



Чипсы ...
Их польза
и вред

- **Цель этого проекта**

определить



План:

1. Что такое чипсы и Откуда они появились

2. состав чипсов

3. интересные факты

4. выводы о пользе и вреде

5. рекомендации



Все чаще на улицах можно встретить малышей, уплетающих за обе щеки шоколадки, чипсы, сухарики. Дети любят все яркое и необычное. Этим пользуются производители, привлекая малышей яркой упаковкой, любимыми героями мультфильмов или подарками внутри. Каждый раз, заходя с родителями в магазин, я просила купить мне чипсы. Но часто слышала в ответ, что они вредны для здоровья. Я не понимала, как такие хрустящие чипсы могут быть вредными? Что находится внутри яркого пакетика? Чтобы ответить на эти вопросы, мы с мамой решили исследовать продукты и выяснить, правда ли, что они плохо влияют на организм человека.





Тонкие картофельные чипсы появились в 1853 году. По легенде их изобрел Джордж Крам, повар одного американского курорта. Один из посетителей постоянно отсылал его французскую картошку обратно на кухню, говоря, что она слишком крупно порезана. Повар Крам решил исправить ситуацию: он очень тонко нарезал картофель, обжарил его в большом количестве масла до хруста и посолил.

В результате получились очень тонкие, хрустящие кусочки картофеля, чипсы. Посетитель пришел в восторг от нового блюда и во время пребывания на курорте поедал хрустящие картофельные ломтики.

Корнеплодов, обжаренные в масле. В их состав входит картофель, растительное масло, соль, пшеничная или кукурузная мука, различные ароматизаторы и консерванты, соя.

Картофель, масло, соль и мука – всем известные полезные продукты, . Я решила узнать остальные ингредиенты.

Ароматизаторы – это вещество, добавляемое в продукты для придания им вкуса и аромата. Может вызывать аллергию.

Консерванты – вещества, которые убивают бактерии и помогают долго хранить продукт. Их нельзя считать полностью безвредными.

Соя – крайне дешёвый пищевой продукт, которым можно заменить более дорогостоящий картофель.

ЭКСПЕРИМЕНТЫ :

Для опыта мы взяли пачку чипсов «Lay`s».

Эксперимент № 1. Мы положили большой чипс на лист бумаги и согнули его пополам, чипс внутри листа раздавили. Удалили кусочки чипса с бумаги и посмотрели ее на свет. Бумага покрылась жирными пятнами с желтым оттенком.

Вывод: Чипсы содержат большое количество жиров. А желтый цвет обозначает присутствие в продукте красителей.





Эксперимент № 2.

Мы взяли чипс и подожгли его. Чипс быстро сгорел. Это связано с большим количеством масла, имеющимся на его поверхности.

Вывод: Это ещё раз доказывает то, что чипсы содержат большое количество жиров вредных для здоровья.

Эксперимент № 3

Раскрошили чипсы и залили их водой. Через несколько минут попробовали воду, она была соленой. Это говорит о том, что в чипсах содержится большое количество соли.

Вывод: Большое количество соли в чипсах вредно для здоровья.



ВЫВОД

По результатам наших экспериментов можно сделать вывод, что чипсы – жирная высококалорийная жареная пища с добавлением красителей и ароматизаторов. Такая пища не может приносить пользу человеческому организму.

Полученной информацией я хочу поделиться с ребятами своего класса, ведь я знаю, что многие тоже любят чипсы . Я думаю, они задумаются о своем здоровье и сделают правильный выбор

А для перекусов лучше кушать яблоки, бананы, орехи, особенн
ШКОЛЬНИКАМ !!!!!

