

Выполнила: Коровина Мирослава, 2 у. Руководитель: Парфёнова С. А., учитель нач.кл.

Уважаемые читатели, меня зовут Коровина Мирослава, я учусь во втором гамма классе Академического лицея. Я очень люблю пить молоко, особенно свежее от коровы, но иногда пью и молоко из магазина, поэтому решила выяснить, какое же молоко полезное.

#### **Цель моего проекта:**

- выяснить полезность свежего молока и магазинного;
- какое молоко предпочитают деревенские и городские ребята?

#### **Задачи проекта:**

- узнать виды свежего молока;
- описать виды обработки магазинного молока;
- провести анкетирование ребят и взрослых;
- провести эксперимент с молоком;
- сделать выводы и сформулировать рекомендации.

Молоко – один из важнейших продуктов питания человека. О целебных свойствах молока еще говорил известный древнегреческий врач Гиппократ. Молочные ванны для красоты принимала египетская царица Клеопатра. Даже в русских народных сказках мы читаем про волшебные молочные реки и кисельные берега.

С глубокой древности молоко различных животных употребляется в пищу как здоровыми, так и больными людьми. В настоящее время существуют следующие виды молока:

1. Самое употребляемое – **коровье**.
2. Одним из самых полезных по составу является **козье молоко**.
3. В некоторых санаториях дают **лосиное** молоко.
4. В Казахстане, например, получают **кобылье** молоко.
5. Также очень полезным считается **оленье, верблюжье и ослиное** молоко.

Но у городских жителей выбор не такой большой и мы зачастую пьем молоко из супермаркетов, но оно различается между собой по способу обработки:

Первый вариант. **Пастеризация**. Молоко нагревают до 70 градусов, при этом молоко может не киснуть несколько дней и сохраняются некоторые полезные вещества.

Второй вариант. **Стерилизация**. Молоко нагревают до 135 градусов. При этом молоко не киснет до 6 мес., но погибают все бактерии, даже полезные.

Третий вариант. **Ультрапастеризация**. Молоко нагревают до 150 градусов. Не киснет больше 6 месяцев при комнатной температуре в специальной упаковке. В таком молоке нет ничего полезного.

Так как я сама люблю пить свежее молоко из деревни, но иногда приходится пить из магазина, то я решила выяснить, какое молоко любят пить мои одноклассники, для этого я провела анкетирование, вопросы следующие:

1. Любишь ли ты молоко?
2. Как часто ты пьешь молоко?
3. Выбери, где твои родители приобретают молоко?
  - в супермаркете
  - в магазине «Ежи»?
  - на ярмарке выходного дня
  - в деревне.
4. Выбери, какое молоко ты любишь?
  - Простоквашино
  - Деревенское молочко
  - Томское молоко
  - Свежее деревенское

## 5. Пробовал ли ты молоко от коровы из деревни?

Итак, исследование проводилось во втором гамма классе Академического лицея. Всего принимало участие 23 ученика. И, оказалось, что 6 детей не пьют молоко вообще по разным причинам, а 17 любят молоко, из этих 17 ребят 6 человек пьют свежее молоко из деревни наряду с магазинным. Но 14 ребят вообще ни разу не пробовали молоко из деревни.

Для сравнения я решила провести анкетирование в деревенской школе, в селе Бекет Кемеровской области (там живут мои бабушка и дедушка). Всего 25 учеников принимало участие в исследовании. Оказалось, что 3 человека не пьют молоко, а 22 любят и все они пьют молоко от своей коровы, из них 6 детей ни разу не пробовали магазинное молоко.

И я подумала, почему же такие разные результаты? и предположила, что, скорее всего ребята пьют то молоко, к которому привыкли, т.е. магазинное (при этом по результатам анкетирования 14 ребят не пробовали свежее молоко). Чтобы это проверить, я решила провести дегустацию молока с закрытыми этикетками. Было всего 4 вида молока:

- Томское молоко
- Деревенское от коровы Чернышки
- Простоквашино
- Деревенское молоко

И вот что получилось:

В дегустации всего принимало 25 человек. Некоторым ребятам понравилось несколько видов молока. 11 ребят проголосовали за Томское молоко, 14 ребятам понравилось молоко от коровы Чернышки и 14 молоко фирмы Простоквашино, 12-ти понравилось фирмы Деревенское молочко.

Выводы: Гипотеза не подтвердилась, большинству ребят понравилось свежее молоко от коровы Чернышки, сказали, что оно вкусно и сладкое, допили все, а магазинное молоко было выпито на половину.

Когда я изучала тему про молоко, в некоторых интернет –источниках было написано, что в молоко добавляют крахмал для сытности. Я решила проверить это в домашних условиях. Для этого в каждый стаканчик с молоком я добавила йод. Если там содержится крахмал, то молоко посинеет. Так как я точно знаю что в свежем молоке нет крахмала, то я сравнила с ним цвет остальных видов молока и сделала вывод, что крахмала там нет.

А также бытует мнение, что в молоко добавляют соду, чтобы оно долго хранилось и это я тоже решила проверить. Для этого в каждый сорт молока я добавила уксус, молоко не зашипело, следовательно, в нем нет соды. Но все молоко при этом створожилось!

Проведя все исследования, я сделала следующие выводы:

- **Свежее молоко от коровы вкуснее и полезнее магазинного, в нем много витаминов, микроэлементов и полезных бактерий.**
- **Из магазинного молока полезнее всего пастеризованное.**
- **Большинство городских ребята пьют магазинное молоко, но по вкусу понравилось свежее молоко. Деревенские ребята предпочитают свежее молоко от своей коровы.**
- **В магазинном молоке фирм Простоквашино, Томское молоко и Деревенское молочко нет ни крахмала, ни соды, поэтому можно ориентироваться на вкус и цену (брать в пакетах и подешевле).**

В заключении я хочу сказать, что **чистый воздух, много движения и свежие продукты (в то числе и молочко) – это залог здоровья** каждого человека. Когда я проводила исследование, у меня были вынужденные каникулы, мой 2 гамма класс был на карантине и я спросила у деревенских ребят, почему у них школа не на карантине, ребята ответили, что они мало болеют, это и подтвердил школьный врач, школа не закрывалась на карантин с 2013 года ни разу. Здесь представлена справка. И свежее молоко тоже является одним из факторов, что деревенские ребята болеют реже. А почему? Это уже тема моего будущего исследования.