

НОУ СОШ «ИНДРА»

КУЛИНАРИЯ

ВЕСЕЛЫЕ БУТЕРБРОДЫ

Творческий проект 5 класса



Учебный предмет: технология, обслуживающий труд

Разделы программы «Технология»: кулинария, творческое проектирование.

Участники проекта: учащиеся 5 класса ;
воспитатель: Минина.Н.А.

Интеграция проекта: биология, информатика, русский язык, литература.

Руководители проекта: Крагель И.В., Минина Н.А.

Проблема



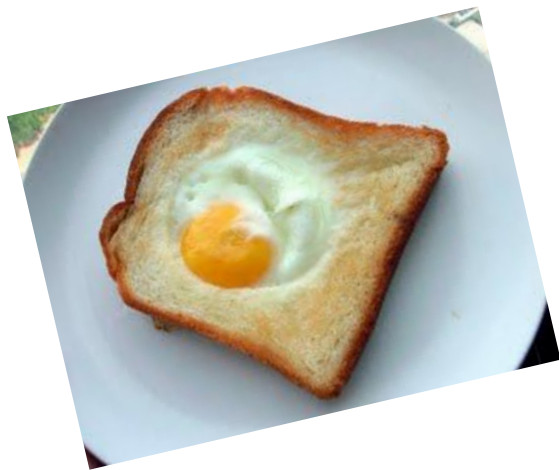
- На завтрак в школе иногда дают бутерброды. Но они какие-то скучные и не понятно с чем.
- Мы хотим есть веселые, полезные и вкусные бутерброды.



Основополагающий вопрос



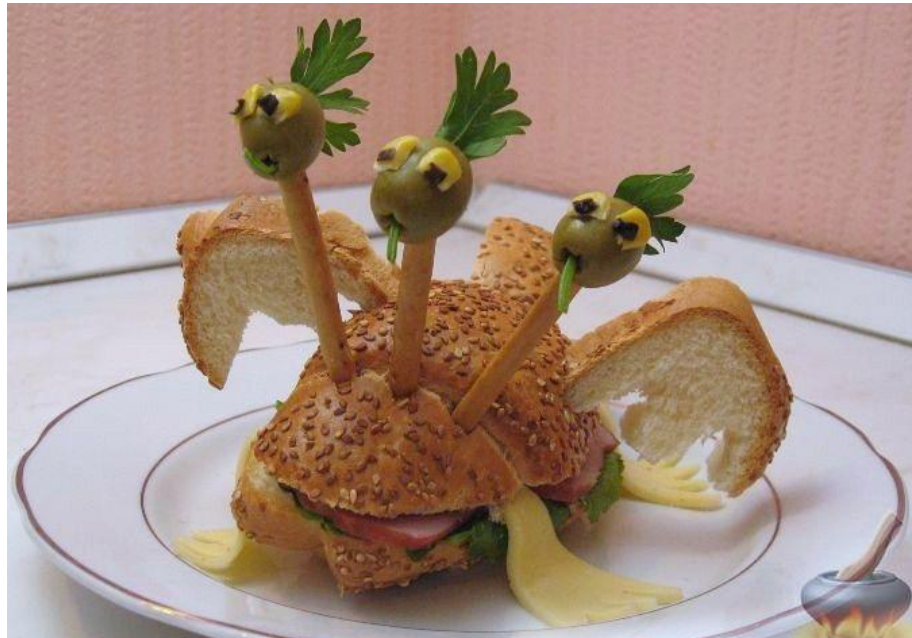
- *To be or not to be?*
 - *Есть или не есть?*
- Вот в чем вопрос*



Гипотеза



Веселый бутерброд - это наслаждение творчеством и вкусом...



Цели и задачи проекта



- **Научиться готовить веселые полезные бутерброды.**
- Узнать происхождение слова «бутерброд» и историю бутерброда в разных странах;
- Исследовать информацию о видах, вреде и пользе бутербродов;
- Собрать рецепты «правильных» бутербродов;
- Познакомиться с особенностями организма:
 - Когда человеку нельзя есть обычный хлеб,
 - Что предпринять для сохранения здоровья.
- Попробовать себя в поварском искусстве создания «веселых» бутербродов;
- Научиться кратко излагать найденную информацию по теме;
- Научиться работать в системе Power Point для создания презентации;
- Защитить проект.

