

ПРОЕКТНАЯ РАБОТА ПО ТЕМЕ: «ХЛЕБ – ВСЕМУ ГОЛОВА»

Автор:

Джанатаева Фатима

ученица 6 класса Б

средней школы № 17

г. Нальчик

Руководитель:

Караева Анжела Борисовна

учитель технологии

СОСТАВ ЗЕРНА

- Белки;
- Жиры;
- Углеводы;
- Клетчатка;
- Витамины группы В;
- Витамины группы РР;
- Витамин Е;
- Сбалансированные аминокислоты.



**Самую низкую биологическую
ценность имеет хлеб из муки
высшего сорта**



Состав теста

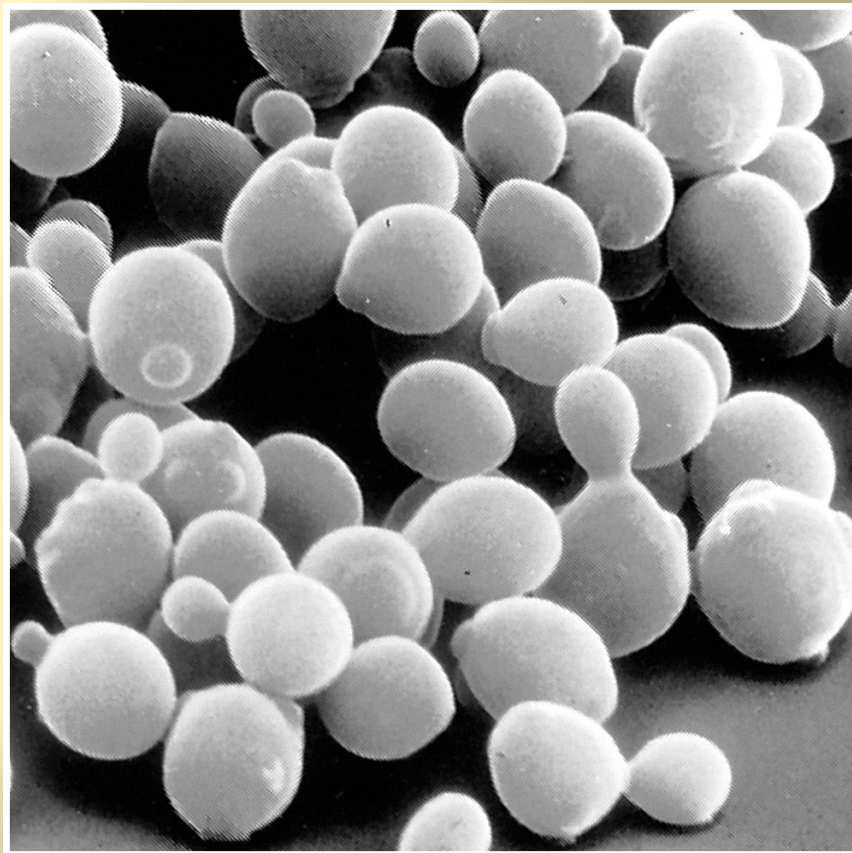
Основное сырье:

- Мука (пшеничная, ржаная или их смесь);
- Хлебопекарные дрожжи;
- Вода;
- Поваренная соль.

Дополнительное сырье:

- Сахар;
- Жиры;
- Яйца;
- Сухое молоко;
- Мак;
- Пряности.





**Дрожжи – это
микроскопические
организмы,
одноклеточные
грибы**



**Хлебопекарные
дрожжи**

Существует опарный и безопарный способ приготовления пшеничного теста

При безопарном способе все составные части теста замешиваются сразу и тесто готово через 2-3 ч.

При опарном способе замешивается более жидкое тесто. А затем через 4-5 ч. в опару добавляют остальную муку, воду и другие дополнительные составные части теста. Тесто снова бродит 1-2 ч.



В черном хлебе по сравнению с белым больше:



- ▣ Железа – на 30%
- ▣ К – на 100%
- ▣ Mg – на 200%



Зерновой хлеб

Клетчатка, входящая в состав зернового хлеба способствует:

- очищению организма от ненужных ему веществ;
- помогает организму вырабатывать необходимые ему витамины, аминокислоты.

Хлеб «Тонус»



Состав этого хлеба, изготовленного по уникальной технологии, прост: проросшее (с активными ферментами) целое зерно пшеницы, дрожжи и соль, ни грамма муки.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Основываясь на результатах анкетирования и проведенных расчетов, я полностью подтвердила свою *гипотезу*, что дети не употребляют хлеб в нужных количествах и использование в питании хлеба из цельного пророщенного зерна «Тонус» поможет восполнить недостающие питательные вещества и витамины.



A wide-angle photograph of a golden wheat field stretching to the horizon. The sky is a deep blue with scattered white and grey clouds. The sun is positioned low on the horizon, creating a bright glow and lens flare effects. The wheat stalks are in sharp focus in the foreground, showing their texture and color.

**Спасибо за
внимание**