

Ғылыми жоба

**№1 Зеренді орта мектебі**

Тақырыбы: «**Айналайын айран- сүт!»**

**Қайдар Нұрислам, Ботажан Аружан**

3 «А»-сынып

**Секциясы: дүниетану**

**Жетекшісі:Құлмағамбетова Марал Дүйсембайқызы**

Бастауыш сынып мұғалімі

Зеренді 2015

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Абстракт:**  **Зерттеудің мақсаты**:  Зерттеудің практикалық маңыздылығын ашу. Сүт тағамдарының адам денсаулығына пайдасы бар екенін зерттеу . Зауытта шығарылған және үйдегі сүттің айырмашылығын зерттеу.  **Зерттеу жұмысының міндеттері:**  Аталған мақсатымызға жету үшін алдымызға төмендегідей міндеттер қойдық:  1.Сүттің шығу тарихын зерттеймін. 2. Сүттің құрамын және қасиетін анықтаймын.   3. Ұлттық тағам туралы түсінік алып және оның емдік қасиеті бар екенін біліп жүру.  4.Зерттеу күнделігін толтырып отырамын.  **Зерттеу болжамы:**Егер сүті күнделікті өмірде, медицинада қолданылса өскелең ұрпақтың денсаулығы әлдеқайда зор болмақ. **Зерттеу нысаны:**сүтінің пайдасы туралы терең білу  **Зерттеу әдістері:**  1.Ақпараттар іздеу,сүт шығаратын зауытқа бару.  2.Зауытта істейтін, мал бағатын адамдардан сұхбат алу.  3. Кітапханаларға бару.  4.Фотосуретке түсіру  5.Іздену,салыстыру,талдау,жинақтау,әңгімелесут.б.  **Зерттеу кезеңдері:**Ғылыми зерттеулер 2014-2015жылдар аралығында жүргізілді.  **Жұмыстың қорытындысы:**  Бұл ғылыми жұмыста менің білгенім: «Ауырып жол іздегенше, ауырмайтын жол ізде» деген дана сөз осы тақырыпқа негізделгендей. Сонымен бірге натурал сүттің зауыттан шығарылған сүттен пайдасы арасан зор екеніне көз жеткіздім. Біздің халық сүтті қатты қадірлеген. Айталық, “ақты баспа” дейді. Ақ дегеніміз не? Бұл – сүт, айран, қатық, қымыз, шұбат.Осының барлығы ақтың құрамына кіреді. Өйткені ол – сүт. Мал өзінің төлін алғашқыда сүтімен асырайды. Адам баласы анасының сүтімен жетілетін болса, малдың төлі де – сол, өзінің енесінің ақ сүтімен жетіледі. Мал да өзінің ұрпағын сүтімен өсіреді. Оның үстіне біздің қазақ төрт түлік малдың қадірін жан - жақты білген, өзінің өміріне тірек еткен.    Жұмыстың кезеңдері:   І – кезең 20.10.-23.04. 2015 жылы тақырыпқа қатысты материалдар жинақталып, жүйеленді. Жинақталған материалдар іріктелді, жұмыстың бағыт – бағдары айқындалып, жоспар құрылды. Теориялық бөлімінде оқушы ақпараттар жинады.  Адам ағзасына сүт тағамдарының қаншалықты шипалық әсері күшті екенін білсек те, бұлардың кейбіреулерінің емдік қасиеттері бар екенін біле бермейміз. Гипертонияға, гастрит аурулардан емделуге болатының анықтады.  Жұмыс мұқият тілмен рәсімделген, жеңіл оқылады және түсінікті. Онда қажетті көрнекті материалдар бар.Оқушы зерттеген жұмысын біледі, ғылыми және практикалық мақсаттарды қойып оны шешті. Ғылыми болжаулар жасады.  ІІ – кезең 23.11.-20.04.2015 жылы жұмыс жасалып, зерттеу бөлімі тиянақталды, қол жеткізген нәтижелер анықталды. **I.Теориялық бөлімі**  **Сүттің шығу тарихы**.  Ежелден қазақ халқы көшпелі ғұмыр кешті.