

Фестиваль проектов «Горизонты открытий» МБОУ г.  
Мурманска гимназия № 8



Мурманск, 2017г.

# Проект «Овощные фантазии»

Выполнили учащиеся 56  
класса

Анисимова София  
Антипова Виктория  
Гармс Ульяна  
Давыдова Александра  
Лентина Мария  
Никитина Елизавета  
Родькина Вероника  
Тагиева Камилла

Руководитель

М.К. Мармылева

# Обоснование.

- ▶ Во время приема пищи в гимназии мы обратили внимание, что очень мало детей едят овощи и овощные салаты.
- ▶ Так как овощи занимают важную роль в пищевой пирамиде (овощи и фрукты являются источниками витаминов и минеральных веществ, углеводов, в их состав входит и клетчатка, хотя она и не переваривается организмом, но зато она помогает организму освобождаться от ненужных и вредных веществ, нормализует многие обменные процессы), то мы решили узнать как можно повысить интерес детей к овощным блюдам.
- ▶ Нам захотелось сделать овощные блюда привлекательными.

« Умел в гости звать, умей угощать»



# Цели и задачи

- ▶ Цель
- ▶ Пропагандировать употребление овощей.
- ▶ Задачи
- ▶ Изучить способы украшения блюд.
- ▶ Научиться украшать блюда.
- ▶ Показать мастер класс по украшениям из овощей.
- ▶ Сделать буклет и презентацию.

# Анкета

№	вопрос	ответ
1.	Как часто ты кушаешь овощи?	
	изредка	
	каждый день	
	несколько раз в день	
2.	Нравятся ли вам красиво украшенные блюда?	
3.	Кажутся ли они вам более привлекательными?	
4.	Вы бы охотнее съели	
	салат	
	целый овощ	
	все равно	
5.	Влияют ли на ваш выбор	
	советы врачей	
	мнение родителей	
	реклама	
	пропаганда здорового образа жизни	

# Бутерброды для детей



# Салаты для детей



# Несложные композиции







# Более сложные композиции.





- ▶ Карвинг (от англ. carving — «вырезание») в кулинарии — искусство художественной резки по овощам и фруктам.



# Композиции с элементами карвинга



# Карвинг





# Шедевры карвинга

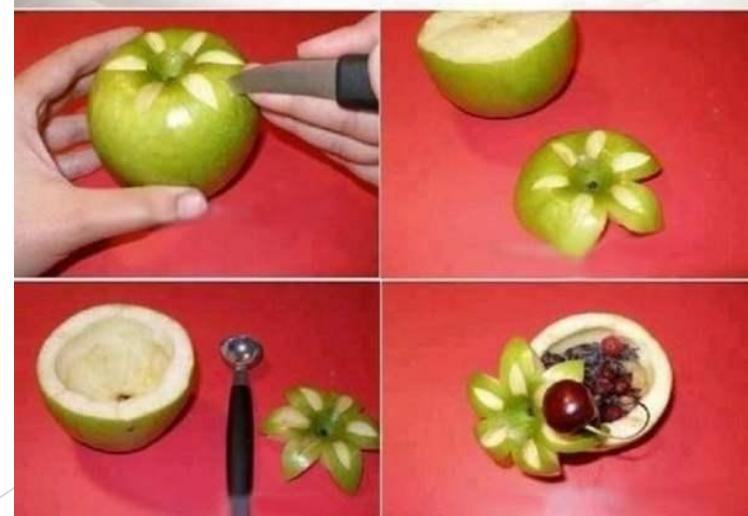




# Мы рассмотрели разные технологии.



Plazilla.com/go/Jyj





# Тюльпаны из томатов, каллы из лука порея.



## КАЛЛЫ

Овощи: лук-порей, морковь для серединки



1. Аккуратно отделите лист лука-порей.



4. С одного конца вставьте в заготовку зубочистку.



2. Ножницами вырежьте лепесток-обертку цветка каллы.



5. Оберните лепесток каллы вокруг серединки и закрепите зубочисткой.



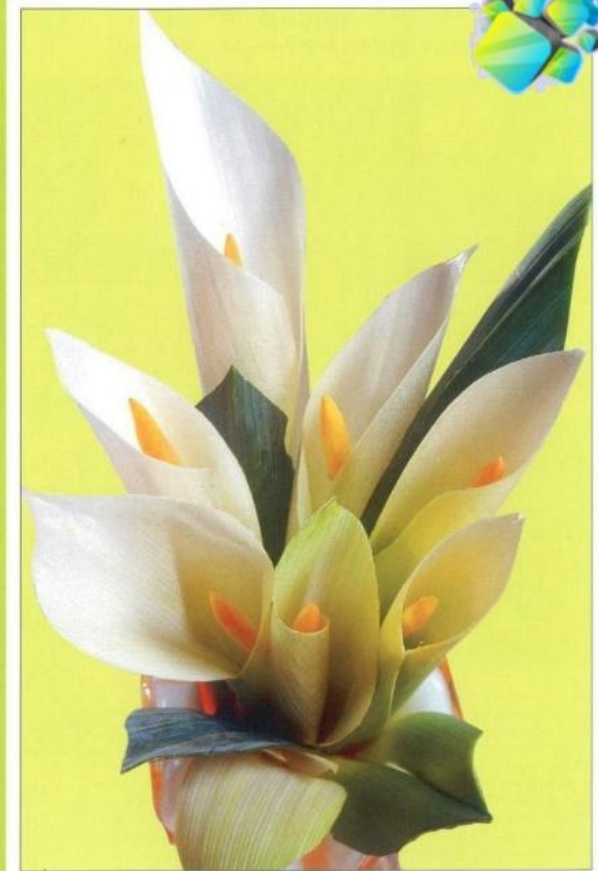
3. Ножницами вырежьте лепесток каллы.



