

Хлеб - главное богатство

России



хлеб

1) Пищевой продукт, выпекаемый из муки (хлеб или черный, пшеничный хлеб или белый). Во множ. числе – хлеба.

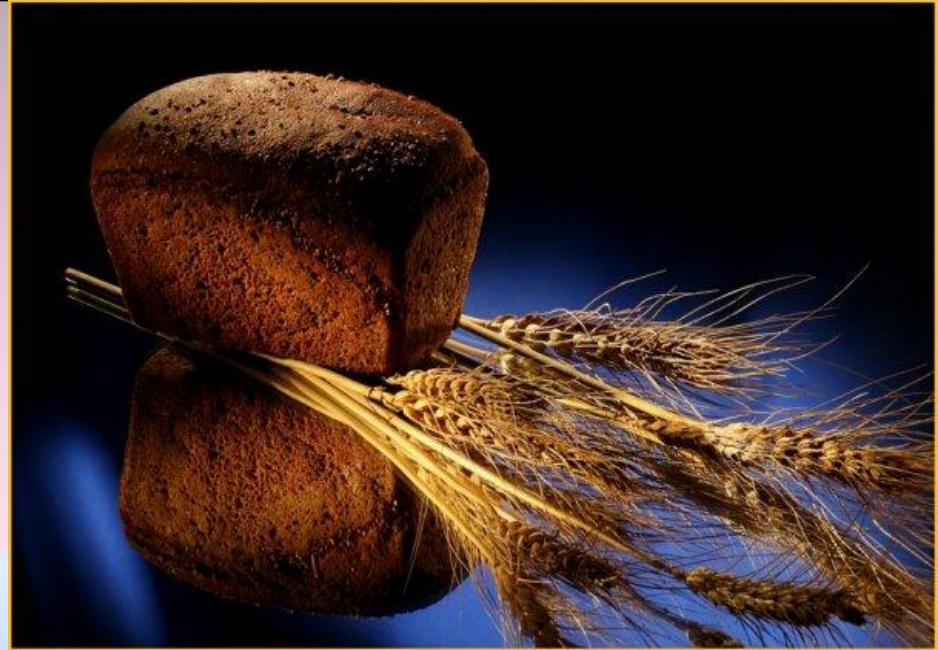
2) Зерно, из которого делают муку.