Мал мен оның өнімдері аса қолайлы игілікке саналды. Ата –бабаларымыз табиғат мінезін аса білгірлікпен, өмірлік тіжрибесімен шебер меңгерді.Қай жердің шөбі шүйгін қонысқа қолайлы ,суының тұшымдылығы малдың қыстан күйлі шығуына аса маңызға ие.Қазақтың жерінің басым көпшілігі шөл және шөлейт аймаққа жатады.Мамандардың дерегіне сүйенсек онда үш жүз жүзге жуық шөптің түрі кездеседі .Соның ішінде жылқы мен қара мал жүзге жуығын ғана азық етеді.Жеген шөбіне қарай адам ағзасына пайдасы да үлкен орын алары дауысыз. Бабаларымыздың ұғымында әр түліктің өз иесі бар деп түсінген.Жылқы Жоғары Әлемнің өкілі**.**C:\Users\Амирхан\Desktop\Новая папка (3)\Downloads\photo.jpg  **«Ат-ердің қанаты»**  **Жылқының шығу тарихы**  Төрт түлік малдың ішінде қай халықтың болса да құрмет тұтатындарының бірі- жылқы малы. «Ат-ердің қанаты» деп айтатын дана халқымыз жылқыны өте қастерлеген. Жылқы-мінсең көлік, жесең ет. Қазы-қарта, жал-жаясыз бірде-бір қазақ жанұясын біз көре алмаймыз.Тарихи деректер бойынша адам баласы  2  жылқыны біздің жыл санауымыздан 3 – 4мың жыл бұрын қолға үйреткен. Негізгі отаны Шығыс Еуропаның далалы аймағы, Орталық Азия және Қазақстан алқабы деп есептеледі.  Сиыр –Төменгі Әлемге жатады.**«Сиырдың сүті – тілінде»**C:\Users\Амирхан\Desktop\1fa2e93cf4dc6cb5e11f4d13adf7b409.jpg  **Сиырдың шығу тарихы**  Сиыр, ірі қара, мүйізді ірі қара — сүтқоректілер класына жататын аша тұяқты, қуыс мүйізді, күйіс қайыратын жануарлар. Сиыр малы осыдан 7-10 мың жыл бұрын Жерорта теңізі маңындағы елдерде қолға үйретілген. Қазақстан сиырларының тұқымдары еттілік, сүттілік, көліктік жағынан ерекшеленіп, өсіп-өніп келеді  Жер асты әлемінде сиырдың орны ерекше. Ол Теңіз үстінде Жерді мүйізімен тіреп тұрады деп ұққан.Қазақ аңызында көк өгіз мүйізімен жерді қазып , жер бетіне суды алғаш шығарушы. Жер көк өгіздің мүйізінде тұр .  Ортаңғы , біздің әлемімізде қой орын алады.**Уақ мал**  **C:\Users\Амирхан\Desktop\2792.jpg**  **Қой** –**Ешкі**  [қуысмүйізділер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D2%9A%D1%83%D1%8B%D1%81%D0%BC%D2%AF%D0%B9%D1%96%D0%B7%D0%B4%D1%96%D0%BB%D0%B5%D1%80) тұқымдасына жататын, күйіс қайыратын жұптұяқты [мал](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D0%BB).Қой бұдан 10-11 мың жыл, ешкі 11-12 мың жыл бұрын қолға үйретілген. Қойдың жабайы арғы тегі - жабайы қой муфлон және арқар таулы алқаптарда таралған. Қойдың алғаш қолға үйретілген орталықтарын [Жерорта теңізінің](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B5%D1%80%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0_%D1%82%D0%B5%D2%A3%D1%96%D0%B7%D1%96) маңы, [Орта Азия](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%80%D1%82%D0%B0_%D0%90%D0%B7%D0%B8%D1%8F), Қазақстан, [Орталық Азия](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%80%D1%82%D0%B0%D0%BB%D1%8B%D2%9B_%D0%90%D0%B7%D0%B8%D1%8F), Оңтүстік Африка  3  Ал сүттің шығу тарихың білгілерін келеді ме?