

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №8 «Золотая рыбка»
городского округа город Октябрьский
Республики Башкортостан

Тема моего проекта: «Лук»



Автор: Хамидулина Тамина,
воспитанница
подготовительной
к школе группы

Руководитель: Бредихина
Александра Евгеньевна,
воспитатель

2017 г.

Как то раз в садике нам дали луковый салат. И воспитательница сказала: «Ешьте лук, он от семи недуг».

Я задумалась,
почему говорят «Лук
- от семи недуг»?
Почему его едят,
ведь от него
слезятся глаза и он
не вкусный?



На эти вопросы я постаралась
найти ответы в различных
источниках информации. И вот
что я узнала по этому поводу.

Цель исследования: изучить лук.

Предмет исследования: лук.

Задачи:

- с помощью взрослых выяснить историю происхождения лука и его виды;
- найти интересные факты;
- узнать рецепты с использованием лука;
- сделать выводы, поделиться с ребятами в группе.



А вы знаете, что лук, одно из самых популярных и очень древних овощных растений?



*Его выращивают пять тысячелетий.
Возделывание этой культуры началось в древнем Китае, затем перешло в Индию и Египет.*

А в России лук получил широкое распространение ещё в 8 веке.



Даже в бедной семье суп не варили без луковицы. Она была не только приправой, но и защитницей от всех болезней.



В пост ели лук с водой и квасом, добавляя хлеб и растительное масло. Такую похлёбку называли "тюрей".

*Моя воспитательница, Александра Евгеньевна,
рассказала мне о строении лука и его свойствах.*



*Оказывается в луке есть
не только витамины и
полезные вещества, но
и даже сахар.*



А знаете ли вы, что существует около 400 видов лука (культурные и дикие).

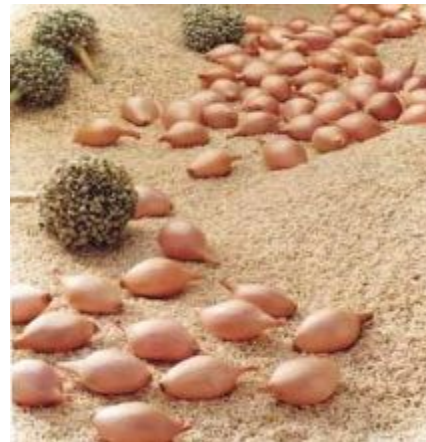


Вот лишь некоторые из них

Лук-батун



Лук-шалот



Лук-порей



Лук-резанец



Красный лук



Дикий лук. Черемша





Я узнала интересные факты
о луке

Свежий репчатый лук
возбуждает аппетит,
способствует лучшему
усвоению питательных
веществ.



Лук-порей:

- повышает аппетит;
- улучшает пищеварение.



На родине растения
настой из листьев батуна
используют как
болеутоляющее средство.



*Лук используют в кулинарии. Можно приготовить
луковые кольца.*



Они очень вкусные!

И без лука не обойтись при приготовлении борща, котлет и многого другого..



*...Еще из лука можно
сделать вот такую красоту.*



*Мне захотелось
попробовать самой.
Вот что у меня
получилось...*



Много пословиц и поговорок сложено о луке.

Лук - добро и в бою и во щах.

Лук от семи недуг.

Лук с чесноком - родные братья.

Лук да баня всё правят.

Кто ест лук, тот избавлен от мук.

Я смогла собрать много интересной информации о луке и могу сделать вывод:

- Лук бывает разный. Есть лук репчатый, батун, порей, шалот и др.
- Содержится в нём очень много полезных витаминов. Используется он при заболеваниях сердца, гастрите, бронхите.
- В приготовлении пищи без него не обойтись.

Я стараюсь употреблять в пищу лук, так как это очень полезно и защищает мой организм от болезней.