

ALIMENTAȚIA SĂNĂTOASĂ

COLEGIUL ECONOMIC „VIILOR”
APARIȚIE ANUALĂ



Proiect educațional, an școlar 2024-2025

CARNEA PĂȘĂRILOR DE CURTE CARNEA DE VÂNAT OUĂLE



BUCUREȘTI
2025

**Publicație anuală, editată cu sprijinul
INFOCONS-Asociație de Protecția Consumatorilor**

An școlar 2024-2025



Colectivul redacțional:

Redactor șef: Nechifor Lucreția

Redactor șef: Mușat Nicoleta

Redactor: Dorin Viorica

Redactor: Șandru Angela

Redactor: Dinu Monica Gabriela

Redactor: Borandă Cristiana Lenuța

Redactor: Bălan Elena Mariana

Redactor: Stoica Lavinia Mariana

Proiect educativ realizat de:

- Colegiul Economic „Viilor”
- Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”
- Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”
- Colegiul Tehnic Mecanic „Valter Mărăcineanu”
- Școala Gimnazială „Luceafărul”

În parteneriat cu:

- Inspectoratul Școlar al Municipiului București
- INFOCONS-Organizație pentru Protecția Consumatorilor
- Associazione Cuochi Italiani
- Legro-Legume românești

Adresa redacției publicației:

Colegiul Economic „Viilor”

Șos. Viilor nr. 38, București, Sector 5

ISSN 3120 – 0001

ISSN-L 3120 – 0001

Tipărit la Norjobs SRL Galați



Alimentația sănătoasă

CARNEA DE PASĂRE ȘI DE VÂNAT. OUĂLE



Proiectul educațional „*Alimentația sănătoasă, carnea păsărilor de curte și de vânat. Ouăle*” (găină, rața, gâsca, curcanul, bibilica, păunul, porumbelul, fazanul, prepelița, potârnichea, rața și gâsca sălbatică și cocoșul de munte), desfășurat în anul școlar 2024-2025 a promovat în rândul elevilor alimentația sănătoasă.

Scopul proiectului a fost acela de a informa corect elevii despre necesitatea consumului de carne de pasăre și ouă, legătura dintre alimentație și sănătate, prezentarea normelor de siguranță și securitate alimentară, până la îmbunătățirea competențelor specifice domeniului studiat, prin încurajarea lor de a studia și participa la atelierelor oferite cu sprijinul activităților extracurriculare.

Elevii de ciclul liceal, care au studiat la orele de curs produsele alimentare pe baza de carne de pasăre și ouăle, au informat elevii din ciclul primar despre importanța consumului de carne de pasăre și ouă pentru organismul uman și au primit la rândul lor informații de la specialiștii în domeniul alimentației publice, protecția consumatorului, despre calitatea acestor produse, securitatea alimentară, reducerea pierderilor și a risipei de alimente, importanța adoptării unui stil de viață sănătos. Și-au îmbunătățit competențele practice privind procesarea produselor pe bază de carne de pasăre. Aceste activități i-au ajutat să se integreze în activitățile de instruire practică. Împreună au reușit să înțeleagă legătura dintre factorii de mediu ce influențează creșterea păsărilor, habitatul acestora. Au înțeles ce înseamnă avicultura ecologică, care sunt furajele și tehnologiile necesare pentru creșterea sănătoasă a păsărilor.

Mănânc sănătos, ca să cresc frumos!



Obiectivele proiectului

- Identificarea principalelor categorii de păsări de curte și vânat (clasificarea raselor de păsări pentru consum);
- Aprecierea calității nutritive și organoleptice a cărnii de pasăre și vânat, ouăle;
- Modalitățile de prelucrare primară și termică a cărnii de pasăre, a ouălelor, în vederea obținerii preparatelor;
- Promovarea unei diete și a unui stil de viață echilibrat și sănătos, bazat pe consumul de carne de pasăre și vânat, ouăle;
- Modul de creștere a păsărilor, avicultura ecologică, furaje, tehnologii;
- Citirea corectă a etichetelor de pe alimente;
- Securitatea alimentară și protecția consumatorilor;
- Adaptarea păsărilor de vânat la schimbările climatice;
- Studiul cărților de specialitate și de literatură (nuvele, romane, povești, proverbe și zicători despre păsări, povești vânătoarești);
- Simbolul păsării și a oului în literatură, în artă și credințele populare românești;
- Povești de succes ale crescătorilor de păsări;
- Artă decorativă, desene, colaje, panouri și spoturi publicitare;
- Activități practice în laboratorul de bucătărie al Colegiului Economic „Viilor” alături de Chef Mantă Marian;
- Întâlniri cu specialiști din domeniul gastronomiei, Chef Giovanni Baldantoni, bucătar profesionist de la Asociație Cuochi Italiani;
- Întâlniri cu specialiști de la INFOCONS-Asociație de Protecția Consumatorilor.