Планирование

| № п/п | Этапы | Материалы. Инструменты Ресурсы | Ответственный ФИО | Сроки выполнения | Примечание |
|-------|---|---|-------------------|--------------------|------------|
| I | Организационный этап | | | | |
| 1.1 | Изучение понятий по теме. | Словари. Интернет. | Весь класс | I триместр 2011 | Выполн. |
| 1.2 | Анализ информации по истории возникновения и видам бутербродов, вреде/пользе. | Интернет, кулинарные книги. | | | |
| 1.3 | Сбор рецептов правильных бутербродов. | Интернет, кулинарные книги. | | | |
| II | Технологический этап | | | | |
| 2.1 | Изучение технологии изготовления веселых бутербродов. | Интернет, книги по уходу за лошадьми, опыт специалистов. | Весь класс | I-II триместр 2011 | Выполн. |
| 2.2 | Советы при целиакии. | Специальная литература. | Ваня | | |
| 2.3 | Изготовление «веселых» бутербродов. Практическая работа. | Инструкции по ТБ, рецепты, оборудование, инструменты, продукты. | Весь класс | | |
| 2.4 | Подготовка докладов по теме. | оборудование для ручных работ. Материалы, шв.машина. | | | |
| 2.5 | Обработка информации. | | | | |
| 2.6 | Подбор семейных фирменных рецептов. | | | | |
| 2.7 | Оформление газеты. | | Соня, Полина | | |
| III | Контрольный этап | | | | |
| 3.1 | Расчет себестоимости бутербродов по выбранным рецептам. | Компьютер. | Лиза | II триместр 2011 | Выполн. |
| 3.2 | Подготовка презентации. | Компьютер, фотоаппарат, принтер, бумага для ксерокса. | Лиза | | |
| 3.3 | Презентация проекта. | Мультимедийная установка, компьютер, карта памяти. | Лиза | | |

Вначале было слово...



- **Бутерброд** (по Ожегову)- **ЛОМТИК** хлеба с маслом, с сыром, колбасой, рыбой, икрой.
- **Бутерброд** (франц. Tartine – по Ушакову) – **тартинка, тартинки**.
- **Бутерброд** (жен. slice of bread and butter, canape ... *Большой англо-русский и русско-английский словарь*) - **тартинка, канапе**.

