Это интересно знать!

1.Старинная легенда гласит, что громовержец Зевс был вскормлен молоком божественной козы Амалфи из ее же рога.

2.Гиппократ назначал молоко больным, особенно тем, кто болел туберкулезом. Он рекомендовал пить молоко и нервным людям, считая его успокаивающим средством.

3.При ангине и других заболеваниях горла древние римляне полоскали его горячим молоком с добавлением соли. При заболеваниях зубов им смазывали десна.

4.Молоко активно использовалось и в народной косметике. Из него делали маски и использовали их против морщин.

5.В древности оно использовалось в стенной росписи. Для получения высококачественной пурпурной краски готовили смесь сока брусники с молоком. Для росписи стен использовали также молоко с шафраном.

6.Стакан теплого молока с медом на ночь – универсальное снотворное.

7.Древние философы называли молоко «соком жизни».

Думчева Полина,
10 «А» класс

МБУ СОШ №69
г.о. Тольятти

Адрес : г. Тольятти,
Автозаводский район
улица 40 лет Победы , 120
Контактный тел: 308688
e-mail: school69@edu.tgl.ru

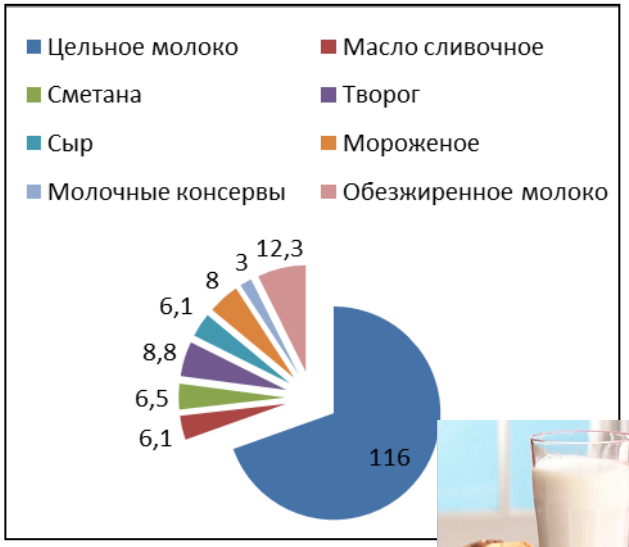
Натуральное и свежее молоко каждый день — залог нашего здоровья!

Жизнь прекрасна и легка, если выпил молока!

Польза молока

Молоко содержит много полезных веществ, витаминов и минералов. О пользе молока говорит тот факт, что выпивая 0,5 литра молока в день организм получает все необходимые ему питательные вещества. В молоке содержится лактоза, необходимая для работы сердца, печени, почек. В молоке содержатся полезные витамины. Витамин А, который необходим для роста ребенка, а также незаменим для сохранения зрения. Витамин В1 (тиамин), необходимый для усвоения сахара. Из молока и молочных продуктов организм получает так необходимый ему кальций. Ведь кальций имеет свойство с возрастом вымываться из костей и кости становятся хрупкими. Кальций необходим как детскому организму для формирования скелета, так и людям пожилого возраста для профилактики остеопороза. Полезные свойства молока усилятся, если сочетать прием молока с витамином Д , которым богата рыба, рыбий жир, икра.

Институтом питания РАМН были разработаны рекомендуемые нормы потребления молочных продуктов на 1 человека в год - 392 кг (в пересчёте на молоко):



Пословицы и поговорки о молоке

- Заварил кашу, так не жалей ни молока, ни масла.
- Корова – на дворе, молоко – на столе.
- Корова пьет воду – дает молоко, змея пьет воду – источает яд.
- Обожжешься на молоке, станешь дуть и на воду.
- Корова рогата, да молоком богата.
- Не дело дегтем щи белить, на то есть сметана.