СОВЕТ. Для лепестка используйте белую часть лука-порей с переходом в светло-зеленый.



18



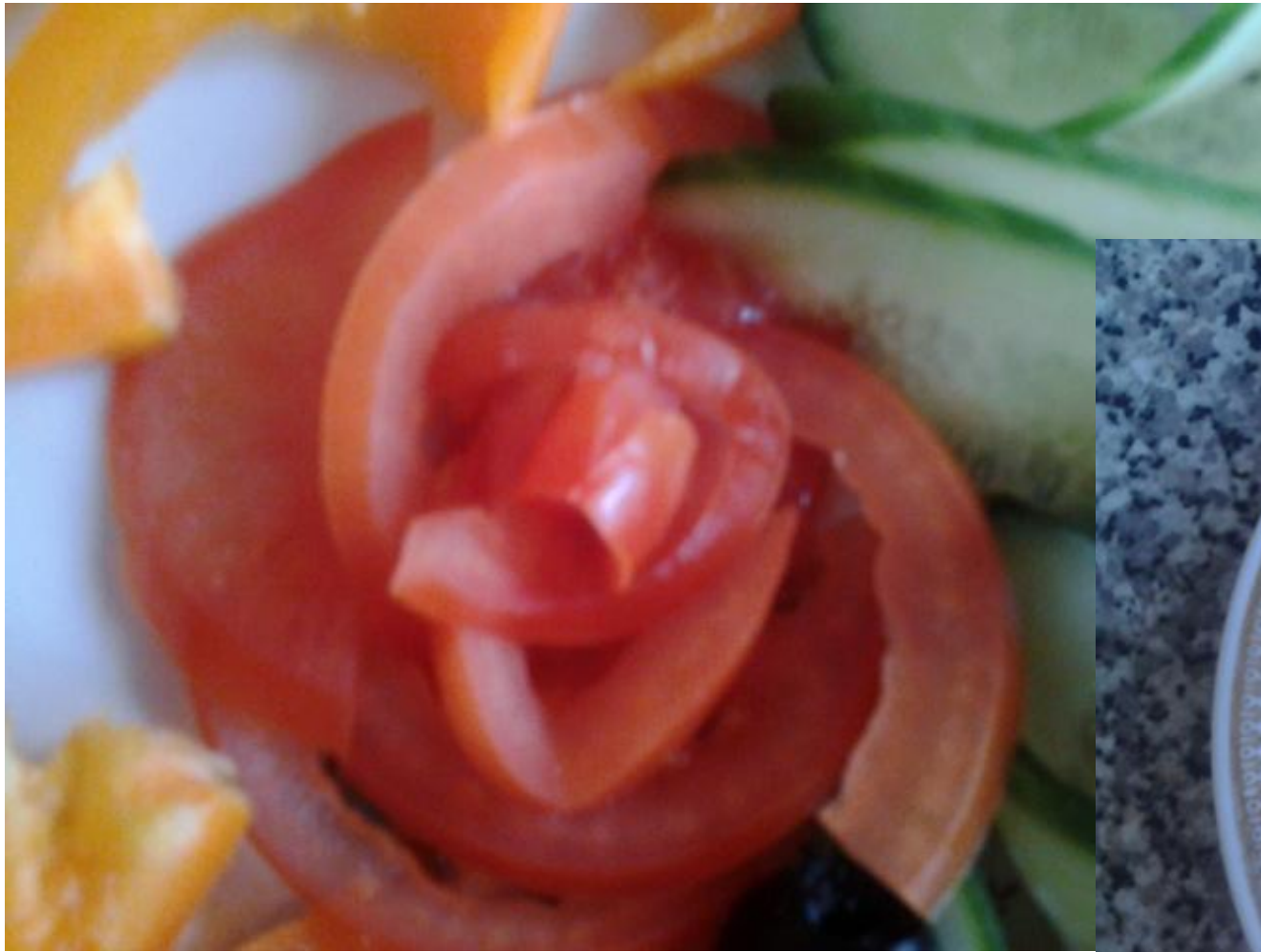
19

# Лотос из лука

Что-то попробовали с родителями и на уроках технологии











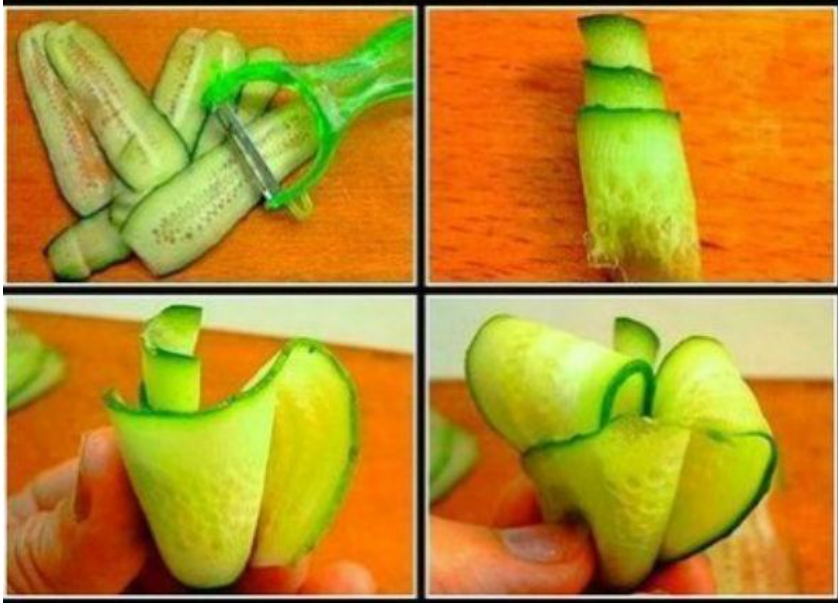
# Изготовление розы из огурца



- ▶ Из всего изобилия мы выбрали для показа розу из огурца, так как она не требует специальных приспособлений, больших навыков и выглядит очень красиво.



- ▶ Однако при ее изготовлении мы столкнулись с некоторыми нюансами, которыми хотим поделиться.
- ▶ Для этого мы составили подробную технологическую карту изготовления розы.





# Для изготовления необходимо

## Материалы

- ▶ 1-2 огурца,
- ▶ свекла или свекольный сок.

## Инструменты и приспособления

- ▶ овощечистка,
- ▶ нож,
- ▶ разделочная доска,
- ▶ бумажные полотенца,
- ▶ блюдо.

# Технология изготовления

- ▶ 1. Помыть огурцы.
- ▶ 2. С помощью овощечистки нарезать огурцы с двух противоположных сторон, оставив середину с семечками.
- ▶ 3. Выложить нарезанные полоски из огурцов на бумажные полотенца.



- ▶ 4. 1 полосу из огурца свернуть спиралью, далее начинаем оборачивать вокруг него следующие «лепестки», перегибая полосу под углом.
- ▶ 5. При необходимости заколоть зубочисткой.
- ▶ 6. Из полосок с кожурой вырезать листья.



# Примечания

- ▶ \* Можно огурец окрасить свеклой после нарезки или в готовом виде.
- ▶ \* Если вы украшаете салат не сразу, то розочки (любые!) нужно ХРАНИТЬ в холодильнике в плотно закрытой таре или под пленкой... Но не более 2-3 часов!
