

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 91 города Тюмени

Исследовательская работа

Мороженое: польза или вред?



Автор:

Комракова Алиса, 1-Г класс,

Руководитель:

учитель начальных классов

Сидорова Елена Викторовна

Для своей работы мы выбрали мороженое, так как этот продукт очень популярный. В тоже время редко кто из нас задумывается, что в нем находится? Полезно или вредно мороженое? В ходе исследования мороженое открыло много своих тайн.



Для достижения цели исследования, мы



- Читали литературу о мороженом
- Наблюдали и проводили эксперименты, и делали анкетирование ребят

Анкетирование показало уровень знаний ребят о мороженом - опрошен мой 1-Г класс - 28 человек.

- Все дети любят мороженое, половина ребят едят его 1 раз в неделю
- Любят эскимо, пломбир, фруктовый лёд.
- Часть ребят считают это лакомство вредным, потому что может заболеть горло.
- Другая часть находят его полезным, так как оно сделано из молока, а остальные не задумывались.



История мороженого

Мороженое — очень древнее лакомство. Высказываются предположения, что история мороженого насчитывает более 4000 лет.

Ещё за 2000 лет до нашей эры в Китае к столу подавались десерты, отдалённо напоминающие мороженое, — снег и лёд, смешанные с кусочками апельсинов, лимонов и зёрнышками гранатов

История мороженого

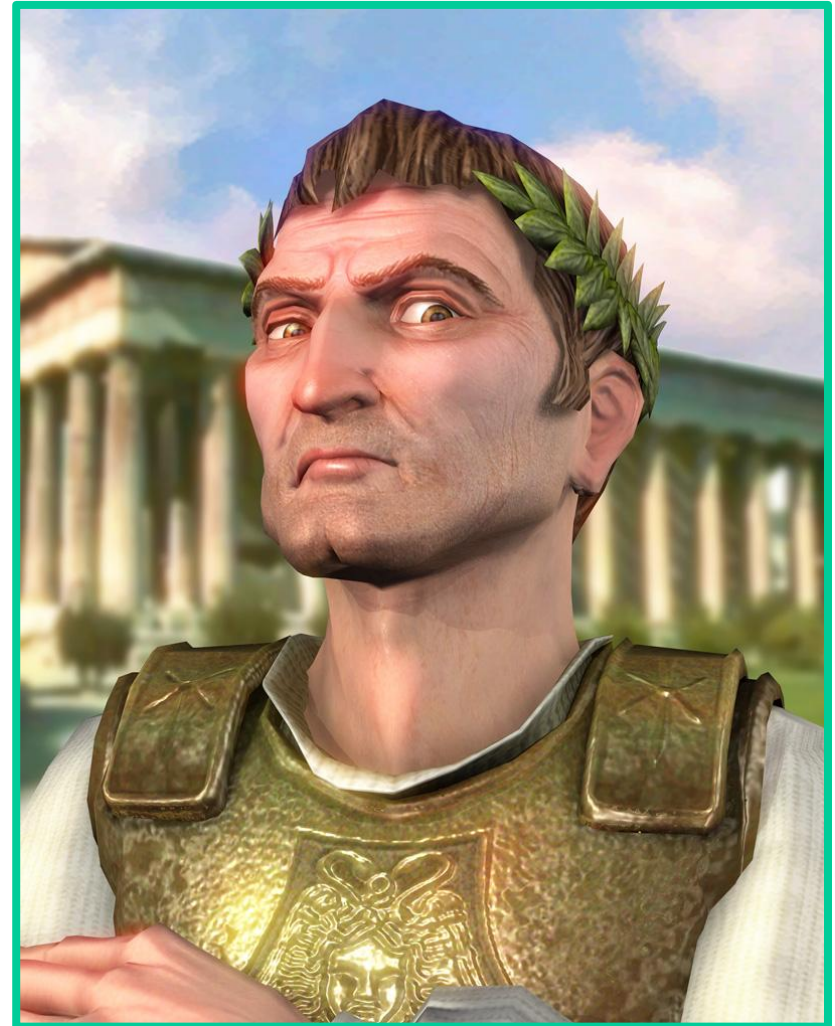
В I в. до н.э.
охлаждающие и
подслащенные соки
применялись при
дворе римского
императора Нерона.

Снег для этого десерта
доставляли с
альпийских ледников.



История мороженого

**Мороженым угощали
Александра
Македонского во
время его походов
Персию и Индию.
Ягоды и воду
замораживали снегом
который добывали с
гор.**



История мороженого

В Европу секрет ледяного лакомства доставил знаменитый путешественник Марко Поло, который попробовал мороженое на одном из пиров в честь покорителя Китая внука Чингисхана.

Произошло это в 14 веке.



История мороженого

В числе поклонников мороженого был и сам Наполеон Бонапарт.

При Наполеоне 3 впервые вырабатывается мороженое в стаканчиках и пломбир (знаменитый пломбир родом из французского города Пломьер-Ле-Бем) в Италии.



История мороженого

В 1774 году из Англии в Америку попали рецепты различных сладостей, в том числе такой редкости, как мороженое.

В 19 веке начало активно развиваться производство мороженого и в 1854 году был получен патент на машину для мороженого...

С тех пор производство мороженого стало стремительно развиваться в разных странах мира и продолжает развиваться и в наши дни...

Для того чтобы увидеть из чего сделано мороженое мы провели опыты.

Опыт 1 - Обнаружение растительных жиров в мороженом



Я взяла два пломбира «Ванильный» и «Настоящий пломбир», разложила их по чашкам.

