



**Чипсы**

## *Из словаря...*

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



# *Немного истории*



Впервые чипсы были приготовлены  
Более 150 лет назад в США





Капризный посетитель дорогого американского ресторана вернул жареный картофель на кухню, пожаловавшись на то, что брусочки нарезаны слишком толсто.



Тогда шеф-повар решил подшутить над клиентом: нарезал картофель тонко-тонко и обжарил до хруста в масле. К удивлению повара клиент пришел в восторг от нового блюда.



Так, совершенно случайно, были изобретены чипсы.



КТО ЛЮБИТ ЧИПСЫ?

# Любимая марка чипсов

«Читос»

«Русская  
картошка»

«Лэйс»

«Принглс»



**Часто ли вы их едите?**

**Каждый день;**

**1 раз в неделю;**

**1 раз в месяц;**

**1 раз в год;**

**Редко;**

**Совсем не ем!**

# Когда вы их едите?

- Когда гуляю;
- Сидя за компьютером;
- У телевизора.

# Кто вам их покупает?

- Родители;
- Родственники;
- Сам покупаю.



**Как вы думаете,  
полезные чипсы  
или вредные?**

# По способу производства

## классические

Очищенный картофель нарезается ломтиками средней толщины 1 мм и обжаривается. Полученный в результате продукт в русской кухне называется **«хрустящий картофель»**

Чипсы из резаного картофеля обжаривают **5-7 минут**

## формованные

Готовятся из пюре, для которого используют как картофель, так и зерновые культуры. Из сухих смесей и воды замешивается тесто, которое затем разливают в формы и запекают. Можно получить как плоские чипсы, так новые, оригинальной формы. Их принято называть не чипсами, а **снеками**.

Чипсы из пюре обрабатываются **15 секунд**.

**Знаете ли вы ...**



**Для того, чтобы сделать 1 кг чипсов, нужно переработать 5 кг картофеля.**



Какие «вкусняшки» добавляют  
в чипсы?



