

# ***Конфеты!!!!!!***

Подготовил ученик 2 класса «В» ГБОУ Школы № 37, Москва Муртазалиев Ризван  
Руководитель Янченко Екатерина Александровна





GoodFon.ru



изготовленные из сахара, шоколада, засахарённых фруктов и других продуктов. Слово "конфета" произошло от латинского confectum - «изготовлено». Этот термин изначально использовали аптекари в 16 веке. Они называли этим словом засахаренные или переработанные в варенье фрукты, используемые в лечебных целях.

# Где появились конфеты?



Более 3 тысяч лет назад древние египтяне случайно смешали мёд, инжир и орехи – так появились самые первые в мире конфеты.

# Интересные факты!

- **Лакомство богачей.**

Шоколад появился ещё во времена индейцев ольмеки. Тогда начали готовить специальный напиток: срывали какао-бобы, пересушивали их, растирали, разбавляли водой и добавляли красного перца. В таком виде его употребляли ещё много лет, пока с приходом конкистадоров Христофор Колумб не открыл какао-бобы всему миру.

- Фернандес де Овьедо-и-Вальдес, историк, говорил, что шоколад могли пить только люди с большим состоянием, так как он был настолько дорогим, что пить шоколад означало пить деньги. Употребление шоколада было признаком состоятельности!

# Вкусная драгоценность.

- В день рождения испанской королевы Елизаветы Валуа съехались гости со всех концов земли. Они дарили ей всевозможные драгоценности, но она обрадовалась лишь шоколадным конфетам. Её муж, Филипп II сделал ей замечание по этому поводу, на что королева ответила, что бриллианты дороги и их можно купить, а шоколадные конфеты очень редки и горазд



# Виды конфет

- глазированные – покрытые полностью или частично шоколадной, карамельной, помадной, жировой или другими

В



- неглазированные, состоящие из конфетных масс.



# Сколько можно есть конфет?



По мнению специалистов, для полноценного развития ребенку необходимо потреблять 30–40 г «сладких углеводов» в день: две-три конфеты, или одну зефирину, или два печенья.

# Полезно или вредно есть конфеты?

- В состав конфет входят углеводы – фруктоза, глюкоза, лактоза, сахароза и другие углеводы, жиры или липиды, так же в конфетах есть немного белков, совсем мало минералов и витаминов.
- Шоколад является источником энергии для нашего организма
- поднимает настроение
- повышает умственную и физическую работоспособность
- улучшает работу нашего сердца
- понижает артериальное давление и улучшают кровообращение
- улучшает память и внимание
- Самый полезный шоколад - горький или темный шоколад





# Вредные свойства конфет

- От чрезмерного потребления конфет разрушается эмаль зубов,
- Повышается угроза появления кариеса.
- Особенно опасно есть сладости через несколько часов после еды.
- Не стоит есть шоколад в больших количествах и вечером, может появиться бессонница.
- Вреден шоколад людям страдающим аллергией, ожирением, больным сахарным диабетом.
- Из всех сладостей наиболее полезны – зефир, мармелад и пастила и лучше выбирать белого цвета, так как в них нет красителей и добавок





## Советы «конфетоежкам»

1. ЛУЧШЕ ЕСТЬ ШОКОЛАДНЫЕ КОНФЕТЫ
2. ЗА ДЕНЬ СЪЕДАЙТЕ **2-3** КОНФЕТЫ
3. НЕ ЕШЬТЕ КОНФЕТЫ НА ГОЛОДНЫЙ ЖЕЛУДОК
4. НЕ ГРЫЗИТЕ ЛЕДЕНЦЫ И КАРАМЕЛЬ - ПОВРЕДИТЕ ЭМАЛЬ

