные жиры.

В зависимости от сорта шоколада присутствуют добавки в виде:

- молока или сливок,
- ванилина,
- орехи, кусочки фруктов и ягод.

Шоколад, как и любой другой продукт, обязательно включает белки, жиры, углеводы, белок, магний, железо, витамины А, В и Е, холестерин, кофеин.



Виды шоколада

Темный (горький) шоколад



Молочный шоколад



Белый шоколад



Рубиновый шоколад



Шоколад с начинкой



Пористый шоколад



О пользе шоколада:

- Шоколад улучшает настроение,
- Вызывает прилив сил, заряжает бодростью
- Стимулирует память
- Полезен для сердца, улучшает кровоток
- Жиры и сахар, которых много в шоколаде – основные поставщики энергии для организма
- Магний и калий необходимы для нормальной работы мышц и нервной системы.
- Горячий шоколад способствует пищеварению

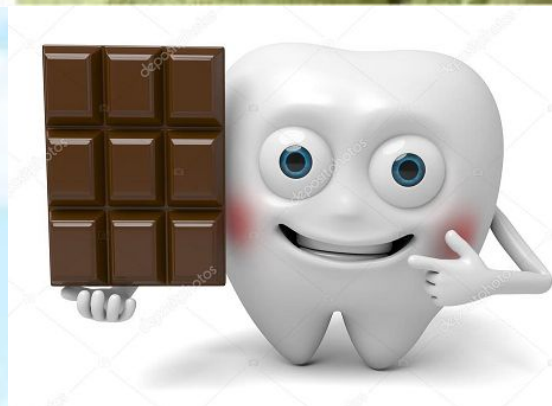


Верны ли утверждения о вреде шоколада?

1. Утверждение первое: *шоколад – виновник лишнего веса.*



2. Утверждение второе: *шоколад – виновник кариеса.*



3. Утверждение третье: *шоколад может вызвать аллергию.*

4. Утверждение четвертое: *в шоколаде нет никаких витаминов.*



Анкетирование учащихся

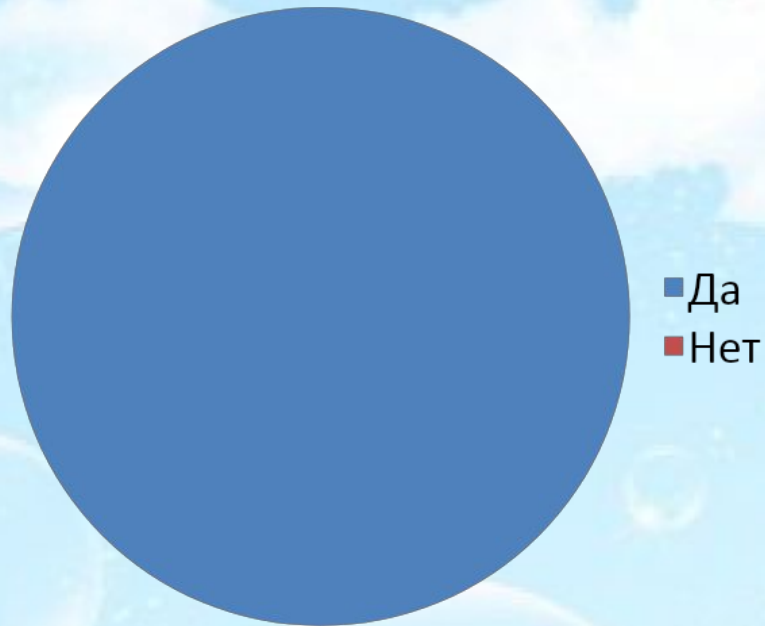
После изучения информации о шоколаде, было проведено анкетирование среди учеников и некоторых взрослых, чтобы узнать их отношение к этой сладости.

Было опрошено 50 человек: 40 детей и 10 взрослых. Я задавал им следующие вопросы:

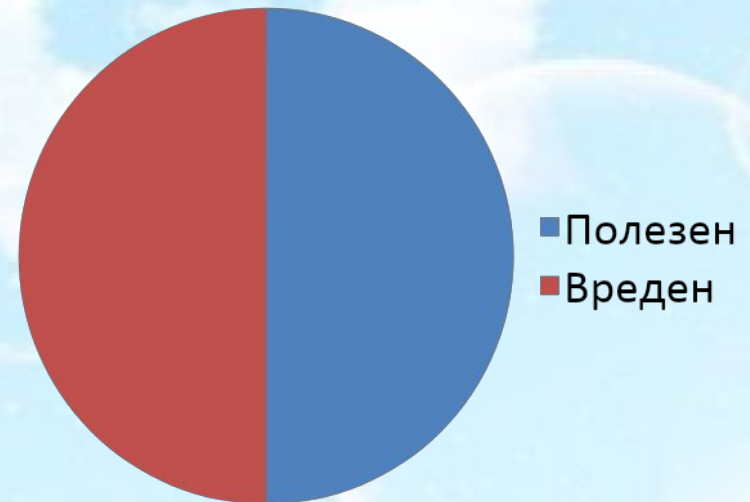
- Любите ли вы шоколад?
- Какой шоколад вы предпочитаете?
- Полезен или вреден ли шоколад?
- Часто ли вы едите шоколад?

