

A photograph of an astronaut in a white space suit floating in a zero-gravity environment. The astronaut is holding a clear plastic water bottle and pouring water, which is floating in the air around them. The background is a dark, starry space seen through a circular window with a grid pattern. The overall scene is set within a metallic, grid-patterned structure.

ЧЕМ ПИТАЮТСЯ КОСМОНАВТЫ?

Презентацию подготовила
Парфенова А.А.

Еда космонавтов считается самой здоровой пищей. Это не случайно. Ведь условия, в которых находятся космонавты длительное время — экстремальные. Это стресс для организма, поэтому и к питанию нужно очень внимательно относиться. Здоровая, богатая витаминами и микроэлементами еда для космонавтов проходит предварительную обработку для удаления различных микробов и прочих вредных веществ.





- Готовят еду для космонавтов, конечно, на Земле, затем космонавты берут ее с собой в космос, она уже расфасована в тару. Как правило, еда упакована в тубики.

Рацион первых космонавтов был очень скудным. В его состав входили только несколько видов пресных жидкостей и паст.



Главное правило обеда для космонавтов состоит в том, что не должно быть никаких крошек, так как они разлетятся, и поймать их потом будет невозможно, при этом они могут попасть в дыхательные пути космонавта. Поэтому хлеб для космонавтов пекут специальный, который не крошится. Именно поэтому хлеб производится маленькими, специально упакованными кусочками.



Перед едой хлеб подогревают, как и другие продукты, которые находятся в жестяных упаковках. В невесомости космонавты во время еды также должны следить, чтобы кусочки пищи не падали, иначе они будут плавать по кораблю.



Для питья придуманы специальные стаканы, из которых космонавты высасывают жидкость. Из обыкновенной чашки все бы просто-напросто выплыло.



Еда превращена в пюре, которое внешне похоже на детское питание, но по вкусу годится для взрослых. Например, в рацион космонавтов входят такие блюда, как: мясо с овощами, черносливом, крупами, смородиновый, яблочный, сливовый сок, супы, шоколадный сыр. С развитием этой области питания космонавты получили возможность есть даже настоящие котлеты, сэндвичи, спинки воблы, жареное мясо, свежие фрукты, а также клубнику, картофельные оладьи, какао-порошок, индейку в соусе, бифштекс, свинину и говядину в брикетах, сыр, шоколадные пирожные... Меню достаточно разнообразное.



Главное – пища должна быть в виде высушенного концентрата. Еду попросту обезвоживают. Далее ее упаковывают герметично и стерилизуют с помощью облучения. После такой обработки еда уменьшается в размере. Все, что нужно – залить ее горячей водой, и можно подкрепляться. Сейчас на наших кораблях и станциях даже есть специальные печки, предназначенные для подогрева космической еды.



Состав еды меняется и расширяется постоянно. Но, прежде, чем какое-то блюдо добавить в меню, его дают на предварительную дегустацию самим космонавтам, это требуется для оценки вкусовых качеств, которая проводится по 10-балльной шкале. Если данное блюдо оценено в пять или меньше баллов, его, соответственно, из рациона исключают. Повседневное меню космонавтов рассчитывается на восемь дней, то есть оно повторяется каждые последующие восемь дней.





Сейчас космическую еду может купить и попробовать любой желающий.

Спасибо за внимание !