

Такие вкусные, но вредные чипсы.

познавательно- исследовательский проект



Выполнили: *Сычёв Владислав*

воспитанник подготовительной логопедической группы «Ручеёк»

и мама *Сычёва Елена Андреевна*

Руководитель: *Курсанова Наталья Викторовна*

Проблема исследования и ее актуальность

Очень часто я слышу слова «здоровое питание», «надо питаться правильно, чтобы быть здоровым». И когда я прошу маму купить чипсы, она говорит- «Они вредны для здоровья».

Мне стало интересно: чем же они вредны? Ведь чипсы сделаны из обычной картошки, которую мы едим каждый день в разных блюдах, и никто не говорит, что это вредно.

Так почему же чипсы вредны для здоровья?



Цель исследования: выявить вредные качества картофельных чипсов.

Задачи:

- изучить информацию о чипсах;
- провести исследования и выяснить, полезны или вредны чипсы для организма человека;
- попробовать приготовить чипсы в домашних условиях.

Гипотеза: чипсы вкусные,
а значит полезные.





Из интернета я узнал, что чипсы – в переводе с английского - **тонкий кусочек**.

Чипсы - это тонкие ломтики картофеля, обжаренные в масле. Придумал их американский повар.

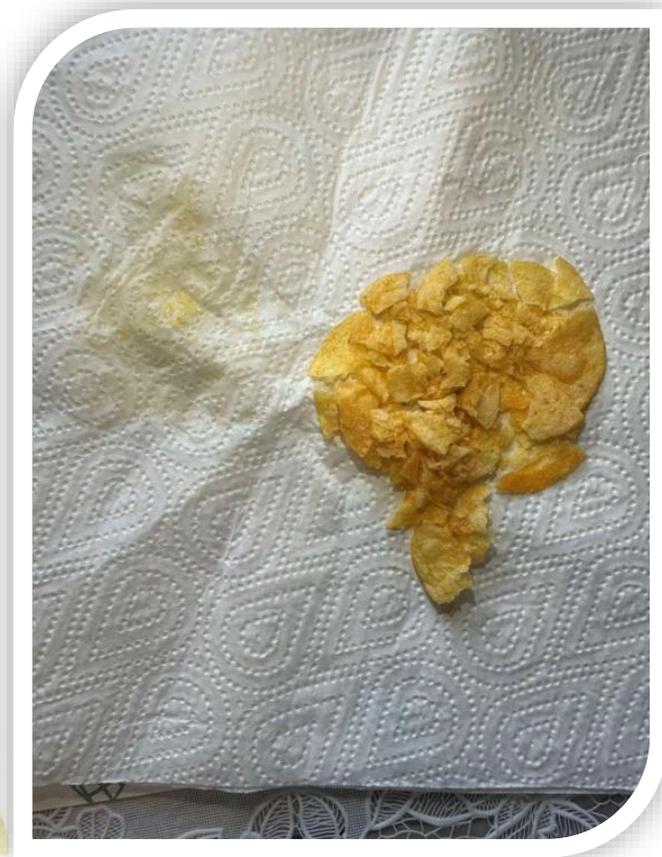
Так же я узнал, что:

- в чипсах много жира и крахмала, поэтому чипсы способствуют ожирению, вызывают проблемы с сосудами
- чипсы очень соленые, а избыток соли мешает нормальному росту костей, может вызвать проблемы с сердцем, желудком, почками.
- в чипсах есть красители и ароматизаторы, которые придают чипсам вкус ветчины, сметаны с зеленью или креветок, могут вызвать аллергию.
- а все полезные вещества, которые были в картошке, пропадают, пока готовят чипсы.



Эксперименты с чипсами:

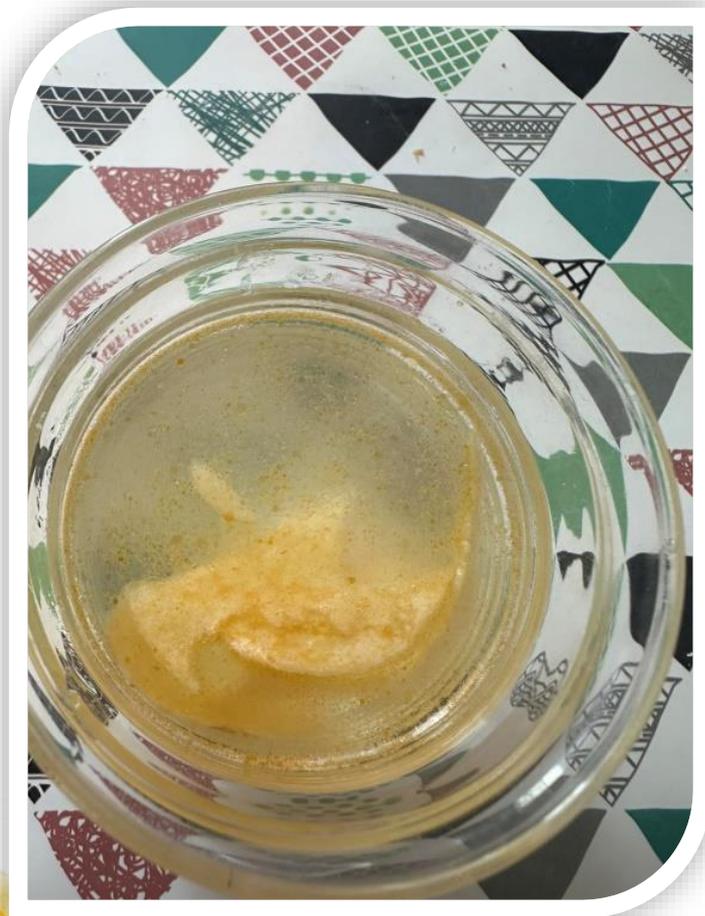
Чипсы жирные



Чипсы солёные



В чипсах есть красители и ароматизаторы



Вывод:

Проведя опыты, моя гипотеза не
подтвердилась.

**Чипсы вредны для организма людей,
хоть и вкусные.**



Упаковку от чипсов называют «самой злодейской», потому что её очень сложно переработать.



Закупаем картофель и специи



Делаем чипсы своими руками





Вывод

Делайте чипсы сами!

И будьте здоровы!



Спасибо за внимание!