Alimentația sănătoasă

CARNEA PĂȘĂRILOR DE CURTE CARNEA DE VANAT OUĂLE

Proiect educațional
FEBRUARIE - MAI 2025

CARACTERISTICILE NUTRITIVE
ȘI ORGANOLEPTICE ALE CĂRNII DE PASĂRE
TEHNOLOGIA DE PRELUCRARE
A CĂRNII DE PASĂRE ȘI DE VANAT
PRODUSELE DIN CARNE ȘI OUĂLE
ÎN RELATIE CU STAREA DE SĂNĂTATE
- DIETE ALIMENTARE

AVICULTURA ECOLOGICĂ
FURAJE, TEHNOLOGII
NORME ȘI MĂSURI
DE PROTECȚIE A PĂȘĂRILOR
NORME DE IGIENĂ
SECURITATE ALIMENTARĂ
CITIREA CORECTĂ A ETICHETELOR
RISIPA ALIMENTARĂ
SIMBOLUL PĂȘĂRII ÎN LITERATURĂ, ÎN ARTĂ
ȘI CREDINȚELE POPULARE ROMÂNEȘTI
SIMBOLUL ȘI SEMNIFICAȚIA
OULUI
FIRME DE EXERCIȚIU
DELICII CULINARE
POVEȘTI VÂNĂTOAREȘTI

PARTENERI

- INSPECTORATUL ȘCOLAR AL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI
- INFOCONS - ORGANIZAȚIE DE PROTECȚIA CONSUMATORILOR
- ASSOCIAZIONE CUOCHI ITALIANI
- CHEF GIOVANNI BALDANTONI, BUCĂTAR PROFESIONIST
- CHEF MANTA MARIAN, BUCĂTAR PROFESIONIST
- GÎLEA GABRIEL, SPECIALIST ÎN ZOOTEHNIE-CREȘTEREA PĂȘĂRILOR
- ROZA ZAH, ARTIST FOTOGRAF

*Mănâncă sănătos,
ca să crească frumos!*



Activitățile desfășurate în cadrul proiectului

FEBRUARIE

CICLUL PRIMAR

Școala Gimnazială „Lucefărul”

- Specii și rase de păsări de curte și vânat;

CICLUL LICEAL

Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”

- Hrana păsărilor de curte și vânat;
- Avicultura ecologică. Furaje, tehnologii;

Colegiul Economic „Viilor”

- Prelucrarea primară a păsărilor de curte și de vânat și obținerea de preparate culinare variate;
- Ouăle. Valori nutritive;
- Caracteristicile nutritive și organoleptice ale cărnii de pasăre (păsări crescute în ograda sau în ferme industriale);

Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”

- Tehnologia de prelucrare a cărnii de pasăre de curte și vânat: tratament termic, conservare (frig, uscare, sărare, afumare și fierbere), conserve din carne;

Colegiul Tehnic Mecanic „Valter Mărăcineanu”

- Tehnologia de prelucrare a subproduselor din carnea de pasăre;
- Preparate din carnea de curcan, găscă și rață;

Info Cons – Asociație de Protecția Consumatorului

- Comportamentul consumatorului;
- Decizia de cumpărare și de verificare a alimentelor;
- Norme de siguranță alimentară.

APRILIE

CICLUL PRIMAR

Școala Gimnazială „Lucefărul”

- Idei creative și tehnici de decorat și încondeiat ouă;

CICLUL LICEAL

Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”

- Măsuri de protecție a păsărilor împotriva prădătorilor;

Colegiul Economic „Viilor”

- Firma de exercițiu;
- Importanța cărților de specialitate în realizarea lucrărilor de competență profesională;
- Ecologie-Păsări de curte, păsări de vânat

Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”

- Măsuri de protecție a muncii și controlul tehnic de calitate în industria cărnii de pasăre și de vânat;

Colegiul Tehnic Mecanic „Valter Mărăcineanu”

- Ferma avicolă în spațiul natural ;
- Bolile păsărilor;

Chef Manta Marian, bucătar profesionist

- Prepețiță, fazan - carnea de vânat – prelucrare, preparare și prezentare.