Результаты анкетирования:

Любите ли вы шоколад?

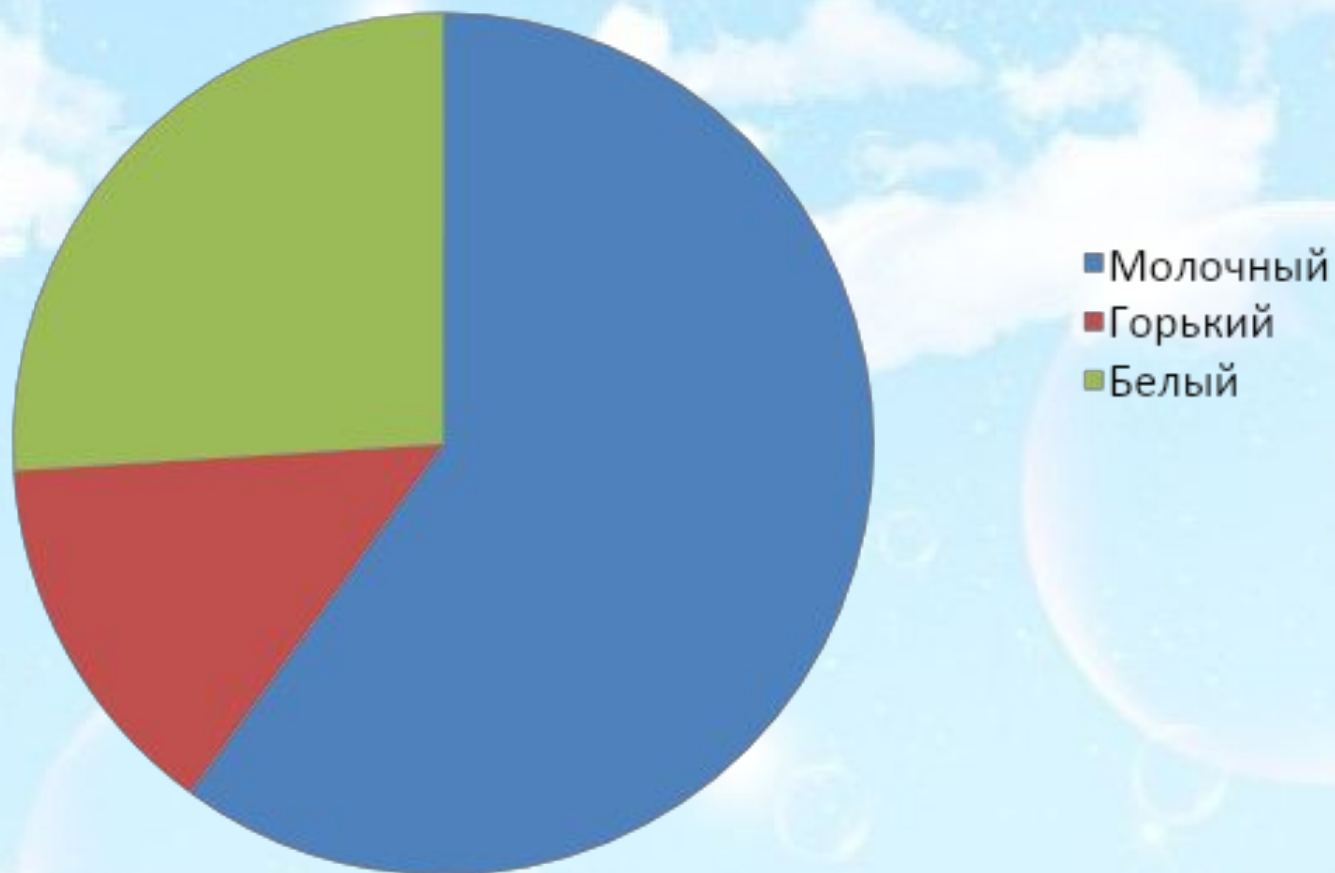


Полезен или вреден шоколад?