- ▶ \* Если вам нужно сделать розочки за 1-2 дня, тогда их можно смазать тонким слоем желатинового раствора! Это придаст розочкам блеск, склеит их, а также позволит сохранить в первозданном виде!



# Самооценка

- ▶ Мы многому научились. Нашли много интересных идей для украшения блюд. Показали мастер-класс. Создали презентацию и буклет.
- ▶ На следующий год у нас уже есть идеи для продолжения проекта. Мы хотим научиться делать разные украшения. Собрать высказывания известных людей на тему пищи, а также пословицы и поговорки. пословицы и поговорки.
- ▶ С 5 класса мы начали изучать биологию поэтому думаем, что еще поработаем и в этом направлении.

# Библиография

- ▶ М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева Блокнот для школьников «Формула правильного питания» ОЛМА Медиа Групп, 2016г.
- ▶ М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева Тетрадь для школьников «Формула правильного питания» ОЛМА Медиа Групп, 2012г.
- ▶ <https://otvet.mail.ru/question/29981319>
- ▶ <http://www.begetblog.ru/ukrayshenie-salatov-svoimi-rukami-foto.html>
- ▶ [http://192.168.1.2:8001/?&m=icap\\_block&reason=black&link=http%3a%2f%2fwww.dailymotion.com%2fvideo%2fx3trvq2&ctc=\[\]&ltc=\[\]&lwd=](http://192.168.1.2:8001/?&m=icap_block&reason=black&link=http%3a%2f%2fwww.dailymotion.com%2fvideo%2fx3trvq2&ctc=[]&ltc=[]&lwd=)
- ▶ <http://www.myjulia.ru/post/396953/>
- ▶ <http://yapovar.com/buket-iz-ovoshhej-svoimi-rukami.html>
- ▶ и др.

**Спасибо за внимание!!!**