MARTIE

CICLUL PRIMAR

Școala Gimnazială „Lucefărul”

- „Povești și întâmplări cu înaripate”;

CICLUL LICEAL

Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”

- Ciclul de viață la păsări;
- Adaptarea păsărilor la schimbările climatice ;

Colegiul Economic „Viilor”

- Produsele din carne și ouăle în hrana diferitelor categorii de consumatori în relație cu starea de sănătate – diete alimentare;

Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”

- Risipa alimentară;

Colegiul Tehnic Mecanic „Valter Mărăcineanu”

- Riscurile consumului de carne de pasăre crescute în ferme (hormoni de creștere și reziduri de medicamente);

Gîlea Gabriel, dr. în zootehnie-specializarea - creșterea păsărilor

- Creșterea păsărilor în sistem intensiv și extensiv. Specii și rase de păsări din România.

MAI

CICLUL PRIMAR

Școala Gimnazială „Lucefărul”

- Povești, proverbe și zicători despre păsări domestice și de vânat;
- Desene, picturi, colaje, decorațiuni;

CICLUL LICEAL

Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”

- Povești vânătoarești;

Colegiul Economic „Viilor”

- Simbolul păsării în literatură, în artă și credințele populare românești; Simbolul și semnificația oului;

Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”

- Povești de succes ale crescătorilor de fazani, bibilici, potârnicși și prepețițe;

Colegiul Tehnic Mecanic „Valter Mărăcineanu”

- Brand păsări de carne din România;

FESTIVITATEA DE FINAL A PROIECTULUI

CICLUL PRIMAR

- Moment artistic - poezie, cântec, dans;
- Lansare carte de povești – Aripă de poveste. Amintiri din clasa a III-a;

CICLUL LICEAL

- Concursuri gastronomice, rebus, întreceri sportive;
- Expoziții de colaje fotografice, panouri și spoturi publicitare cu tema păsările de curte și vânat;
- Ateliere gastronomice.

PROFESORII ȘI ELEVII CARE AU PARTICIPAT LA PROIECTUL „ALIMENTAȚIA SĂNĂTOASĂ”, AN ȘCOLAR 2024-2025

COLEGIUL ECONOMIC „VIILOR”

Directori:

Nanu Petre
Dorin Viorica
Diaconu Gabriela Cristina

Bibliotecar:

Nechifor Lucreția
Radu Daniela-Mariana, X L
Bărbulescu Izabela Maria, X L
Oprea Daniela Gabriela, XI F

Catedra de alimentație publică și turism

Șandru Angela
Oarga Cristina-Nicoleta, IX A
Bordeiașu Cristian-Andrei, X A
Lixandru David Cristian, X A
Marin Cristian Andrei, X A

Dinu Monica Gabriela

Petre Ionuț Andrei, X E
Petre Mario-George-Daniel, X E
Mircea Patric-George, X E
Dinu Adrian-Geani, X E
Budașu Ștefania, X E
Roșioru Constantin, X E
Grigore Nicolas-Roberto, X E

Tomescu Liana

Năstase Nicoleta Daniela, IX E
Muscalu David Alexandru, IX E
Badea Cătălin Ionuț, IX E
Mircea Ionuț Cosmin, IX E

Petrescu Viorela

Nicolescu David Tudor Florin, XI D
Iordache Eduard Andrei, XI D
Lobodă Elena Maria, XI D
Costache Maria Diana, XI D
Mihai Raluca Andreea, XI E

Mănică Georgiana Minodora

Niculae Maria Daria, XI E
Badea Cătălin Ionuț, XI E

Sandu Sorin Marius

Croitoru Denisa Mihaela, IX I.P.
Puenaru Ioana Alexandra, IX I.P.
Negoiță Maria, IX I.P.
Vasilescu Marius-Daniel, IX I.P.