Хлебные злаки

- пшеница



РОЖЬ

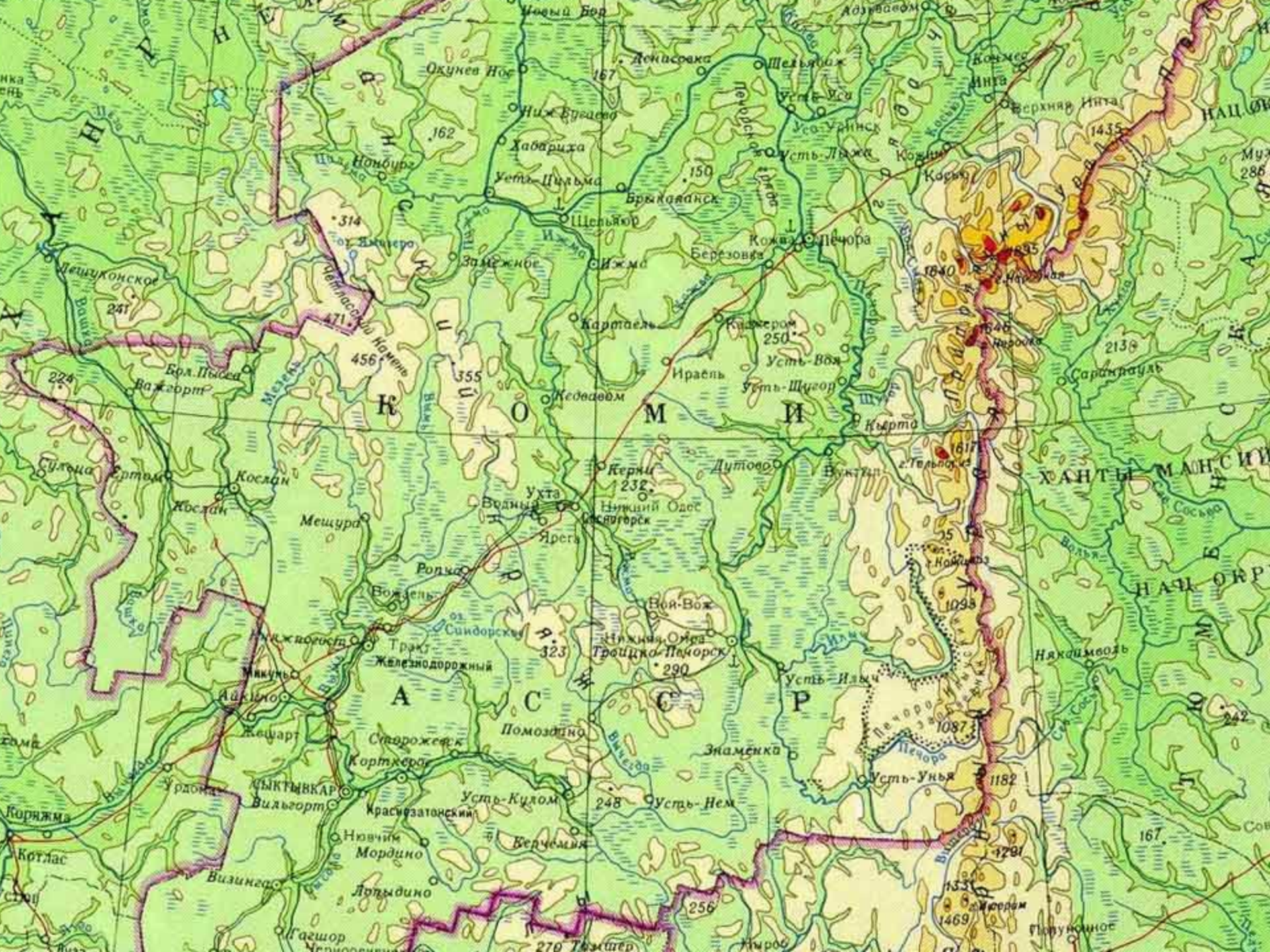


июль 2008

фото:Щелчков С.В.



ЯЧМЕНЬ

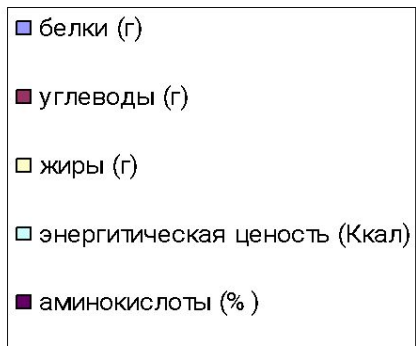
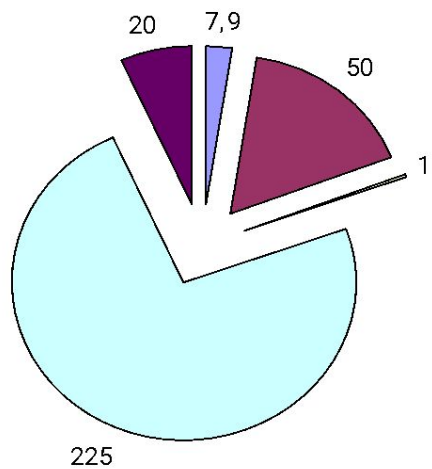




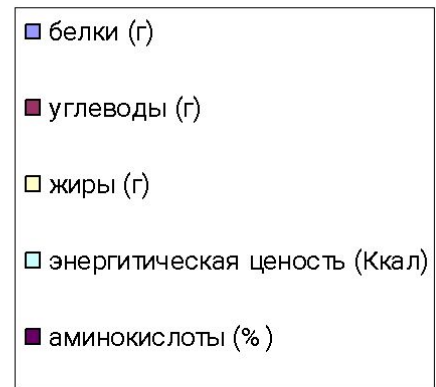
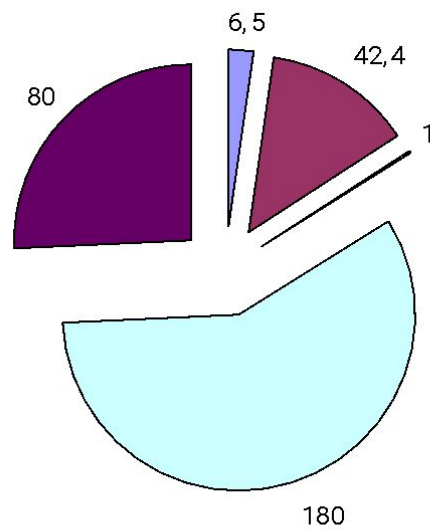


