

ХЛІБ У ЦИФРАХ

- У музеї мистецтв Нью-Йорка є круглий хліб, вік якого 3400 років, він був знайдений в західній частині Швейцарії при археологічних розкопках на дні висохлого озера.
- А в Цюрихському музеї виставлений хліб, якому 6000 років.
- У Києві відкрили музей хліба в 1983 році.
- З одної зернини можна отримати 20 мг борошна.
- Для виготовлення 1 батона треба змолоти приблизно 10 тис. зернин.
- Самий великий буханець спекли в Акапулько, довжина – 9200м у 1996 році.
- В світі з'їдають більше 9 млн. буханців хліба щодня.
- Пшеничний хліб містить білки 7,9 г, вуглеводи 50,0 г, жири 1,0 г, енергетична цінність 225 ккал, амінокислот в нім мало.
- У житньому хлібі білків 6,5 г, вуглеводів 42,4 г, жирів 1,0 г, енергетична цінність в цьому хлібі 180 ккал, а " амінокислот в нім багато. Вийшло, що пшеничний хліб поживний, ніж житній. У цих двох сортах хліба однакова кількість жирів. Але житній хліб багатий амінокислотами.
- Норма вживання хліба за добу для дітей 120-300г р. Підліткам 350-400 гр. Дорослим 330 р. Більш всього потрібно хліба вживати людям що займається фізичною працею. Їм потрібно 800 гр.
- В світі з'їдають більше 9 млн. буханців хліба щодня.
- Якщо кожен житель нашої країни щодня викидатиме по скибочці хліба вагою 20 г, то збитки становитимуть 1,5 млн. тон зерна.
- В одному 80- квартирному будинку можна зберегти за рік 2880 кг хліба.
- Хліб - істотне джерело вітамінів групи В. Він служить повсякденним постачальником рослинної клітковини. Нарешті, хліб

- джерело необхідних організму мінеральних речовин, а саме калія, кальцію, магнію, натрію, фосфору, заліза.

Майже половину енергетичних ресурсів, необхідних для життєдіяльності, людина отримує від хліба. І ніщо в нашому житті нам не замінить хліб. Наші предки учили: “При ситості пам'ятай голод”.

А чи знаєте ви, що якщо після обіду кожний залишить шматок хліба, то:

- Ми втратимо 2 кг хліба за день;
- Протягом місяця – 60 кг;
- За 3 місяці – 180 кг;
- За рік – 720 кг хліба.