Petre Stelian Marius

Tudor Mihaela Alexandra, XI C
Arapu Florentina Larisa, XI C
Ursei Andreea Valentina, XI C
Tănase Elisa Andreea, XI C
Nicolae Ionela Bianca, XI C
Cuș Andrei Cosmin, XI C
Ion Ana Maria Bianca, XI C
Tăbăranu Mihnea Alexandru, XI C
Necula Laurențiu Gabriel, XI C

Catedra de comerț

Bechet Iuliana, profesor
Ofițeru Miruna-Maria, XI J
Dobre Irina Cosmina, XI J
Mihai Luminița Simona, XI J
Enache Carla Georgiana, XI J

Catedra de Limba și literatura română

Poenaru Oana Maria, profesor
Ene Miruna Iulia Alexandra, X M

Profesor de instruire practică

Bara Adriana
Manta Marian

COLEGIUL TEHNIC DE INDUSTRIE ALIMENTARĂ „DUMITRU MOȚOC”

Directori:

Șărban Carmen
Croitoru Mihaela

Documentarist:

Stoica Mariana Lavinia

Bernevig Alexandru Gabriel, XI B
Matei Alexandru Emanuel, XI B

Catedra de industrie alimentară

Bojoga Mirela Gabi
Cristea Ionela, XI B
Dumitrică Maria Alexandra, XI B

Neacșu Gabriela Eliza

Pîrvu Antonia, IX Dip
Căpățînă Gina, IX Dip

Stan Oana

Cernat Alexandra, X A
Borclu Melisa, X A
Stoian Delia, X A
Iatan Maria, X A



COLEGIUL TEHNIC „VALTER MĂRĂCINEANU”

Directori:

Bălan Elena Mariana
Iosifescu Cristina Ionela

Catedra de alimentație publică și turism

Borandă Cristiana Lenuța
Manescu Marius Gabriel
Tudor Miruna
Petre Maia
Carolea Alexandra
Vintilă Larisa

Panait Anca

Frangu Florentina
Enache Alexandra Beatrice
Cosmescu Alexandra
Curelea Sara Alina
Goian Valentin Mihai

Migloi Irina Luiza

Stancu Alexia
Iriminescu Robert
Cerbuleanu Victor
Prioteasa Georgiana

Tocoianu Cătălin Andrei

Anton Mădălina

Informatician

Iordache Răzvan

LICEUL TEORETIC „DIMITRIE BOLINTINEANU”

Directori:

Pincu Mihai
Murat Aurelia
Enache Camelia

Catedra de biologie

Gîlea Gabriel

Catedra de limba și literatura română

Soare Ana Nicoleta

Ioniță Larisa, IX D
Dumitru Robert, IX D
Iamandi Marius Ștefan, IX D
Nobilu Luca, IX D
Ion Vlăduț, IX D
Feraru Alexandru Victor, IX D
Vuculescu Maria Alexandra, IX D
Manea Irina, IX D
Sburlan Maria, IX D
Albu Cristian Alexandru, IX D
Gradea Andrei, IX D
Obidat Basel, IX D
Parfene Alexandru, IX D
Breota Ștefan, IX D

ȘCOALA GIMNAZIALĂ „LUCEAFĂRUL”

Directori:

Petcu Steliana
Sofian Geanina Mirela

Bibliotecar:

Mușat Nicoleta

Învățămint primar

Slabu Ionela-Valentina,
Clasa a III-a B

Învățămint primar

Cristea Mioara,
Clasa a III-a D

Bică David-Alexandru
Bucur Patrick-Gabriel
Călin David-Andrei
Ciotec Antonia-Maria
Damian Maya-Nicoleta
Feraru Antonyo-Gabriell
Florescu Rebecca-Iasmina
Ifrim David-Matei
Lăzărică Maria Eliza
Leizeriuc Amalia-Andreea

Mamele David-Alexandru
Marin Alessia-Maria-Andreea
Meșterca Andrei-Alexandru
Mihai Luca-Andrei
Nicolae Cătălin-Mihai
Olaru Ioana-Alexandra
Penca Ianis-Ștefan
Rențea Bogdan-Florin
Roșca Rebeca-Gabriela
Soreanu Maria Cristiana
Stanciu Andreea-Nicoleta
Troie Adrian-Nicholas
Țigă Sofia-Maria

Bătănași Aylin-Maria
Bătănași Ștefan-Nicholas
Burcuș Robert-Alexandru
Ciobanu Iustin-Adelin
Constantin Anastasia
Drăgoi Ariana-Maria
Dumitrescu Mihai
Gavrilescu Luca-Alexandru
Giura Eveline-Gabriela
Ionescu Eduard-Mihai
Jerdea Larisa-Nicoleta
Lupulescu Teodora
Matei David-Nectarie
Mihai Maya-Irina
Mitroi David-Matei