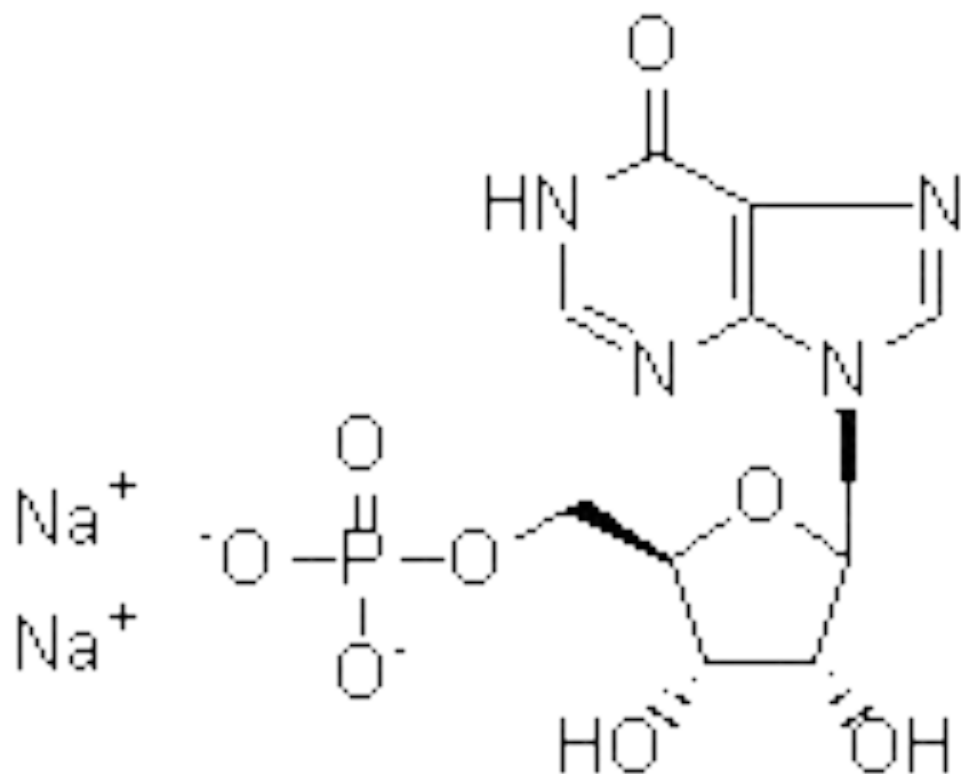
# *Гуанилат натрия E 627*

**Запрещён для детского питания.**

**Может вызвать расстройство  
кишечника.**



# Инозинат натрия Е 631



**Может вызвать  
резкие скачки  
артериального  
давления.**





# Глутамат натрия E621



**Может вызывать  
аллергию.  
При передозировке  
наблюдается:  
головная боль,  
частое сердцебиение,  
тошнота,  
боль в груди,  
сонливость и  
слабость.**



# *Мальтодекстрин*

**Приводит к  
ожирению.**



# **Диоксид кремния E551**

**Это разделитель, и добавляется в продукт для того, чтобы продукт не слеживался.**

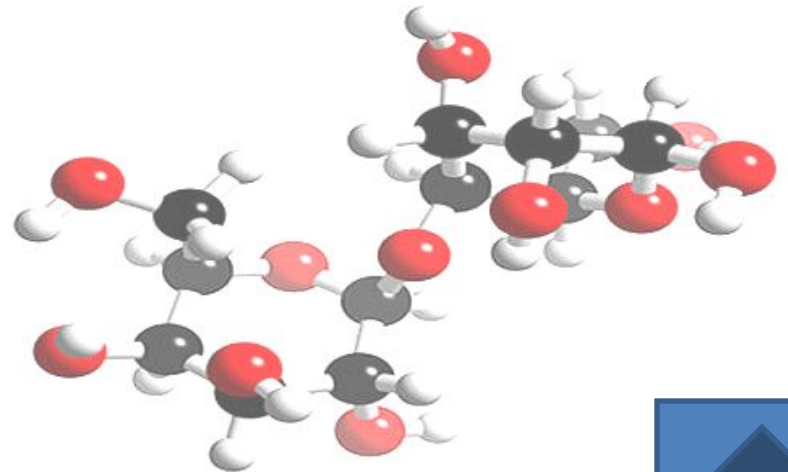
**Опасен для сердца!**





# *Лактоза - молочный сахар*

**Если после употребления чипсов у вас  
бывает тошнота, спазмы, вздутие, газы  
или диарея,  
то причиной тому может быть  
непереносимость лактозы.**



# Глютен

- Глютен – особый белок, содержащийся в пшенице. Придаёт хлебу из пшеничной муки его особые свойства – «эластичность» и пышность.
- Глютен у детей раннего возраста нередко вызывает пищевую аллергию. Проявления ее могут быть различными – от кожных высыпаний до хронических поносов.



# Фенилаланин

Вызывает бессонницу.



# Аспартам E951



**Аспартам  
слаще сахара  
примерно  
в 200 раз.**

**Вызывает рак  
почек.**







**В чипсах очень много соли.**

**Об этом нужно помнить людям, страдающим болезнями почек. Ведь соль в больших количествах задерживает в организме воду. Это приводит к увеличению к повышению артериального давления.**



=



# **Министерство здравоохранения запретило продавать чипсы и газированные напитки в ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ.**

Медики объясняют свое решение тем, что количество детей с болезнями пищеварения резко увеличилось. А всему виной – нездоровая пища.



**Чипсы – это не разновидность жареной картошки. Чтобы избежать ожирения и различных заболеваний, надо исключить этот продукт из своего питания или уменьшить.**

**Замена чипсам есть – это полезные «вкусняшки»: фрукты, сухофрукты, орехи, семечки.**