Без соли не вкусно, а
без хлеба не сытно.

Пшеничный хлеб



Ржаной хлеб



Загадки

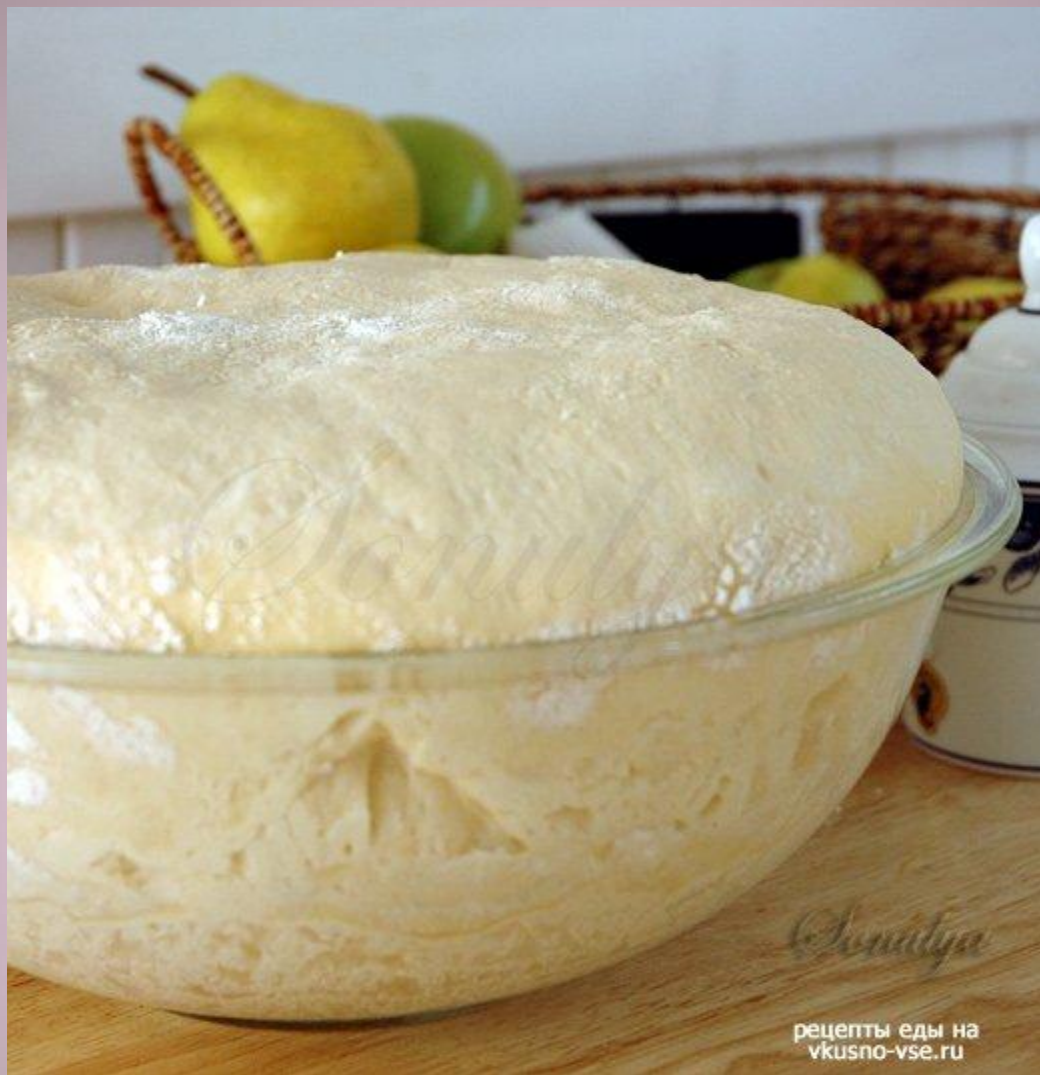
Что на сковородку наливают
Да вчетверо сгибают.