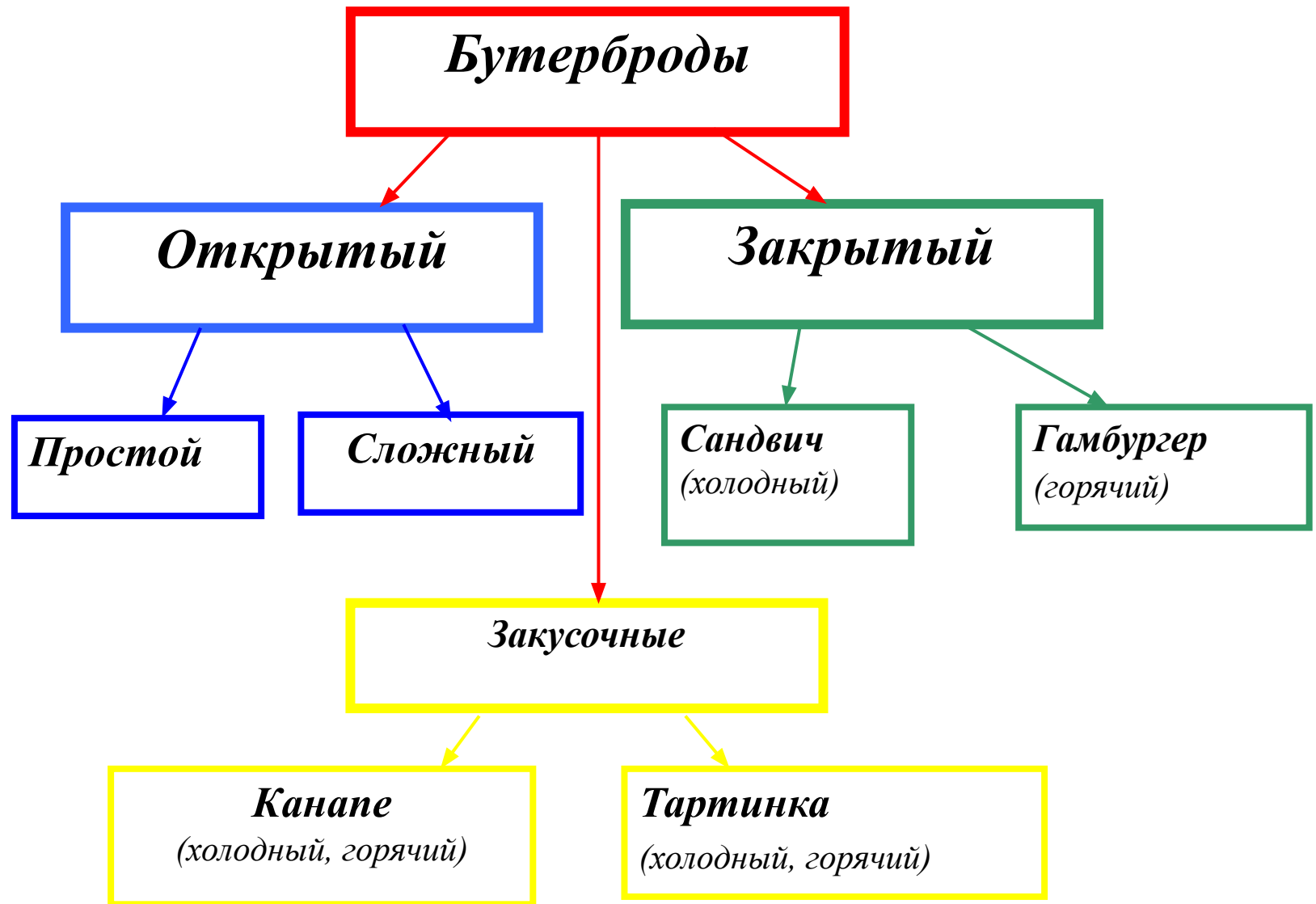


Бутерброды

- *Виды бутербродов*
- *Открытый бутерброд*
- *Закрытый бутерброд 1*
- *Закрытый бутерброд 2*
- *Закусочный бутерброд*
- *Мучные изделия для бутербродов*
- *Виды нарезки*
- *Оборудование и приспособления*
- *Требования к качеству готового бутерброда*