Neagu Alexandru-Gabriel
Oprișan Felix-Ioan
Popescu Efrem
Radu Maria-Georgiana
Sică Sofia-Maria
Tatarici Ania-Maria
Tănăsescu Eduard-Andrei
Vârlan Elena-Sofia
Vorga Denis-Andrei

INFOCONS

Organizație pentru Protecția Consumatorilor



InfoCons este o organizație non-guvernamentală, apolitică și non-profit, înființată în 2003, dedicată apărării drepturilor și intereselor consumatorilor. Este membră fondatoare a Federației Asociațiilor de Consumatori și singura organizație din România cu drepturi depline în cadrul Consumers International.

De la înființare, InfoCons a desfășurat campanii de informare și proiecte pilot pentru a crește conștientizarea drepturilor consumatorilor. Activitatea sa s-a extins la nivel național și internațional prin parteneriate cu autorități publice și instituții europene.

Domeniul său de activitate vizează protejarea consumatorilor din diverse sectoare, inclusiv cel alimentar – un domeniu important pentru sănătatea și siguranța fiecăruia dintre noi.



Un subiect important legat de acest sector este siguranța alimentară, în special în cazul produselor precum carnea de pasăre, carnea de vânat și ouăle – alimente frecvent consumate, dar care pot prezenta riscuri dacă nu sunt manipulate sau verificate corespunzător.

Pentru a proteja consumatorii în acest domeniu, există o serie de aspecte importante de care fiecare dintre noi ar trebui să țină cont:

- **Data expirării și condițiile de păstrare**

Unul dintre cele mai importante aspecte este să verificați data de expirare a produsului și să vă asigurați că a fost păstrat la temperatura corespunzătoare. Carnea și ouăle pot deveni rapid nesigure pentru consum dacă nu sunt refrigerate sau congelate corespunzător.

- **Ingrediente și alergeni**

Este esențial să citiți lista de ingrediente sau eticheta pentru a identifica posibilele alergii sau sensibilități, mai ales la ouă sau alte ingrediente adăugate în produsele procesate.

- **Calitate și aspect**

Verificați aspectul, mirosul și textura produsului. Carnea sau ouăle care prezintă modificări de culoare, miros neplăcut sau ambalaj deteriorat ar trebui evitate.

- **Etichetarea corectă**

Asigurați-vă că ambalajul conține informații esențiale, cum ar fi originea, tipul de hrană al păsărilor sau certificările de calitate (ex. ouă de la găini crescute în aer liber).

- **Certificări și standarde de calitate**

Optați pentru produse care respectă standardele naționale și internaționale de calitate, cum ar fi carne de pasăre certificată ecologic sau ouă cu clasificări clare (ex. categoria 0 pentru ouă ecologice).

- **Informații nutriționale**

Fiți conștienți de compoziția nutrițională a acestor produse, precum conținutul de grăsimi, proteine și colesterol, pentru a face alegeri în funcție de nevoile dvs. alimentare.

- **Rechemări și avertismente de sănătate**

Rămâneți informați cu privire la eventualele rechemări de produse din carne sau ouă emise de producători sau autorități, pentru a evita riscurile de siguranță alimentară.

Educația și conștientizarea sunt elemente-cheie în protecția consumatorului, iar tinerii ar trebui să învețe cum să evalueze produsele alimentare înainte de a le consuma.

De asemenea, utilizarea Aplicației InfoCons facilitează accesul la informații utile despre produsele alimentare și non-alimentare, contribuind la siguranța consumatorilor. Aceasta oferă consumatorilor acces rapid la informații utile despre produse prin simpla scanare a codului de bare. Aceștia pot afla detalii despre ingrediente, aditivi, alergeni, zahăr, sare și calorii, pot personaliza setările în funcție de nevoi dietetice specifice și pot verifica alerte în timp real privind produsele periculoase.

