



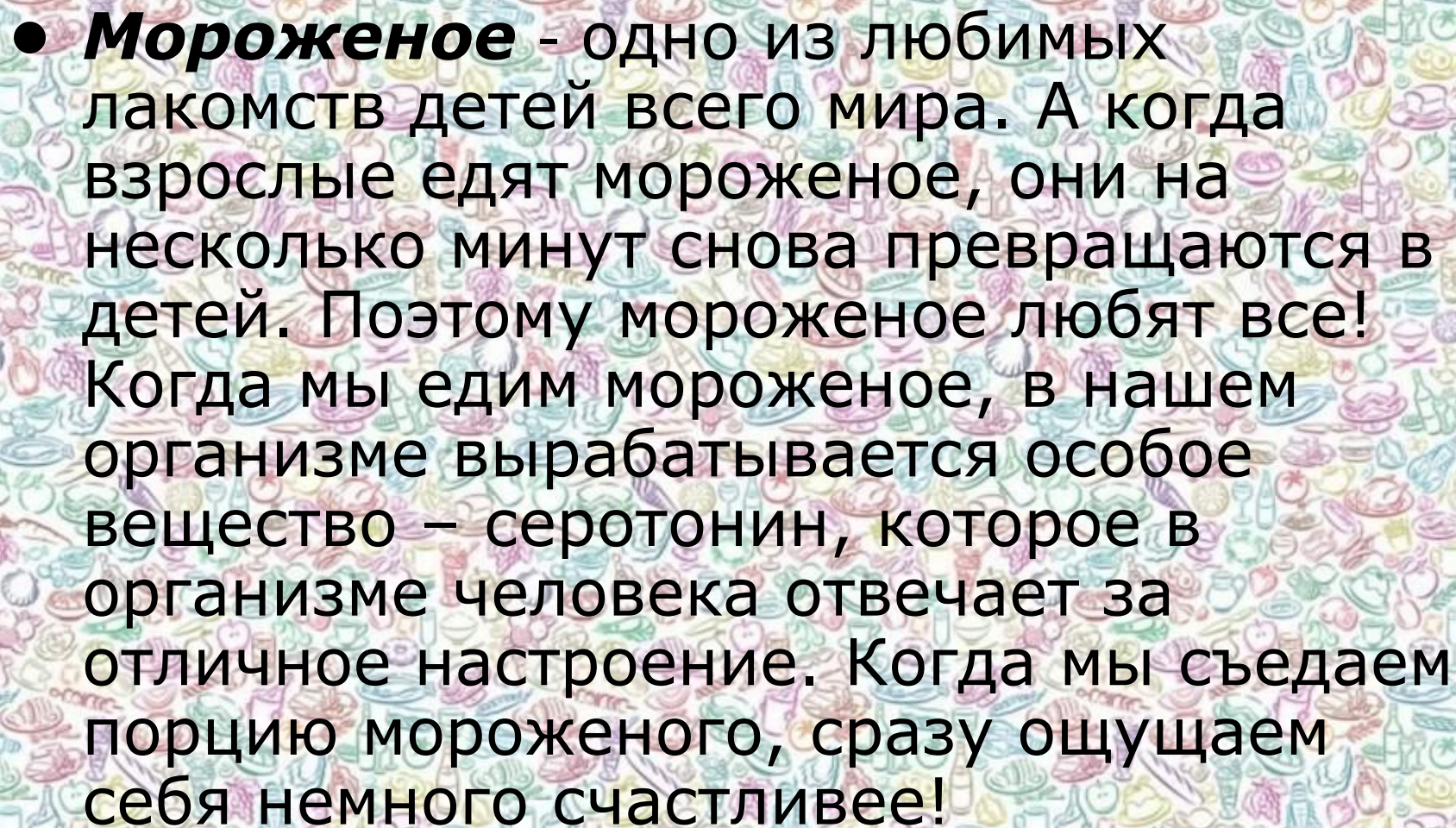
**Проект ученика  
2 «д» класса  
Шелкова Ивана**

**«Мороженое  
Вкусно и полезно?»**



- **Это известно не мне одному –  
В хлебный стакан заточили зиму.  
Что это – знают все жители мира,  
От Барнаула и до Заира.**



- 
- **Мороженое** - одно из любимых лакомств детей всего мира. А когда взрослые едят мороженое, они на несколько минут снова превращаются в детей. Поэтому мороженое любят все! Когда мы едим мороженое, в нашем организме вырабатывается особое вещество – серотонин, которое в организме человека отвечает за отличное настроение. Когда мы съедаем порцию мороженого, сразу ощущаем себя немного счастливее!