Виды бутербродов



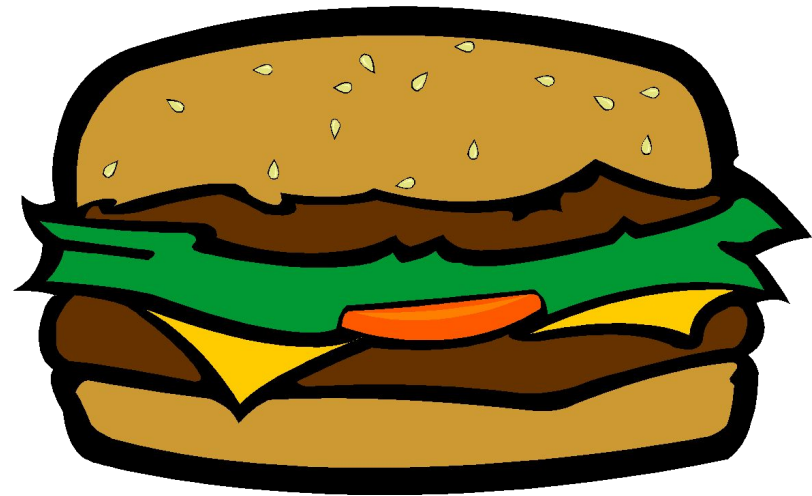
Открытый бутерброд



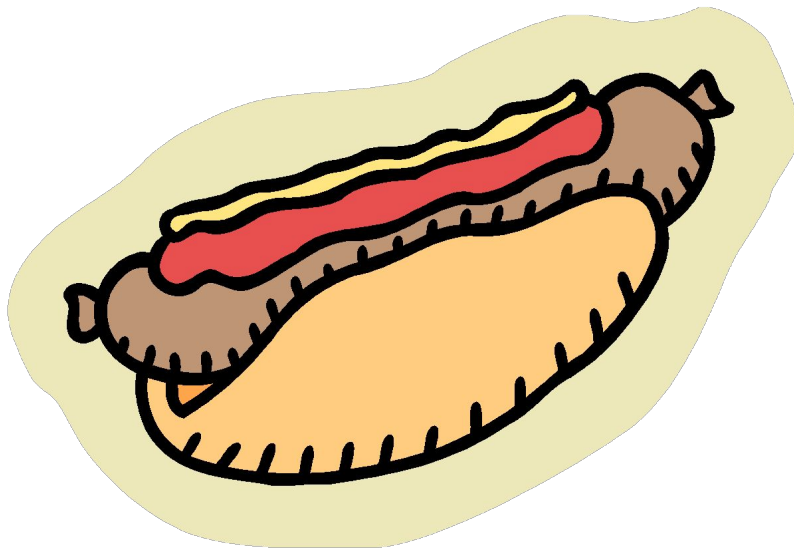
| Мучное изделие | <i>Простой</i> | | <i>Сложный</i> |
|----------------|-------------------|-----------------|------------------------------------|
| | Вид продукта | | Виды продукта |
| Хлеб | Колбасные изделия | Майонез | Кетчуп, колбасные изделия. |
| Батон | Сыр | Шпроты | Сыр, майонез, огурчик, шроты. |
| Булка | Варенье | Сливочное масло | Сливочное масло, варенье или джем. |

Закрытый бутерброд 1

- Сандвич – холодный бутерброд;
- используется два ломтика хлеба и любой продукт между ними.
- Количество слоёв бутерброда зависит от его вида и назначения.



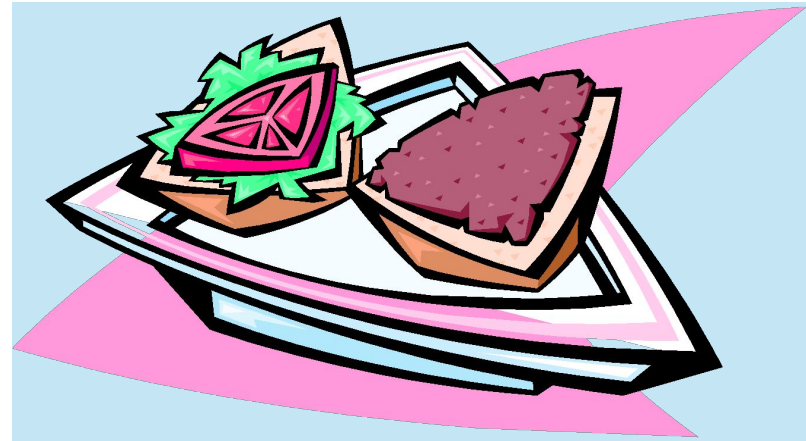
Закрыты́й бутерброд 2



- Гамбургер – булка
внутри которой
находятся горячие
продукты с
приправами и
специями.
- Пита – горячий
бутерброд -
национальная
лепешка, внутри
которой продукты.

Закусочный бутерброд

- **Канопе** – это миниатюрный закусочный бутерброд (может быть горячим и холодным, открытым – простым и сложным).
- **Тартинки** – это пресные корзиночки наполненные горячей или холодной начинкой.