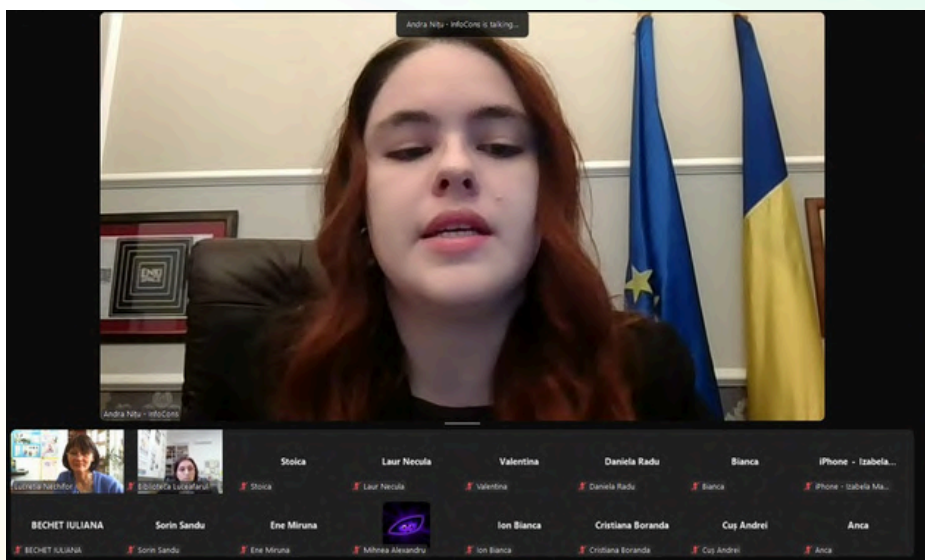
Aceasta este un instrument practic și educativ, disponibil în 33 de limbi, care ajută la luarea unor decizii mai sigure și mai bine informate.

ANDRADA NIȚU,
specialist Comunicare InfoCons

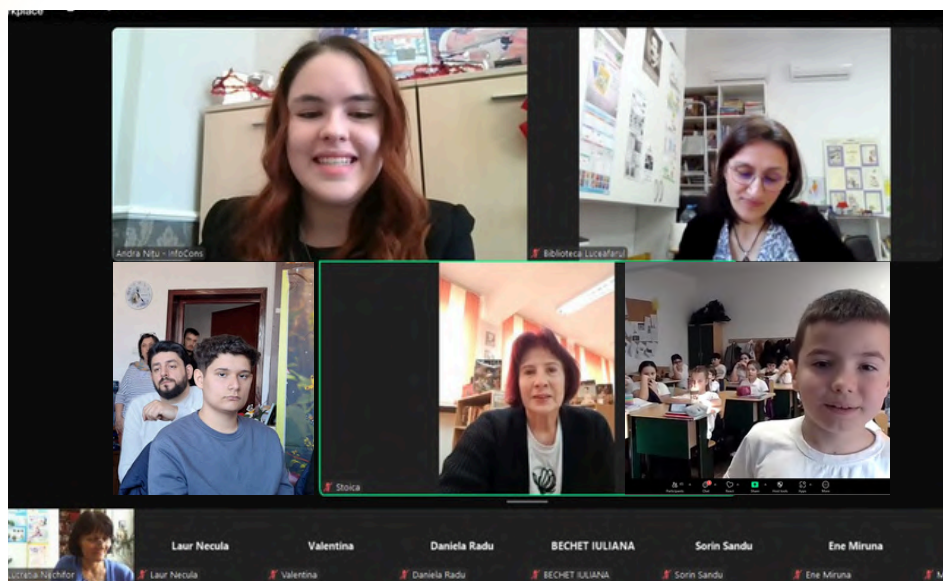
**Comportamentul
consumatorului**

**Decizia de cumpărare
și de verificare
a alimentelor**

**Norme de siguranță
alimentară**



- ✓ **Scanează produsele! Află ce mănânci: aditivi alimentari, sare, zahăr, calorii, alergeni!**
- ✓ **Descoperă alertele la standardul UE pentru produsele alimentare și non-alimentare!**
- ✓ **Apelează direct și rapid numerele de urgență indiferent de țara în care te afli!**
- ✓ **Votează produsele pe care le consumi!**
- ✓ **3 QRcoduri personalizate GRATUITE dacă ai cont în Aplicația InfoCons**



SPECII ȘI RASE DE PĂSĂRI

de curte și vânat

Școala Gimnazială „Lucefărul”

Școala Gimnazială „Lucefărul” a susținut în cadrul proiectului următoarele teme: * Specii și rase de păsări de curte și vânat; * Povești și întâmplări cu înaripate; * Idei creative și tehnici de decorat și încondeiat ouă; * În lumea poveștilor și a fabulelor despre înaripate; * Moment artistic și expoziție lucrări plastice în cadrul festivității de final.

