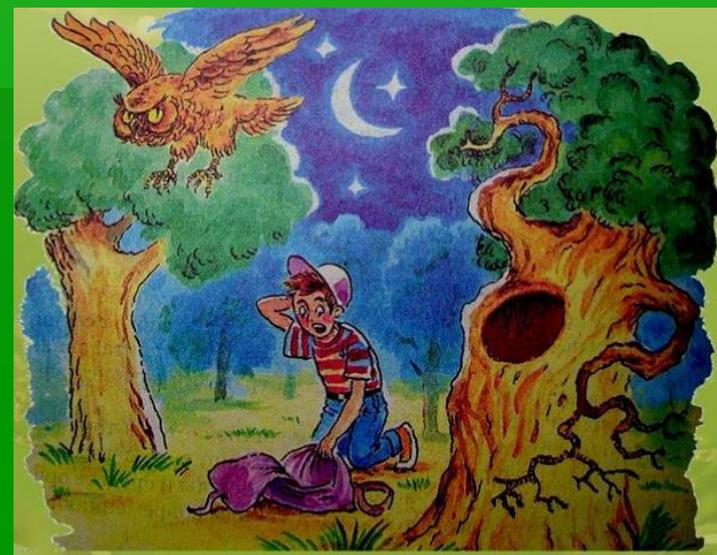


Как обеспечить себя продуктами питания в аварийной ситуации



**Здравствуйте, ребята!
Тема нашего занятия
«Как обеспечить себя продуктами питания в аварийной
ситуации».**



Посмотрите видеоматериал

<https://yadi.sk/i/48m10hx5s4eBSg>

ВКУСНЫЕ И ПОЛЕЗНЫЕ

В грибах содержится большое количество минералов и витаминов. Витамин А присутствует в виде каротина. В больших количествах присутствуют витамины В1 и В2, РР и С. Интересным фактом является то, что в грибах содержится витамин D – противорахитный витамин, которого нет ни в одном зеленом растении. Поэтому грибы получили широкое применение в кулинарии.



Из грибов можно приготовить закуски, первые и вторые блюда, а также соусы, которые подчёркивают вкус мясных и рыбных блюд. Их можно использовать сушёными, солёными и маринованными.





Орехи применяются в медицине, кулинарии, а также в косметологии. Они могут обеспечить наш организм всеми необходимыми витаминами и минеральными веществами, не говоря уже о белках, жирах и углеводах, которыми они отличаются от других овощей и фруктов.

Предлагаю посмотреть видео «Как обеспечить себя пищей в природных условиях»

<https://yadi.sk/i/LPLObe9IA-tXKA>

Домашнее задание:

1. Поделиться опытом, как можно другим способом добыть пищу.
2. Составить кроссворд «Продукты питания в условиях аварийной ситуации»

Ответы присылать на почту

ovk402@maik.ru