## ***Цель:***

- информирование ребят о ценности молочного лакомства.

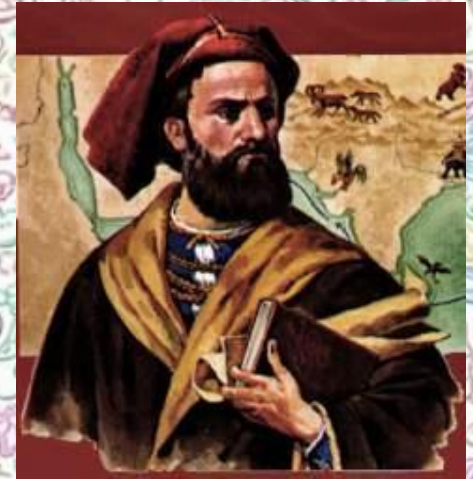
## ***Задачи:***

- расширить кругозор детей;
- формировать у детей культуру здорового питания;
- вызвать у детей интерес и желание самим готовить мороженое.



# Немного истории

- История мороженого насчитывает более пяти тысячелетий. Началась она с богатых домов Китая, в которых подавали к столу смешанные со снегом и льдом фруктовые соки.
- В Европу рецепт мороженого из Китая привёз знаменитый путешественник итальянец Марко Поло.
- О том же, кто первый придумал эскимо, спорят между собой французы и американцы.
- В современном варианте мороженое появилось в России в середине 18 века



- **Морóженое** — замороженная сладкая масса из молочных продуктов с различными добавками.