Ертеде бір аңызда былай айтылыпты:  Бір мүбәрәк түнінде Жәбірейіл періште Пайғамбардың алдына ыдыспен екі нәрсе тартады: бір кесе бал және бір кесе сүт. Пайғамбар осылардың ішінен сүтті таңдайды. Жәбірейіл періште сонда былай депті : «Сен өзінің табиғатына сай жаратылыс мәйегін таңдадың»дейді Пайғамбарға.Содан бері сүт пайда болыпты.Сүт қышқыл өнімдерінің тарихы ежелгі заманнан бастау алады. Сақ заманы кезінде көшпенділер мәдениетінде қымыз өнімі белгілі болды.Ежелгі Үндістан, Рим, Грекия, Кавказ халықтары сиыр және ешкі сүтінен дайындалған сүт қышқылды өнімдерді пайдаланды.Жалпы сүт қышқылды өнімдер ассортименті жеткілікті сан түрлі болып келеді. Қымыз, айран, шұбат, йогурт, құрынғы сияқты өнімдер бұрыннан белгілі. Ең бірінші қымыз туралы құжаттық мәлімет Геродоттың «Грек-мысыр жауынгерлері туралы тарих» еңбегінде б.з.д. 470 жылы жазылған болатын. Ал Египетте бұрынғы заманнан бері биенің, сиыр немесе ешкінің қышқыл сүтіне қатысты «Лебен раиб» атауы қолданылған.Кейіннен ұлттық сүт қышқылды сусындар пайда бола бастады: Украинада – қатық, Ресейде – простакваша мен варенец, Арменияда – мацун, Грузияда – мацони, Түрікменияда – чал.Солтүстік-шығыс Азияда – құрынғы, Солтүстік Кавказда – айран, Қазақстан, Башқұрстан, Татарстанда – қымыз, Египетте – лебен, ал Болгария, Грекия, Түркияда – йогурт дайындайды.  **2.Сүттің құрамы:**  Сиырыңды сырттатпа Сауып ішсең мың күндік, Сойып жесең бір күндік. Сүттің құрамы Сүт - бұл қазақ халқынын ежелден келген тағамының бір түрі.  4 Сүт — барлық жастағы адамдарүшін жұғымдылығы жоғары, оңай сіңетін өнім. 100 грамм сүтте 3 грамға жуық белок, көптеген мөлшерде оңай сіңірілген кальций мен фосфор қосындылары, сондай-ақ белгілі мөлшерде А1, В2, Д дәрумендері бар.  Орыстың дәрігер ғылымы Н.И. Лунин витаминдерді анықтаудағы  тәжірибесінде  дәлелдегеніндей, табиғи сүт құрамында адам мен жануарлар ағзасына қажетті барлық заттар бар, яғни 20-дан астам амин қышқылдары, 20-дан астам май қышқылдары, 50-ден аса макроэлементтер және микроэлементтер, 16-ға тарта витамин, қанттың 3 түрі, түрлі ферменттер, сондай-ақ тотығу, орын басу, зат алмасу процестерінің қалыпты жүруін, сүттің бактерицидтік касиеттерін камтамасыз ететін гормондар мен иммунды денелер көптеп кездеседі.Сүт құрамындағы ақуыздың бастылары казеин, альбумин және глобулин болып табылады. Сүт белогының құрамында адам организімінде синтезделетін амин қышқылдары болғандықтан, ол жоғары сапалы тағам болып саналады. Сүттің майлылығы – негізгі сапа көрсеткіші. Сүт құрамындағы май қаныққан және қанықпаған май қышқылдарынан тұрады, олар тағамның маңыздылығын арттырады. Көмірсулар сүтте лактоза қанты түрінде  кездеседі. Негізінен сүттің ұюында маңызы зор энергия қоры болып табылады. Сүт қышқылы және оның тұздары тоқыма, тері илеу өнеркәсібінде, медицинада кеңінен қолданылады. Сүттегі кездесетін минералды заттар организмдегі зат алмасудың, дене сүйектің өсіп жетілуін, денедегі осмос қысымының тұрақтылығын сақтауда, тістердің