Праздник «Масленица»

загадка

Пыхтит, кряхтит, вверх полезет,
Недосмотришь - упадёт,
Но не больно ему. Почему?



ТЕСТО

Через сито, сито
Вышло кругловито.
Узлов нет,
А не развяжешь.

КАРАВАЙ



Отгадать легко и быстро:
Мягкий, пышный и
душистый,
Он и чёрный, он и белый,
А бывает подгорелый.





ИНГРАЦЫ
ЖЕНЩИНЫ ДЕТИ
РАСНОАРМЕЙЦЫ
СВОЮ
ЛЕНИНГРАД
ЮНИИ
СМЕРЬ НЕ СМОЖЕМ
ОХРАНИТЬ СТРАШТА
ОТ ИХ А К ЯМ
ТО И НАМ ТО

В ГОРОД БОМБИРАЕ ЗАТИ
НО С ДАЕМ И Д
РАБОЧИЕ ШКОЛЬНИКИ
И ВСЕ КАК ЗАИ
СЛОВЕ СМЕРЬ ИСРУМАТ
НЕ ЗАБЫТА ТОЛОА
ЗИМА СОРОК ПЕРВО
И СВИРЬ ПОСТ
И КАС БОМБЕ
И ДАЕМ ТО



В одном из залов Музея истории Ленинграда хранятся листки из блокнота, исписанные крупным детским почерком. Это дневник ленинградской школьницы Тани Савичевой. Вот что в нем написано:

Мамы
умерла
в 12:30 час
утра
1941

Бабушка
умерла
25 мая
3-е дня
1942

Дед
умер
17 марта
в 5 часов
1942

Дядя Ва-
се
умер
в 13 час
22 мая
1942

Дядя
дема
10 мая
в 4 дня
1942

Мамы
в 13 мая
в 7:30 час
утра
1942

Савиче-
ва
умер-
ла

умер-
ла
все

В осажденном фашистскими полчищами городе тысячами погибали от голода люди. Ложились и не вставали в темных промерзших квартирах. Падали на улицах, на заводах у станков.

осталась
одна
Таня



Польза хлеба из пророщенных зерен



Кушайте бездрожжевой хлеб из проросшей пшеницы – там и углеводы, и минералы, и витамины!

Пшеница прорастает, перемалываете ее на мясорубке, лепите лепешку толщиной 0,5см сантиметра и запекаете ее на топленом масле. В середине она остается сырой – это и вкусно и полезно!

Польза хлеба из отрубей



Употребление в пищу хлеба из отрубей полезно не только своими энергетическими свойствами, но и очищающими.

Крупные кусочки зерен являются естественным «пилингом» для желудочно-кишечного тракта.

Отруби не добавляют хлебу энергетической ценности, а из нашего организма выводятся в не переваренном виде, играя роль очистителя. Кроме того, отруби создают объем в желудке и обеспечивают чувство сытости.

Польза бездрожжевого хлеба



Пресный хлеб или хлеб на хмелю – хорошая альтернатива дрожжевому хлебу при дисбактериозе и грибковых поражениях кишечника, когда лишняя микрофлора нежелательна и порой губительна. А хлеб, не содержащий соли, – выход при гипертонии и заболеваниях почек.

ХЛЕБЦЫ



Хлебцы содержат такие микроэлементы, как железо, калий, фосфор, цинк, бор, йод, никель, кобальт и др.; **ВИТАМИНЫ** группы В, витамины Е, D, РР, Р. А клетчатка, которая также **присутствует** в составе хлебцев, выводит из организма соли тяжелых металлов, токсины, радионуклиды естественным путем.



Хлеб - батюшка.
Хлеб - кормилец.
Хлеб - это жизнь.
Хлеб - это наше
богатство.

Хлеб на столе, и стол -
престол,
А хлеба ни куска, и стол -
тоска.