

ДОКЛАД:

«МОРОЖЕНОЕ - ПОЛЬЗА ИЛИ ВРЕД?»

ВЫПОЛНИЛА :ОРЕШКОВА ЕКАТЕРИНА

УЧЕНИЦА 4»А» КЛАССА

РУКОВОДИТЕЛЬ :КОНТАНТИНОВА ГД

Цель

Цель нашей работы: выяснить, приносит мороженое пользу или вред?



Актуальность

- Многие дети и взрослые любят мороженое, но находят в этом сладком лакомстве больше вреда, чем пользы. Так ли это? Попробуем разобраться.
- Для того чтобы смело покупать мороженое надо узнать какое полезно, а какое вредно.



Задачи

- Изучить литературу по данной теме.
- Познакомиться с историей возникновения мороженого.
- Провести опрос учеников 1-4 классов

- **Объект исследования:**
мороженое
- **Предмет исследования:** влияние мороженого на здоровье человека

Гипотеза

- Разумное употребление мороженого идет на пользу здоровью человека



Кто и когда придумал мороженое?

Мороженое
придумали в Китае,
около 5000 лет
назад. Китайцы
охлаждали
фруктовый сок.
Раньше такое
лакомство называли
щербет.



Из чего делают мороженое?

Мороженое — это замороженная сладкая масса из молочных продуктов с различными добавками

- Мороженое изготавливается обычно из: молока, сливок, масла, сахара, вкусовых и ароматических веществ, стабилизаторов.



Мороженое

молочное



сливочное



пломбир



фрукто-ягодное



Польза и вред мороженого

Польза мороженого

- 1)Повышает настроение
- 2)Обычно мороженое изготавливается из молока
- 3) мороженое содержит очень много полезных веществ
- 4) благотворно влияет на процесс сжигания жиров
- 5) Оно отлично утоляет голод

Вред мороженого

- 1)Может вызвать головную боль
- 2)В нем есть консерванты и красители
- 3) Много сахара и жира

Самое вредное мороженое

В этом лакомстве только ароматизаторы, красители и вкусовые добавки – они удачно комбинируются, смешиваются с очищенной водопроводной водой, стабилизаторами и кислотами, затем замораживаются и продаются. Пользы от такого состава никакой, а вот опасность есть – накопление в организме большого количества пищевых добавок.



Рекомендации

- Внимательно читайте упаковку.
- В хорошем мороженом не должно быть растительных жиров. Масло должно быть только сливочным, а молоко – настоящим.
- Упаковка не должна быть мятой.
- Попробуйте мороженое. Лед и снег не должны хрустеть на зубах.
- Хорошее мороженое тает медленно, не превращаясь в лужицу прямо на глазах.

Опрос

Как вы считаете мороженое полезно или вредно?

Опрошено полезно вредно не знаю
учащихся

38

14

9

15

Выводы:

- Польза мороженого.
- Мороженое богато витаминами и минеральными веществами. Мороженое производят из молока и сливок, которые содержат натуральные вещества, успокаивающие нервную систему и стимулирующие выработку организмом "гормона счастья" . Он улучшает память, поднимает настроение и помогает нам справиться со стрессом.
- Вред мороженого.
- Вред его заключается, прежде всего, в высокой калорийности. Частое употребление мороженого может быть причиной головных болей, даже здоровым людям не следует есть мороженое каждый день, а только 2-3 раза в неделю.
- **Завершая работу, можно подвести итог: мороженое полезно в умеренных количествах.**

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

- 1) Арсеньева Т.П. Справочник технолога молочного производства. Том 4 Мороженое**
- 2) Мороженое молочное, сливочное и пломбир 2004.**
- 3) Молоко и молочные продукты. Титрометрические методы определения кислотности 2001..**

Спасибо за внимание!