түзілуінде пластикалық материал болып табылады. Сүт элементтік құрамы бойынша кальций мен фосфорға бай. Шикі сүт құрамында ретинол, токоферол, тиамин, никотин қышқылы, аскорбин қышқылы кездеседі. Бұл витаминдер зат алмасу процесінің қалыпты жүруіне және организмнің өсіп жетілуіне қажет. Сүттің химиялық қасиеті – активті және жалпы қышқылдылығымен сипатталады. Сүт қышқылы әсерінен түзілетін ұйындыдан кефир, простокваша, ірімшік, кілегей және қаймақ дайындауға болады. Сүттің қышқылдылығы 18ºТ шамасынан аспауы тиіс. Сүттің физикалық қасиеттері сүт тағамдарының технологиялық әдістері-қыздыруға, салқындатуға, мұздатуға, ашытуға, ұйытуға әсерін тигізеді .  5  Мал сүтінің құрамы   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Мал түлігі | Құрғақ зат | Майлылығы | Белогы | Лактоза | Күйі | | Сиыр сүті  Бие сүті  Ешкі сүті  Қой сүті  Түйе сүті | 12,5  10,3  13,4  18,2  13,6 | 3,8  1,25  4,4  6,7  4,5 | 3,3  2,15  3,6  6,3  3,6 | 4,7  6,5  4,9  4,3  5,10 | 0,7  0,4  0,8  0,9  0,7 |   **Сүттің емдік қасиеті:** Адамзат баласы дүниеге келген кезде әуелі ана сүтін қорек етеді. Ана сүті өмірге келген жассәбидің дамып, өсуіне ықпал етеді. Себебі, оның құрамында балаға қажетті элементтер бар. Жас сәбиге сүт қаншалықты қажет болса, үлкен адамдарға да соншалықты қажет. Сүт құрамындағы ақуыз тырнақ, шаш өсімін жақсартып, сүйектердің қатайып, мықты болуына әсер етеді.Күнделікті майлылығы төмен сүт өнімдерін пайдалану ас қорыту жүйесін жақсартады. Әлемде ең көп жасайтын елдердің ішінде тау халықтарының жүз жастан асқан адамдардың ғұмырының ұзақ болу себебін зерттей келгенде олардың негізгі тағамдары әрқашан піскен сүт, айран ,қаймақ , т.б. сүт өнімдері екені анықталған  **Айран**  Қазақтар арасында аса танымал тағам түрі.Оны әсіресе даулеті орташа адамдар көп пайдаланған.Оның дайндау жолы да қарапайым.  **Айран ұйыту.**  Айран - қазақ аспаздығында айран кеңiнен қолданылады. Оған салқындатылған сусын, әрi тағам болып табылатын түрлi сорпалар қосады. Айранды дайындау үшiн сиырдың сүтiн қайнатады да, +35, 40 С-қа дейiн салқындатады. Онан соң айран (1 стақан айранды 5 литр сүтке) құяды. Онан соң ыдысты қақпақпен жауып, сүлгiмен орап, жылы жерге қояды. 4-6 сағаттан кейiн айран дайын.  **Айранның құрамы**   Өнімдер Сан Энергетикалық құндылығы (ккал  ) Ағуыздар (г) Майлар (г) Көмірсулар (г) [5]  6  **Айраннан ем болатын аурулары:**  1.Гипертонияға шалдыққандар күніне 2 рет тамақ ішкеннен кейін жарты сағат өткенде 1 кесе айранды асықпай, баптап ішетін болса, бірнеше күннен кейін қан қысымы төмендеп, өзін жақсы сезінетін болады.  2. Сондай-ақ ұйқы қашқанда түнемелік жатар алдында 1-1,5 кесе жылы айран ішсе, оның жақсы ұйықтап шығуға әсері мол.  3.Тағы бір жайт, айранның гастрит ауруына да пайдалы екендігі. Ол денсаулыққа пайдалы және қоректік қасиеті мол тағам.  4.Артық салмақтан арылуды көздейтін жандар күніне 1 стакан айран ішсе, діттеген мақсатына жете алады.