Мучные изделия для бутербродов

| <i>Название продукта</i> | <i>Форма нарезки</i> | <i>Рисунок</i> |
|--------------------------|--|----------------|
| Хлеб | Ломтики для тостов, открытых и закрытых бутербродов. Можно использовать формочки для печенья. | |
| Батон | Нарезка – ломтики, для закусочных бутербродов, открытых. Ломтики режутся на формы -треугольник, прямоугольник, круг. | |
| Булка | Разрез или надрез выполняется по середине булки. | |

Продукты для бутербродов

| <i>Вид продукта</i> | <i>Наименование продукта</i> |
|--|---|
| Консервы | Рыбные (в масле, в томате, в собственном соку), шпроты, мясные, из мяса птицы, море продукты. Паштеты из печени (рыбы, птицы, говядины и др. животных, овощные (зелёный горошек, фасоль, кукуруза), фруктовые). |
| Молочные | Масло сливочное, майонез, сыр, йогурт, сметана, творог. |
| Приправы | Кетчуп, горчица, перец чёрный и красный. Оливки. |
| Мясные | Колбасные изделия (варёная , сырокопчёная, копчёная колбаса, сосиски, сардельки, и др.) Мясные изделия (котлеты, буженина, окорок, корейка и др.) |
| Овощи , фрукты (джемы, варенье) | Все виды овощей и фруктов сыром, консервированном или варённом виде. |
| Рыбные | Все виды рыб в жаренном или солёном, копчёном виде. |
| Грибы | Все виды съедобных грибов в жаренном или консервированном виде. |
| Лук, пряные травы, салаты | Применяются, как украшение, но имеют большую питательную ценность. |

Виды нарезки продуктов

- Круглые продукты – ломтики, дольки, брусочки, кубики (овощи, фрукты, изделия имеющие окружность в поперечном срезе – колбасные изд). Лук - кольца, полукольца. Капуста - соломка, шашечки.
- Грибы – нарезаются продольно или поперечно.
- Рыба – нарезается кусочками, поперёк волокон или пластиками филе.
- Мясные продукты – ломтиками, дольками.
- Фигурная нарезка – выполняется специальными приспособлениями или на овощерезках со специальными насадками.

Требования

1. Приготовление бутербродов только непосредственно перед подачей.
2. Горячие бутерброды подаются определённой температуры.
3. Продукты входящие в состав бутерброда должны быть свежими.
4. Хлеб должен быть одной длины.
5. Срок хранения не больше 4-5 часов.
6. Бутерброды располагаются на блюде в один ряд.
7. Горячие и большие бутерброды едят с помощью ножа и вилки.

Банк идей



Бутерброд "Лев Горыныч" (работа Саши Немченко)



- 1 булочка
- 2 ломтика сыра
- 1 ломтик ветчины
- 1 ломтик варёной колбасы
- 1 чёрная маслина
- 2 зёрнышка кукурузы
- 2 икринки
- 1 кусочек красного перца
- 6 перышек зелёного лука
- 1 лист зелёного салата
- 1 веточка петрушки
- Сливочное масло или майонез



Обезьяна «Чита»

(работа Шуваева Максима)

- 1 булочка.
- 2 ломтика сыра
- 1 ломтик варёной колбасы
- 3 ломтика салями
- 1 зелёная оливка
- 1 зернышка кукурузы
- 2 икринки
- 1 лист зелёного салата
- 1 лист красного салата



Бутерброд «Черепашка ниндзя» (работа Алисова Макара)

1. Булочка с кунжутом
2. Перец болгарский
3. Морковка
4. Кукуруза
5. Лист салата
6. Маслины
7. Хлеб для тостов



Бутерброд «Утконосика» (работа Полины Новгородцевой)



Весёлый поросёнок (работа Пономарева Вани)

1. Булочка с кунжутом
2. Колбаса докторская
3. Лист салата
4. Оливки
5. Перец болгарский
6. Маслины
7. Помидор



Бутерброд «Сонная ворона»

(работа Тимиргалиева Альфреда)

1. Булочка с кунжутом
2. Перец болгарский
3. Вареное яйцо
4. Лист салата
5. Кружок колбасы
6. Огурец
7. Маслинка



Бутерброд «Бабочка» (работа Алены Котляревской)



*Мой летающий
бутерброд!
Угадай ингредиенты,
please!*

Происхождение слова «Бутерброд»



- Бутерброд – (нем.) **хлеб с маслом**.
- Многие авторитетные ученые считают, что бутерброды придумали иудеи (евреи). Во время празднования Пасхи они часто обмазывали хлеб маслом, а иногда и медом.
- Иудейский аналог бутербродов «приносился в жертву» вместо домашних животных. Даже **маца** (тонкие лепешки) часто накладывалась друг на друга, а между прослойками клали **харосет** - смесь из толченых орехов и фруктов.