В первой чашке мороженое «Ванильный» растаяло довольно быстро и при таянии образовалось водянистая жидкость — значит, использовали растительные жиры.

Опыт 2 – Обнаружение красителей



Если случайно капнуть фруктовым мороженым на ткань, и при высыхании образуется пятно яркого цвета, значит, в мороженом использован искусственный краситель.

Я взяла три фруктовых мороженых, сначала растопила их в чашках и капнула получившейся жидкостью на кусочки ткани.

В первом и во втором случае цвет оказался далек от натурального

Мороженое «Лакомка» не оставило следов.



Вывод.

Следовательно, при производстве первого и второго мороженого скорее всего использовался синтетический краситель.

Опыт 3 - Обнаружение лимонной кислоты (пищевой добавки E330) в плодово-ягодном мороженом.

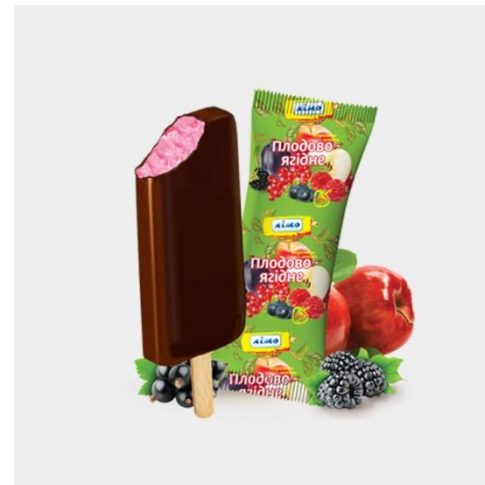


Наливаем в чашку растаявшего мороженого и добавляем насыщенного раствора пищевой соды.

Наблюдается появление пузырьков углекислого газа.

Вывод, мороженое сделано с использованием

лимонной кислоты, которая может вызвать аллергические реакции и стать причиной появления зуда.



Опыт 4 - Эксперимент с кошкой



Из двух предложенных лакомств кошка выбрала «Настоящий пломбир».

Задумаешься, все ли лакомства полезны для человека?

Полезно или вредно мороженое?

Мнение врачей!!!

- Врачи-отоларингологи (которые беспокоятся за здоровье нашего горла, уха и носа) даже рекомендуют своим постоянным пациентам иногда употреблять прохладное мороженое .
- Это должно стать своеобразной профилактикой для нашего горла, у которого должен выработаться своеобразный иммунитет на холодные продукты.

Мнение врачей!!!

- Что касается врачей-диетологов, то они не рекомендуют особо увлекаться мороженым тем людям, у которых проблемы с избыточным весом и есть заболевание сахарным диабетом.
- Объясняется это просто - мороженое высококалорийный продукт. В 100 граммах любимой порции мороженого, при одном условии, изготовлении только из натуральных продуктов, может находиться до 500 калорий.

Польза или вред???

ПЛЮСЫ

- В мороженом содержится около ста ценных для организма веществ: более 20 аминокислот белка, около 25 различных жирных кислот, 30 минеральных солей, важные для обмена веществ ферменты, а также более 20 различных витаминов, фосфор для костей и роста, магний, калий и железо.
- Состав мороженого способствует увеличению в организме гормона счастья серотонина. Он улучшает память, поднимает настроение и помогает нам справиться со стрессами.

МИНУСЫ

- Мороженое является высококалорийным продуктом
- Также вредно холодное мороженое при язвенной болезни желудка и хроническом гастрите.
- Врачи не рекомендуют мороженое лицам, которые часто болеют респираторными заболеваниями.
- Мороженое может вызывать головную боль. Причина боли в том, что при поедании мороженого происходит слишком быстрое снижение температуры тела, сужаются сосуды, снижается кровоток в головном мозге, что и вызывает боль.

Несколько советов по употреблению мороженого

1. К выбору мороженого нужно относиться осторожно;
2. Смотреть на срок годности и на состав;
3. Выбирать мороженое с меньшим количеством добавок и ароматизаторов;
4. Чрезмерное употребление может стать причиной простуды;
5. Кушать мороженое в холодное время года лучше дома
6. Долго хранить в домашних условиях нельзя!

Вывод:

В результате проделанной работы мы пришли к выводу, что мороженое это все-таки полезный продукт и если следовать рекомендациям врачей, то для нашего организма оно не принесет никакого вреда, а только пользу и положительные эмоции

***МОРОЖЕНОЕ ДЕЛАЕТ ЛЮДЕЙ
СЧАСТЛИВЫМИ
ВО ВСЕХ СМЫСЛАХ!***



Литература

- Сладкова Ю. Все о мороженом. Издательство: Вече.2002 г.
- Богданов И. Лекарство от скуки, или История мороженого. Издательство: Новое литературное обозрение, 2007 г.
- Все о мороженом <http://positivelife.com/vse-o-morozhenom-3616.html>
- Википедия. Мороженое
<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%F0%E6%E5%ED%E5>
- Кудряшов П. Замороженная история. Спрос. 2006, № 2.
- Как определить в мороженом пищевые добавки?
<http://www.allwomens.ru/6724-kak-opredelit-v-morozhenom-pishhevye-dobavki.html>
- Манькина Е. Лакомство королей. Журнал: А почему? 1996, № 11.
- Мнение врачей о мороженом.
<http://www.vashaibolit.ru/5159-morozhenoe-poleznye-svoystva-ili-vred.html>