Әсіресе, айранды кешкі уақытта ішкен пайдалы.  Қазақтың ұлттық сусындарының (айран, қымыз, сүт, шұбат) адам денсаулығына тигізетін пайдасы орасан зор. Бабаларымыз қадірлеген жылқы малының сүті – қымыздың емдік қасиеті бар екендігі ежелден мәлім. Дені сауадамның ағзасы бір тәулікте орта есеппен 50 мг С дәруменін қажет етсе, бір литр қымыз құрамында 200-260 мг С дәрумені бар екен. Қымызда сонымен қатар сөл бөлу және жүрек жұмысын жақсартатын Втобындағы В(1), В(2), В(3), оныңішінде қанның жасалуына қатысатын В12 дәрумені және ағзадағы тотығу-тотықсыздану реакцияларына әсер ететін С тобы дәрумендері, сондай-ақ,А тобы дәрумендері кездеседі. Тарихи деректерге назар аударсақ,сырқат адамдарды қымызбен емдейтін ең алғашқы курорт 1858 жылы Самара қаласының маңында ашылыпты.Оны ұйымдастарған дәрігер В.Толстиков деген кісі.Ол: «Қымыз асқазанды ыстап,адамның өзін әлдендіреді ,тәнін жаңғыртады»,-деп жазып кетіпті.Ал оның алдында В.И.Даив қымызбен емдеу әдісін уағыздап ,1843 жылдары Орынбор қаласында әскери қызметте жүргенінде –ақ қымыздың шөл қандырар сусын екен және құрқұлақ ауруын алдын алуда емдік қасиеті бар құрал.  Шіріткіш микробтарға, ішек таяқшаларына және сарғыш стафилококтарға қарсы жойғыш күші бар қымыз – туберкулез, сүзек, дизентерияға,дифтерия бактерияларына тосқауыл қояды. «Ауруға – ем, сауға – қуат, дәрі қымыз» – деп Жамбыл атамыз жырға бекерден-бекер қоспаса керек. Ал Ақтамберді жырау болса: «Биенің сүті сары бал – қымыздан асқан дәм бар ма?» деп тамсанған. Өйткені, қымыз қазақ халқының ұлттық тағамдарының ішіндегі ең құрметті дастарқан дәмдерінің бірі  7  Шұбат Қазақ түйе малын да ерекше қастерлеген ғой. Сондықтан да түйе сүтінің емдік қасиеттері бағзы заманнан бері белгілі. Шұбатты бабаларымыз өкпе, асқазан ауруларымен қатар түрлі созылмалы дерттерге, жалпы ағза әлсірегенде, әрі уланғанда емдік қасиеті жоғары мал өнімі ретінде пайдаланған. Ең алдымен шұбаттың емдік қасиетіне тоқталатын болсақ, бір литр шұбат адам ағзасын тәуліктік қажет ететін дәрумендермен және басқа микроэлементтермен толық қамтамасыз ете алады. Шұбатта табиғи иммундық қасиеті адам денсаулығына пайдалы түйіршік белоктар бар. Отандық және батыс ғалымдарының мәліметтері бойынша, алты ай бойы күнделікті астан 30 минут бұрын бір литр шұбат ішкен жағдайда оның ісік, тыныс алу, ас қорыту жолдары және жүрек-қан тамыры сияқты ауруларды емдеуге ықпал жасайтындығы тұжырымдалған. Қос өркешті «шөл кемесі» түйе жануары беретін шұбаттың жөні бөлек. Құрамының элементтерге байлылығынан шұбат қымыздан да асып түседі. Мәселен, қымыз құрамындағы ақуыз мөлшері 2,3-2,9% болса, шұбаттағы ақуыз 2,91-4,93% мөлшерінде. Қымыздың майлылығы 1,3-2,5% болса, шұбат одан да майлырақ ─ 8-9%. Шұбаттың құрамында С дәрумені де молырақ.  