История бутерброда

- Датчане считают родиной бутербродов свою страну - они делают их с луком и копченой рыбой. А их соседи шведы, в свою очередь, претендуют на первенство, аргументируя это тем, что бутерброд это неизменный спутник знаменитого «шведского стола». Англичане приписывают создание бутерброда Джону Сэндвичу (говорящая фамилия, не так ли?), который отличался фантастическим обжорством и мог несколько часов кряду есть ломтики хлеба, между которыми он укладывал мясо, обмазанное маслом.
- Есть мнение, что изобретателем бутербродов является великий польский астроном, математик и каноник - Николай Коперник. Этот факт кажется удивительным, но, тем не менее, существует вполне реальная, задокументированная история, которая произошла в 1954 году. Коперник работал комендантом замка в городе Ольштын. Жители этого города подняли восстание против захватчиков из Германии в лице Тевтонского военно-религиозного ордена. Пришлось закрыться в замке и выдерживать долгую осаду. Неудивительно, что на ограниченном пространстве при большом скоплении людей стали распространяться болезни и эпидемии. Чтобы уменьшить смертность, Коперник придумал оригинальное решение. По его приказу были отобраны несколько групп, в каждой из которых люди питались только определенной пищей. В результате этого эксперимента выяснилось, что те группы, из рациона питания которых был исключен хлеб, практически не болели. Оказывается, во время раздачи хлеба люди часто роняли его на грязные поверхности. А потом лишь слегка отряхивали и употребляли в пищу. Коперник приказал мазать хлеб маслом, для того чтобы уронивший кусок хлеба человек просто срезал верхний слой масла вместе с болезнетворными бактериями. Удивительно, но эпидемии прекратились.
- Бутерброды быстро распространились по миру. Начиная с XX века, они стали встречаться практически во всех закусочных, буфетах и пунктах общественного питания. Секрет популярности бутерброда прост: его можно очень быстро сделать, а процедура приготовления невероятно легкая. Течение жизни становилось все быстрее, а свободного времени у общества оставалось меньше и меньше, поэтому такая быстрая еда пришлась по вкусу среднему классу, людям, которые не хотели тратить дефицитное время на кулинарные изыски.
- В Советском Союзе бутерброды были если не на каждом столе, то весьма популярным продуктом питания, а история их появления в СССР достойна описания. Как известно, СССР и США были странами, которые конкурировали друг с другом во многих областях (военной, научной, промышленной, культурной). Несмотря на это, порой эти государства плодотворно работали и обменивались опытом. Еще до войны Анастас Микоян, который работал народным комиссаром пищевой промышленности и был известен тем, что мог расположить к себе любого собеседника, решил нанести визит в Америку, для того чтобы понять, как устроены быт и производство продуктов питания за океаном. Хитрый Микоян вернулся в Советский Союз не с пустыми руками, а прихватил с собой пару автоматов по производству гамбургеров. Затем, уже после войны, именно гамбургеры стали прототипами создания знаменитых, известных каждому из нас, бутербродов с маслом и колбасой.

Бутерброд «Черепашка»



- **Категория:** [Бутерброды](#)
- **Ингредиенты**
- хлеб - 1 горбушка
вареная колбаса - 1 ломтик
сыр - 1 ломтик
салями - 2 ломтика
сладкий перец красный - 1 кусочек
консервированная кукуруза
сливочное масло или майонез
- **Рецепт**
- 1. Из ломтика сыра вырезать выемкой кружок с фигурным краем - “панцирь” черепахи.
- 2. Из него вырезать маленькие кружочки.
- 3. Зерно кукурузы надрезать поперек - это “глаза”. “Зрачки” можно сделать из икринок или из крошечных кусочков маслины.
- 4. Салями согнуть пополам.
- 5. Вырезать из горбушки хлеба или сложить из трех брусочков хлеба каркас. Уложить на него ломтик вареной колбасы, сверху положить кружочек сыра - “панцирь”. Приклеить маслом или майонезом маленькие кружочки сыра - “лапки”. На один ломтик салями положить кукурузу - “глазки”, на другой - маленький кусочек перца - “язычок”. Вставить “мордочку”.

