



Неизведанное рядом

Автор: Шуйский А.М 1 курс
Научный руководитель: Т.П. Козлова, преподаватель
КГБПОУ «Алтайская академия гостеприимства», г. Барнаул

Аннотация

Листовой салат входит в десятку самых полезных растительных продуктов. В нем высокое содержание витамина С, он опережает по этому показателю цитрусовые. Благодаря этому салат служит превосходным антиоксидантом и замедляет старение клеток. Обычный продукт-салат, но большинство потребителей не имеют представление о его полезных свойствах. Пищевая ценность данного продукта крайне высока. Научная проблема работы заключается в сборе и анализе информации о витаминно-минеральном составе салатов.

Актуальность

Актуальность данной темы очевидна, так как данная группа продуктов изучена слабо, необходимо расширить информационную базу в данном направлении.

Цель

Определить пищевую ценность листового салата, как источника полезных веществ для организма. Предоставить информацию для покупателей о значении салатов в пищевой корзине.

Задача

Ознакомиться с ассортиментом салатов, реализуемых на торговых предприятиях города Барнаула, и потребительской заинтересованностью данной группы товаров. Проанализировать пищевую ценность салатов, сделать выводы.

Введение

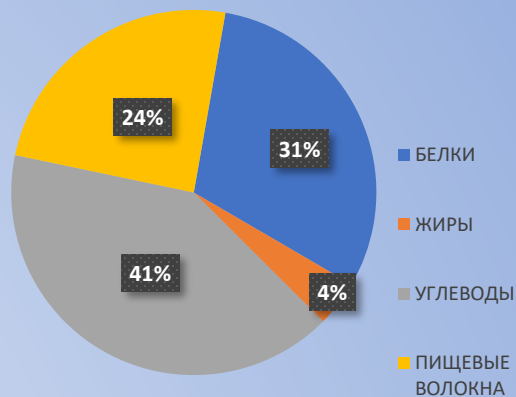
А знаете ли вы, что в Великой Римской империи есть памятник, воздвигнутый в честь салата Латук. В настоящее время салаты пользуются популярностью у определенного круга потребителей, но они не знают, что салат-лидер по содержанию кальция и занимает вторую позицию среди растительных продуктов по составу минералов, уступая только шпинату. В нём немало калия, фосфора, железа, йода, меди, кобальта, цинка. В торговых сетях города реализуется чуть более 10 наименований данного продукта и информативность населения по данной группе товара крайне недостаточна

салаты	Внешний вид
Лолло росса	
Латук	
айсберг	
кале	

Методы и материалы

1. Сбор и изучение информации по теме доклада из всех возможных источников.
2. Ознакомление с ассортиментом салатов в торговых сетях города и изучение потребительского поведения по данной группе товаров.
3. В работе использовались методы сравнения, анализа, определение выводов.
4. Практическим был разработан авторский рецепт холодного блюда (салат латук с морским миксом и дижонской горчицей, с заправкой соусом микс).

САЛАТ



Продукт	Масса нетто гр
Морской микс	180г
Айсберг	30г
Дижонская горчица	5г
Бруснично-клюквенный соус	10г
Соль, перец	По вкусу

Салат очистить от грязных листьев, убрать плодоножку, нарвать на более мелкие куски. Морской микс выложить на тарелку, рядом салат и отдельно подать горчицу и заправку. Выход: 220г

Результаты и обсуждение

Главной идеей этого доклада является распространение информации об салатах, ознакомление покупателей с данной группой товаров, выяснение их пищевой ценности.

Анализируя покупательский спрос, можно сделать вывод, что наибольшем спросом у покупателей пользуется салат айсберг, а наименьшим- салат кале. О других видах салатов покупатели просто не знают.

Заключение

Салат- это один из тех продуктов, который появляется не на каждом столе россиянина, но мы выяснили, что они играют весомую роль в нашем питании. Понимание пищевой ценности салатов, дает возможность улучшить здоровье человека. Поможет сделать выбор продуктов более информативным, что улучшит качество питания, повысит культуру питания наших сограждан. Анализ покупательских предпочтений позволяет сделать вывод, что наши сограждане недостаточно глубоко знают ассортимент данной группы товаров.

Библиографический список

<https://dzen.ru/a/XAZ6Kge9ogQ8--Mg-Листовой салат- кладезь витаминов или нитратов зимой?>
 , Против болезней и старости-
https://health-diet.ru/table_calorie_users/204190/, Салат -
Полезные и опасные свойства салата-
https://aif.ru/health/food/minimum_kaloriy_maksimum_polzy_zachem_ezhednevno_est_istovoy_salat

Популярность салатов