Ықылым замандардан келе жатқан ғалымдар мен ойшылдар сүтті**«денсаулықтың қайнар көзі», «өмір шырыны», «ақ қан»** деп аса жоғары бағалаған. [Сүт](http://massaget.kz/bastangy/kulinariya/4216) азықтық құнары жағынан кез келген тағамды алмастыра алады, ал өзге бір тағам сүттің орнын баса алмақ емесАңыздарға жүгінсек, **Ежелгі гректердің Абдерах қаласында**тұратын атақты дәрігер бір бақуатты адамның баласын емдегенде ешбір емдік шөптің де, дәрі-дәрмектің де пайдасы тимеген. Сонда біз білетін аңыз адам **Гиппократ**науқасқа бір апта бойы күндіз және кешке **есек сүтін,**ал бір аптадан кейін **сиыр сүтін** іш деп кеңес береді. Нәтижесінде, әлгі науқас ауруынан біртіндеп айыға бастаған екен.  **Гиппократ өз еңбектерінде** сүтпен емдеудің жолдарын, сүттің шипалы болған кездерін тізіп көрсеткен. Сондай-ақ, әр түрлі мал сүтінің емдік қасиеттерінің бірдей болмайтындығын анықтаған. Оның пікірінше, ешкі мен бие сүті көкірек ауруын жазса, сиыр сүті құяң мен қан аздыққа шипа болады. Гиппократ **жүйкесі тозып, ашуланшақ болған адамдардың да сүт ішкені өте дұрыс**екендігін атап өтеді.  **Әбу-Әли ибн Синаның *«Дәрігерлік ғылым қағидасында»*** да сүттің емдік қасиеті жөнінде сөз болған. Ол сүт пен сүт өнімдерінің кәрі-жасқа бірдей пайдалылығын айта келіп, жасы ұлғайған адамдар үшін таптырмайтын ас деп түйген. Ғалым әсіресе, **ешкі мен есек сүті өте пайдалы** екендігін баса айтып, олардың сүтіне **тұз бен бал қосып** ішкен дұрыс деп шешкен.  8  **Италияда**біздің дәуірімізге дейінгі ІІІ ғасырда емдік қасиеті мол сүт алу үшін сиырға **ақбас жусан, бидайық, ешкітап, куманиха** сынды әртүрлі шөптерді араластырып берген. Ол кезде сиыр өріске шығатын жайылымның ботаникалық құрылымын жақсартқан адамдарды арнайы**медальдармен марапаттап отыратын**болған деседі. Белгілі ғалым **С.П.Боткин**өзі жүргізген тәжірибелерге сүйене келе, «сүт жүрек пен бүйректі емдеуге аса бағалы зат» деген тұжырымға тоқтаған.  Егер жараны, **күйікті, ит қапқан не ара шаққан жерді** бөкеннің сүтін жағып емдесе, жара жайшылықтағыдан әлдеқайда тез жазылады. Сондай-ақ, ***бөкен сүті***асқазан және он екі елі ішек жарасын, созылмалы, гастрит ауруын және өкпе дертін тез жояды.  Сүт пен сүт өнімдерінің семіздікті, бауыр, ұйқы безін және жүрек дертін емдеудегі маңызы өте ерекше.  Егер бала кезінде сүт өнімдерін үзбей қолданған адамдаржүрек талмасымен ауырмайды екен. Бірлесіп зерттеу жүргізген Австралия мен Ұлыбритания дәрігерлері осындай қорытындыға келген.Сүт өнімдерінің жүрек ауруларыныңалдын алуға әсерін анықтау үшін ғалымдарзерттеуді 1948 жылы бастаған.  Сүтті тұмау ,жөтел ауруларында жиі пайдаланады.  9  **C:\Users\1111\Downloads\images (22).jpgСүт жайында біле жүріңіз.**  1.Әуелгіде жаңа сауылған сүттің дәмі жағымды ,тәттілеу болады. Ыдыстың қақпағын ашқан кезде сүттің хош иісі сезіледі. Әдетте оның өзіне тән сүйкімді иісі болады.Сүт 100,2 С температуда қайнап,0,54-0,58С салқын температуда қатады.  2.Сүтті пісірген кейін оның бетіне кілегей қабық пайда болады.Ол белоктардан ,май мен минерал тұздардан тұрады.Ал егер қайнаған сүтті ыдыстан ауыстырып,басқа ыдысқа құйғанда ыдыстын түбінде,кейде қабырғаларында да қаспақтар қалады.