Бутерброд «Лебедь»



- Категория: [К празднику](#)
- **Ингредиенты**
- хлеб - 2 ломтика
- сыр - 1 ломтик
- вареная колбаса - 1 ломтик
- маслина без косточки - 1 шт.
- морковь вареная - 1 кусочек
- соленая соломка
- консервированная кукуруза
- сливочное масло или майонез
- **Рецепт**
- 1. Фигурной выемкой вырезать кружочки из сыра и хлеба.
- 2. Половинки оставшегося после вырезания кусочка хлеба будут “крыльями” лебедя.
- 3. Из ломтика колбасы вырезать кружок - “хвост” и “лапки”.
- 4. Зерно кукурузы надрезать поперек - это “глаза”.
- 5. Кружок хлеба смазать маслом или майонезом, сверху уложить кружок сыра. Вставить соломку - это “шея”; на нее надеть кольцо, вырезанное из другого ломтика хлеба. В это кольцо вставить кружочек колбасы - это “хвост”. На соломку надеть маслину - “голову”, в отверстие от косточки вставить кусочек моркови - “клюв”, приклеить маслом или майонезом “глаза”. “Зрачки” можно сделать из тоненьких полосочек маслины.

Болезнь, при которой нельзя есть хлеб

Что такое целиакия

Целиакия - это заболевание тонкого кишечника. Тонкий кишечник начинается от желудка и переходит в толстую кишку. Из желудка пища проходит в тонкий кишечник, где происходит процесс переваривания. Одновременно с перевариванием пища продвигается по тонкому кишечнику в толстый кишечник. При целиакии возникает аллергическая реакция.

Реакция иммунной системы приводит к воспалению, в ходе которого разрушению слизистой оболочки тонкого кишечника. В результате плохо всасываются питательные вещества.

Могут возникать симптомы дефицита питательных веществ, витаминов и минералов.

Почему возникает целиакия?



Разрушение слизистой оболочки тонкого кишечника возникает как аллергическая реакция иммунной системы на содержание глютена в пище.

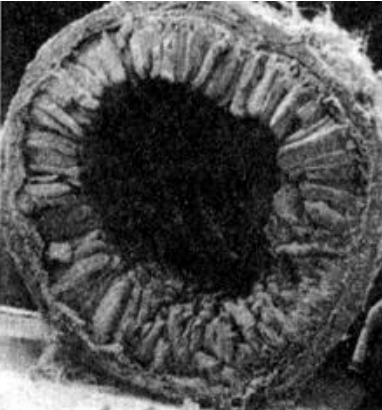
Глютен - белок, содержащийся в пшенице.

Доказано, что аллергическая реакция на содержание глютена частично обусловлена некоторыми генами и передается по наследству. Приблизительно 10% родственников первой степени (родители, дети, братья и сестры) больных целиакией будут тоже страдать этим заболеванием. Были обнаружены определенные гены, которые чаще встречаются у больных целиакией, чем у здоровых людей.

Ячмень и рожь содержат глиадино-подобные белки, которые могут вызывать целиакию у людей с наследственной предрасположенностью.

Овес также содержит подобные белки, однако в отличие от ячменя и ржи, он вызывает более слабую реакцию и только у небольшого количества людей, предрасположенных к развитию целиакии.

Что происходит в тонком кишечнике при заболевании целиакией?



Слизистая оболочка тонкого кишечника имеет пальцевидные выступы, которые называются ворсинками. Эти ворсинки очень важны, потому что они увеличивают количество клеток и площадь поверхности всасывания в кровь питательных веществ из тонкого кишечника.

При целиакии ворсинки повреждаются, сокращается количество клеток и площадь поверхности всасывания.

