ЧИПСЫ
Вред или польза?

Работу выполнила
учащаяся 3 класса
Середейской средней школы
Харитонова Екатерина

Что такое чипсы?

- Чипсы – очень популярное лакомство.
- Многие люди искренне верят, что чипсы делаются из картофеля. Просто его нарезают тонкими ломтиками и обжаривают специальным образом, вот и всё.

Из чего же делают чипсы?

- Вообще-то подавляющее большинство производителей используют муку – пшеничную или кукурузную, а также смесь крахмалов. Очень часто это бывает соевый крахмал, в основном из генетически модифицированной сои

Какая у чипсов польза?

- Единственное, что можно сказать в защиту продукта – чипсы необыкновенно вкусны. Покупая изредка пачку хрустящих и тающих во рту ломтиков, можно побаловать себя, в какой-то мере даже снять стресс и успокоиться.

ВРЕДНЫ ЛИ ЧИПСЫ ЛЮДЯМ?

- Особенный вред чипсы приносят детям – всевозможные добавки, которые используются для приготовления продукта, могут спровоцировать сильнейшую аллергию. Вредны чипсы и для людей, страдающих избыточным весом. Только задумайтесь: в 100 граммах чипсов содержится более 30 граммов жира. При этом не «хорошего» жира, а канцерогенного.

ПОЧЕМУ ЧИПСЫ ТАКИЕ ВКУСНЫЕ?

- Вкус таких чипсов далёк от картофельного – на помощь опять приходят приправы и вкусовые добавки, в основном – глутамат натрия. Об этой «чудесной» добавке написано много, и мы не будем здесь повторять информацию, которую найти несложно. Напомним только, что глутамат натрия может превратить самую невкусную еду в такую, которую захочется есть снова и снова, не думая при этом о её действительной ценности. А производителям чипсов прежде всего нужно привлечь потребителя…

ВОЗДУШНЫЕ ЧИПСЫ

- Есть ещё один вид чипсов – воздушные, и их можно поставить на последнее место по содержанию токсичных веществ. Жарят эти чипсы всего 10 секунд, но канцерогены накапливаются и в них, к тому же картофель, как правило, используется генномодифицированный – об обычном уже забыли. Вообще для получения 1 кг чипсов нужно до 5 кг картофеля, так что производителям удобнее использовать различные смеси.

СДЕЛАЙ ВЫБОР САМ

- Вот и всё! Теперь подумайте и выберете аргументы «за» или «против» надеюсь на ваш правильный выбор.
- Питайтесь правильно и будьте здоровы!!!