*молочное*



*сливочное*

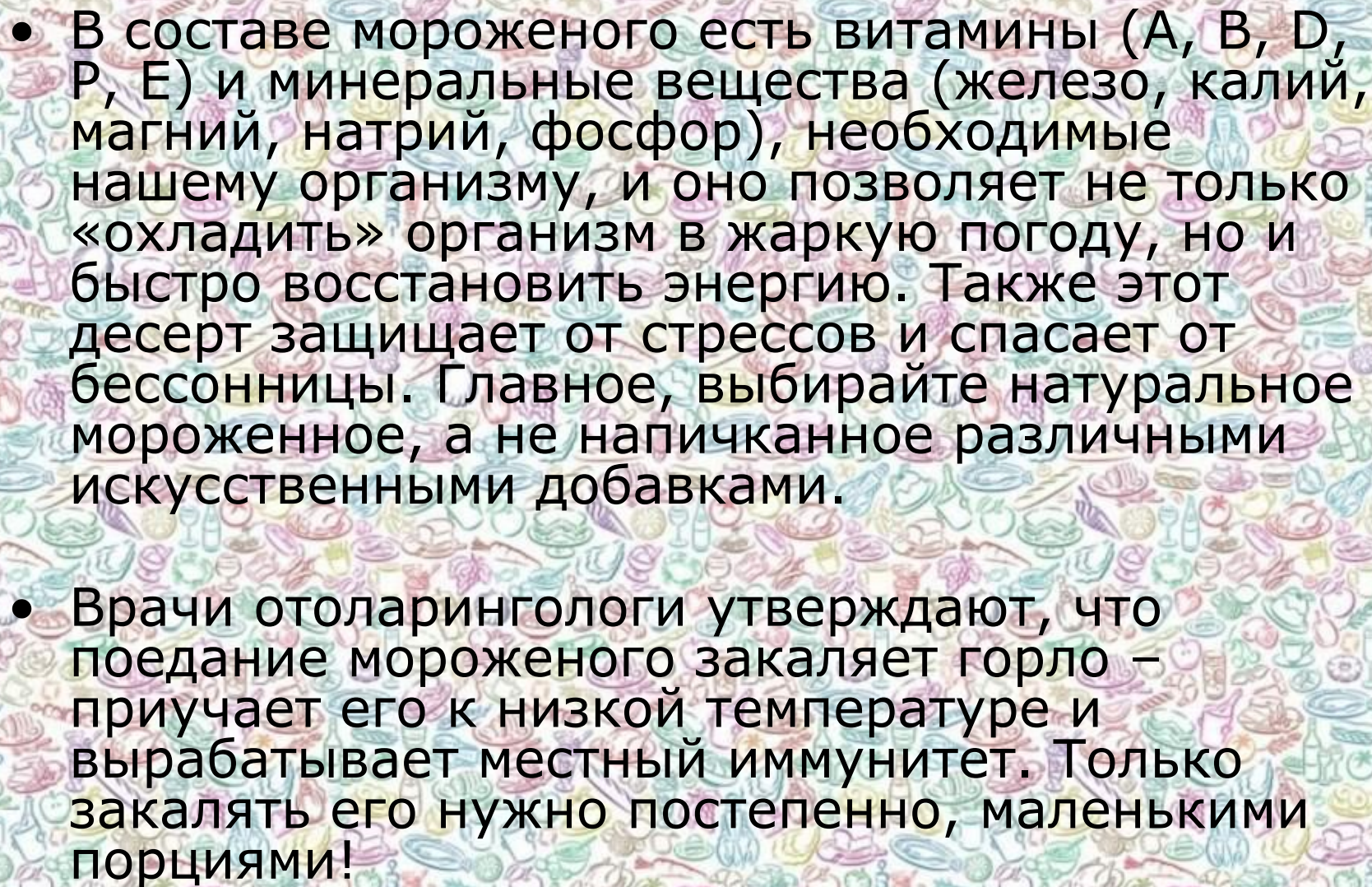


*плодово-ягодное*



*пломбир*



- 
- В составе мороженого есть витамины (А, В, D, Р, Е) и минеральные вещества (железо, калий, магний, натрий, фосфор), необходимые нашему организму, и оно позволяет не только «охладить» организм в жаркую погоду, но и быстро восстановить энергию. Также этот десерт защищает от стрессов и спасает от бессонницы. Главное, выбирайте натуральное мороженное, а не напичканное различными искусственными добавками.
  - Врачи отоларингологи утверждают, что поедание мороженого закаляет горло – приучает его к низкой температуре и вырабатывает местный иммунитет. Только закалять его нужно постепенно, маленькими порциями!



- Во-первых, от него может заболеть горло.
- Во-вторых, мороженое содержит сахар что следует учитывать.
- В-третьих, от чрезмерного употребления мороженого толстеют.

***Надо соблюдать меру в употреблении!***



# Кто больше любит мороженое, взрослые или дети?

Проведя исследование (анкетирование взрослых и детей), мы установили, что **дети любят** сладкое и вкусное **мороженое больше**, чем взрослые.



# Наши наблюдения

## Анкета

Вариант ответов	дети	взрослые
<b>1. Какое лакомство вы любите больше?</b>		
А) шоколад	1	8
Б) мороженое	10	2
В) торт	1	2
<b>2. Какой сорт мороженого вы предпочитаете?</b>		
А) фруктовый лед	1	0
Б) пломбир	4	9
В) эскимо	7	3
<b>3 Когда вы едите мороженое больше?</b>		
А) зимой	0	0
Б) летом	12	12
В) круглый год	0	0
<b>4 Как вы думаете, мороженое полезное или вредное?</b>		
А) вредное	0	3
Б) полезное	12	3
В) не вредное, не полезное	0	6

# Рецепт домашнего мороженого

## Пломбир сливочный

### Ингредиенты:

1/2 стакана молока,

1/2 стакана сливок,

2 яйца,

250 г сгущенного молока,

2 столовые ложки сахара,

1 чайная ложка желатина.

Рецепт: Яичные желтки растереть с сахаром, развести молоком и сливками и, непрерывно помешивая, довести до кипения на слабом огне (но не кипятить), слегка остудить.



# Рецепт домашнего мороженого

## Пломбир сливочный

Желатин замочить в холодной воде и, когда он набухнет, залить небольшим количеством горячего молока. Вылить в яично-молочную смесь, добавить сгущенное молоко и остудить до комнатной температуры. Затем смешать со взбитыми яичными белками и выложить в мороженицу.



- 
- **1. Мы узнали, в чем польза молочного лакомства.**
  - **2. Выяснили, какой вред оно может нанести.**
  - **3. Познакомились с историей мороженого.**
  - **4. Определили его основные виды.**
  - **5. Решили, что вкусное и полезное мороженое можно приготовить дома, вместе с мамой.**

***Ешьте любимое лакомство на здоровье!***