Бұл сүттің тұнған белогы.  3.Адам күніне қанша сүт іше алады?Еуропадағы дамыған елдер тұрғындарының ұрпақтары үшін қанша ішсе де пайдалы.Олардың тек бір-жеті пайызына сүт жақпайды.Сүт кунделікті тағамдарына айналмаған елдердегі адамдардың ағзасында лактозаны жетіспейтіндігі байқалған дейді мамандар.Мәселен тайландықтардың 97пайызы,эскимозтарды 88пайызы,кипірліктердің 82пайызы сут іше алмайды.Бір қызығы,оладрдың балаларында шамамен 4жасқа дейін бұл фермент болады да,кейінен мүлдем жойылып кетеді.  4.Лактозадан басқа сиыр сүтінде 0,3пайызға жуығы күрделі заттар болады.Оладрдың құрамына сүт қанты,басқа да қаңттар мен азотты қышқыл енеді.Бұл заттар әсіресе балалардың өсіп жетілуі үшін қажет.  5.Сүт қайнатқан кезде,ыдыстын бетін жауып қойса,витаминдер жақсы сақталады.  6.Мөлдір шыныдан жасалған шөлмектер сүт сақтауға аса қолайлы емес.Күн сәулесінің әсерінен онда күрделі фотохимиялық риакциялар болады.Мәселен,төрт сағатта С витамины толығымен жойылады.Куннің сәулесі әсерінен басқа да ағзаға қажетті кейбір дәрумендер мен заттар қасиеттерін өзгертеді.Қара қоқшыл шыныдан жасалған шөлмектерді пайдаланған кезде С витамины 48 сағатқа дейін сақталады.  10  Сүт өндіретін кәсіпорындар.  Сүт тағамдарын дайындау қазір өндірістік жағдайда игерілді. Бүгiнгi таңда елiмiзде 200-ден астам сүт өңдеу кәсiпорындары бар.Оларды атап кетсек:  1.«***Көкше –сүт»***Сүт өңдейтін зауыттың қуаты тәулігіне 160 тоннаны құрайды. Кәсіпорында 175 адам жұмыс істейді. Өнімдер негізінен отандық нарықта сатылады.  2. ***Көкшетау сүт зауыты «Синегорье сүті»***«Синегорье сүт» жауапкершілігі шектеулі серіктестігі өз жұмысын 2009-шы жылы бастады. Ашылған жылдары кәсіпорында өнімнің небары 10 түрі шығарылды. Орнатылған жоғары технологиялық қондырғылардың арқасында бүгінде мұнда сүт өнімдерінің 34 түрі дайындалуда. Дайын өнімнің сақталу мерзімі де талапқа сай.   Кәсіпорынның қуаттылығы да жыл санап артып отыр. Бір ауысымда 500 тонна өнім дайындап шығарады. Шикізат жеткілікті, сүт осы өңір мен көршілес облыстардан жеткізілуде.    Серіктестікте 250 адам тұрақты еңбекпен қамтылған. Дайын өнім ел аумағы мен көршілес Ресейге жеткізілуде.  ***3.Садовый ауылындағы«Сүт өнімдерін өңдеу және орау жөніндегі цех***».Бүгінгі таңда отандық тауарға деген сұраныс едәуір артып отыр. Біздің Ақмолалық өнім өндірушілер бұл бағыттың дамуына айтарлықтай үлес қосып келеді. Міне Зеренді ауданындағы сүт зауыты экологиялық таза тауарларды өндірсе, сүт зауыты 14 түрлі өнім дайындайды. Тәулігіне 20 тонна өнім шығаруға қауқарлы. Сүт, қаймақ және өзге де пайдалы тауарлар өңір  дүкендерінің сөрелеріне қойылады. Сапасы жоғары болғандықтан көпшілік сұранысына да ие .Біз де осы аталған зауытқа барып таныстық.Өнім шығатын жерін,қоймаларын көріп келдік.Осыны бәрін көргесін еліміз үшін,біздің Қазақстанда сапасы биік өнім шыққан үшін Отанымен мақтанамын.  11  II.