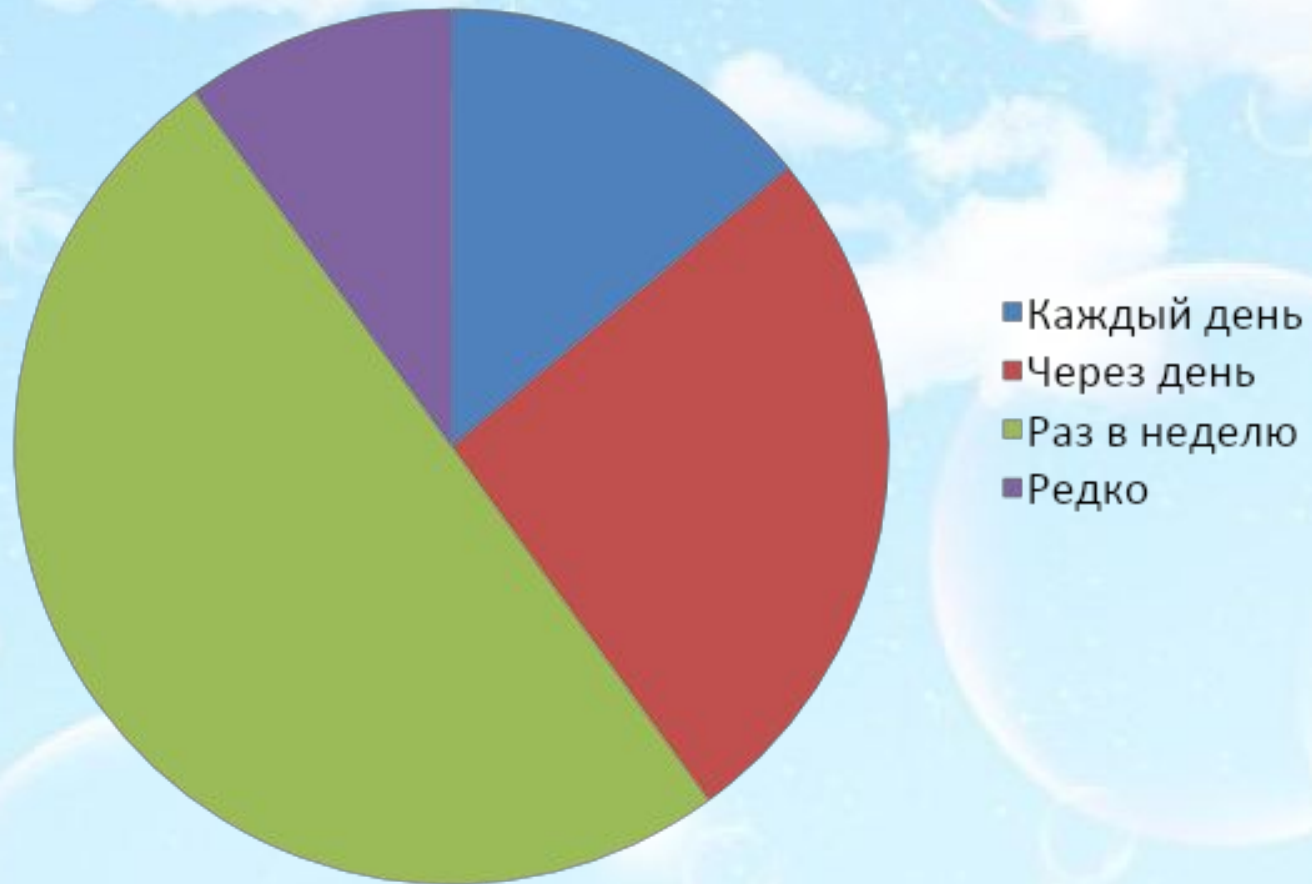
Результаты анкетирования:

Какой шоколад вы предпочитаете?



Результаты анкетирования:

Как часто вы едите шоколад?



Выводы:

По итогам анкетирования можно сделать следующие выводы:

- Шоколад любят все и взрослые и дети
- Молочный и белый шоколад любят больше, а горький предпочитают только взрослые
- Мнение о том вреден или полезен шоколад разделились 50х50
- В основном шоколад едят раз в неделю и чаще.

По итогам изученной информации можно сказать:

Шоколад является продуктом не только вкусным, но и полезным.

Шоколад благотворно влияет на здоровье и самочувствие человека, если его употреблять в умеренных количествах.

Самые большие изделия из шоколада:



Самую большую в мире плитку шоколада изготовили в 2011 году.

Размер этой шоколадной плитки – четыре метра в длину и столько же в ширину. Вес гиганта составляет **5 792,5 килограмм**.

Самое большое в мире шоколадное пасхальное яйцо было сделано в 2008 году, в Португалии. Высота яйца - 14,79 м, а в диаметре оно достигает 8,40 м. На изготовления шоколадного яйца ушло 1950 кг шоколада.



Самые необычные изделия из шоколада:

