

Тема урока: "Приготовление блюд из яиц"

Цели и задачи урока:

- создать условия для обеспечения усвоения и систематизации материала о продукте питания – яйцах
- дать представление о пищевой ценности яиц, значении их в питании человека;
- сформировать навыки по определению доброкачественности яиц.
- ознакомить учащихся со значением яиц в питании человека, с технологией приготовления блюд из яиц;

Ход урока.

Куриное яйцо – это ценный пищевой продукт. По своим питательным свойствам оно не уступает мясу. Куриные яйца содержат в себе все питательные вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, соли. Калорийность одного яйца составляет 157 ккал. Однако у некоторых людей яйца могут вызвать аллергию. Даже здоровым людям не рекомендуется съедать больше одного яйца в день. Сырые яйца препятствуют нормальному пищеварению. Яйца могут быть источником инфекционного заболевания сальмонеллёз, поэтому следует употреблять в пищу только хорошо вымытые яйца или прошедшие тепловую обработку. Какие виды яиц человек употребляет в пищу? Перепелиные, гусиные, куриные, утиные и даже яйца страусов. А сейчас мы рассмотрим строение яйца .



Яйцо состоит из скорлупы, белка, желтка, разделенных оболочками, и градинок, удерживающих желток в центральном положении. У свежего яйца желток шаровидный, а белок плотно подходит к скорлупе. По срокам хранения яйца подразделяются на диетические (срок хранения не более 7 суток) и столовые (срок хранения от 7 до 25 суток) . При длительном хранении яйцо высыхает, между белком и скорлупой образуется воздушное пространство – пуга, в которое вместе с воздухом проникают микробы.

Свежесть яйца можно определить путем его просвечивания в специальном приборе – овоскопе. Испорченное яйцо в овоскопе не просвечивается.

Существует и другой способ определения доброкачественности. Учитель объясняет. Налить в стакан воду, растворить в нем одну столовую ложку соли и опустить туда яйцо. Наблюдать, что происходит с яйцом. Давайте попробуем это сделать.

4. **Лабораторно-практическая** работа. Наливают в стакан воду, насыпают столовую ложку соли и опускают туда яйцо. Наблюдают, сравнивают и делают выводы.

Учитель: Яйцо лежит на дне горизонтально – ему до 6 дней. Приподнимается вверх тупой конец яйца 7-10 дней. Принимает вертикальное положение 11-14 дней. Плавает – около 25 дней.



Дети записывают вывод из лабораторно-практической работы в тетрадь.

Индивидуальная работа с детьми, выполнившими работу. Задание: придумать способы сохранности яиц без снижения потребительских качеств. Чтобы яйца дольше не портились, их хранят в холодильнике тупым концом вверх .

Что можно приготовить из яиц?



Посмотрите видео по ссылке: <https://youtu.be/3lgdLXBggDM>

Домашнее задание:

1. Наиболее ценная часть яйца
2. Как называется прибор для проверки яиц
3. Какое яйцо варится 2 минуты
4. Какого значения блюд из яиц в питании человека

Домашнее задание присылать на электронную почту – OK76266@gmail.com