Нарушение всасывания питательных веществ называется малабсорбцией. Это состояние приводит к дефициту питательных веществ в организме, которое носит название истощение.

При целиакии могут быть повреждены различные по длине участки тонкого кишечника. Чем больше ворсинок повреждено, тем ярче проявляется заболевание, и тяжелее переносятся его симптомы. Таким образом, **если тонкий кишечник поврежден полностью, малабсорбция будет тяжелее,** чем, если бы была повреждена только часть тонкого кишечника.

Как проявляется целиакия у

детей?

Проявления целиакии

- Проявления целиакии делятся на две группы: 1) проявления и симптомы малабсорбции, и 2) проявления и симптомы истощения.
- Раньше считалось, что целиакия - это детское заболевание. Сейчас доказано, что целиакия может впервые проявиться у взрослых и даже пожилых людей.

Симптомы целиакии у грудных детей

- Обычно у грудных детей, больных целиакией, отмечают следующие симптомы: диарея, стеаторея, боли в желудке, растяжение желудка, раздражительность, истощение мышечной ткани, нарушения роста и развития. Обычно эти симптомы возникают после введения в пищу каш из злаков, содержащих глютен.
- У детей, больных целиакией, отмечают содержание жира в каловых массах метеоризм (газы), низкий рост и потерю веса.
При надлежащем лечении и безглютеновой диете, ребенок может догнать ровесников в росте, однако, если целиакию не лечить, ребенок повзрослеет, но останется маленького роста.
- В подростковом возрасте у многих детей возникает спонтанная ремиссия (снижение симптомов), и целиакия не проявляется до взрослого возраста. В дальнейшем, целиакия может вернуться, когда организм перенесет определенный стресс, например, беременность или операцию.



Как проявляется целиакия у взрослых?

Симптомы целиакии у взрослых

- У взрослых при целиакии возникают диарея, стеаторея, потеря веса и метеоризм, однако у многих взрослых может не быть диареи или стеатореи.
- Целиакия может протекать в скрытой форме, либо проявляться незначительно, как дискомфорт в желудке, вздутие или растяжение живота или повышенное газообразование.
- Также может присутствовать один или несколько признаков истощения, например, железодефицитная анемия, повышенная кровоточивость или ломкость костей.
- Некоторым больным целиакией ошибочно ставят диагноз «синдром раздраженного кишечника».
- За последние 20 лет произошли изменения в диагностике целиакии. Средний возраст диагностики целиакии увеличился, возможно, потому, что люди больше узнали об этом заболевании и о том, что оно может впервые проявиться у взрослых.
- Раньше первым признаком целиакии была диарея у 80% пациентов, теперь, это первый симптом только в 40% случаев.
- Только незначительное число пациентов (приблизительно 15%) проходят анализ крови на содержание антител, поскольку их близкие родственники больны целиакией.



Наши творения



Well come to eat, please!

Правила здорового образа жизни



сигареты



наркотики



алкоголь



спорт



правильное питание



свежий воздух



режим дня



электромагнитные поля



хорошее настроение

Самооценка проекта

1. *На уроках технологии мы узнали о совместимости продуктов и правильном питании. Проанализировав состав наших бутербродов, мы поняли, что это неправильная пища. Но было вкусно и весело!*
2. *Бутерброды получились смешные и все равно вкусные, но часто их есть нельзя, все-таки хочется остаться здоровыми.*
3. *Эстетическое качество бутербродов пока страдает, но будем стараться.*
4. *Узнали мы и об очень неприятной редкой болезни «целиакии», которая поражает слизистую оболочку кишечника и вызывается некоторыми видами злаковых культур, поэтому злоупотреблять бесконтрольным поеданием хлеба не стоит, т.к. распознавать ее трудно.*
5. *Много говорили и о здоровом образе жизни, и вывели для себя правила (см. слайд 40).*
6. *Презентация сделана подробно, потому что может использоваться как дидактика на уроках технологии и биологии.*
7. *Оцениваем свою работу на «4».*
8. *Уроки кулинарии обожаем = кушать хочется, ведь мы растем 😊)!*



***Благодарим
за внимание !***