Практикалық бөлімі :  Зерттеу жұмысы бақылау әдісі арқылы орындалды. Зауытта шығарылған және үйдегі сүттің айырмашылығын зерттеу.  C:\Users\1111\Desktop\SAM_1158.JPG   1-тәжірибе  Дүкеннен алынған сүтпен үйдегі сүтті салыстыру.Екеуін де ыдысқа құйып бір тәулікке қоямыз. . Дүкеннен алынған ыдыстағы сүт көп уақыт сақталады ,өйткені оның құрамында химиялық заттар бар.Ал үйдегі сүт тез ашып кетеді.  C:\Users\1111\Desktop\SAM_1167.JPGC:\Users\1111\Desktop\SAM_1320.JPG 12  2- тәжірибе  Екі ыдысқа сүт құйып қоямыз.Біреуіне натурал сүт, екіншісіне дүкеннен алынған сүтті құйямыз.Лакмус қағазын алып екеуіне салып көрдік. Натуралды сүтке лакмус қағазын салғанда оның түсі өзгерген жоқ ,ал дүкеннен алынған ыдысқа салып көргенде қағаздың түсі өзгерді.Осыдан біз білдік, дүкеннен алынған сүтке химиялық заттар қосады.  C:\Users\1111\Desktop\SAM_1165.JPGC:\Users\1111\Desktop\SAM_1162.JPG  C:\Users\1111\Desktop\SAM_1326.JPGC:\Users\1111\Desktop\SAM_1327.JPG  C:\Users\1111\Desktop\SAM_1328.JPG  13  Қорытынды:  Бүгінгі қым қуыт технология заманында ұлттық тағамдар мен сусындардың адам өміріндегі маңызын насихаттау ара кідік болса да баспа сөз бен теледидарда қозғалып жүр.Келер ұрпақтың дені сау,санасаны сергек болып өсуі үшін ғасырлар бойы жалғасын тауа келе жатқан құндылықтарымызды күн сайын насихаттау артық емес. «Ас адамның арқаулы» деп тағамның адам өміріндегі орның аса жоғары бағаланған.  C:\Users\1111\Downloads\images (21).jpgҚазақ халқының ішіп-жемінде сүт тағамдары ерекше орын алады. Сүттен жасалатын тағамдардың түрлері,оның адам ағзасына тигізер пайдасы туралы орасан бай тәжірибе ұмыт бола бастады . Біздің халық сүтті қатты қадірлеген . Халқымыз "ағарған" немесе "ақ" деп атаған. Осы ақтан көптеген жылдар бойы әжелеріміз, аналарымыз тәжірибе жинақтай келе одан көптеген тамақ түрлері мен дайындау әдістерін білген және олардың көптеген қызықты атаулары, ерекше жасау, пісіру жолдары да тағы бар. Сөйтіп бір сүттен, өқою, қоймалжың, ащы, тұщы, жұмсақ, қатты, ұнтақ тағамдар жасап шығарған. Сүт тағамдары денсаулыққа пайдалы және қоректі қасиеті де мол. Кезінде академик И. П. Павлов сүтті "табиғаттың өзі дайындаған тамаша тағамы" деп бағалаған. Біз тамақ ішу үшін өмір сүрмейміз, өмір сүру үшін тамақтанамыз.  C:\Users\1111\Downloads\15067787-Иллюстрация-детей-счастью-пить-молоко.jpg  Кел,кел досым бізге қосыл  Сүт ішейік бір уақ  Біздей мықты балалармен  Жарқын болсын болашақ  Асқадірін білейік  Аман есен жүрейік.  14  **Пайдаланған әдебиеттер:**  1.Мырзабай Омар «Айналайын айран-сүт» «Алтын алқа»баспасы 2011ж. 2. «Сүтте де сансыз сыр бар» мақала. Дайындаған: Айгерім Сматуллаева 3.. Қ.Бозымов « Жылқы және түйе шаруашылығы» Алматы «Қайнар» 1993ж.  4. К.Мырзалиев «Қызыл кітап» Алматы «Жалпы» 1983ж. 5.Балалар энциклопедиясы.6. «Сұрақ және жауап»энциклопедиясы.Алматыкітап 2006ж.7. «Шанырақ» энциклопедиясы. 8. Садовый аыулындағы орналасқан «Сүт өнімдерін өңдеу және орау жөніндегі цех» қызыметкерлерінен алған мәлемет. |
|  |