În activitățile proiectului au fost implicați elevii claselor a III-a B și a III-a D, coordonați și susținuți de doamnele învățătoare Slabu Valentina, Cristea Mioara, și bibliotecarul școlar Mușat Nicoleta.

Specii și rase de păsări de curte și vânat

Elevii claselor a III-a au desfășurat o serie de activități în care s-au documentat despre păsările de curte și de vânat, au urmărit în clasă materiale video și au realizat fișe de prezentare a acestora, planșe, picturi și desene. De asemenea, s-au și distrat imitând sunetele și mișcările păsărilor studiate. Toate aceste activități au fost integrate de doamnele învățătoare în orele de științe ale naturii, joc și mișcare sau arte plastice.

Pe baza materialelor (fișe de prezentare, lucrări plastice, înregistrări audio și video) create de elevi, bibliotecarul școlar, împreună cu doamnele învățătoare, au realizat un material pe care l-au prezentat colegilor din proiect, la întâlnirea online din luna februarie.

Povești și întâmplări cu înaripate

În activitatea din luna martie, elevii celor două clase s-au lăsat purtați în lumea minunată a poveștilor. La recomandarea doamnei bibliotecar, elevii au citit lecturi cu personaje înaripate și apoi au răspuns câtorva provocări:

- * Poveste cu sfârșit neașteptat - realizarea unei povestiri inspirată din textul literar „Puil”, de I. Al. Brătescu - Voinești, în care au avut de schimbat finalul acesteia;
- * Povești din ograda bunicii - realizarea unor compuneri având ca personaje păsările din ogradă;
- * Povești din pădurea verde - realizarea unor compuneri având ca personaje păsările sălbatice (de vânat).

Activitatea a fost antrenantă, dar și solicitantă, elevii fiind îndemnați să creeze povești autentice, să afle întâmplări amuzante din curtea bunicilor, povestite de aceștia sau chiar trăite de copii, sau să-și imagineze întâmplări cu păsări din pădure, păsări pe care nu le-au văzut niciodată în mediul lor natural.

Copiii s-au întrecut în realizarea acestor povești și povestiri, pe care le-au și ilustrat cât se poate de frumos. Cei mai curajoși dintre ei, le-au prezentat în cadrul întâlnirii cu elevii Colegiului Economic „Viilor”, din luna martie.

Ciclul PRIMAR



GĂINA ȘI COCOȘUL



RAȚA ȘI GÂSCA



Ideii creative și tehnici de decorat și încondeiat ouă

Luna aprilie a adus cu ea bucuria sărbătorilor pascale și ne-a oferit prilejul de a afla multe lucruri noi despre obiceiurile și tradițiile noastre populare.

Elevii celor două clase au descoperit, prin documentare individuală, dar și prin vizionarea unor filme la clasă, minunatele exponate aflate în Muzeul Oului din Bucovina, tradițiile străvechi din diferite regiuni ale țării noastre, cât și semnificații ale acestor tradiții, precum încondeierea ouălor, simbolurile și culorile folosite, diferite tehnici și instrumente de lucru, păstrate astăzi doar prin muzee și proiecte locale. Astfel, ne-au uimit bogăția colecției muzeului, cu peste 16.000 de ouă, atât din Bucovina, cât și din alte 82 de țări ale lumii, realizate în tehnici din cele mai ingenioase, precum: ouă perforate din Cehia, ouă „potcovite” din Ungaria, ouă realizate în tehnici textile, din Luxemburg și Malta, ouă „zgâriate” din Germania, ouă de lemn din Rusia, ouă din lavă vulcanică din Turcia, ouă realizate în tehnica emailului din Cașmirul indian și cel pakistanez, acuarelă pe sticlă, porțelan și jad din China, ouă din pietre semiprețioase, ouă cu pene din Bolivia, ouă cu motive zoomorfe, aplicații cu mărgelile, textile, modele realizate în tuș și creion, ouă șlefuite din piatră, porțelan, ouă din lemn de diferite esențe.

Copiii au fost încântați să exerseze unele tehnici, precum vopsitul și încondeierea ouălor, și au realizat în cadrul atelierelor creative diverse decorațiuni pascale, pe care le-am prezentat cu mult drag atât elevilor din școală, cât și partenerilor, la festivitatea de final a proiectului.

În lumea poveștilor și a fabulelor despre înaripate – ore de lectură

Ultima lună de proiect a fost dedicată lecturilor, ocazie cu care elevii, însoțiți de doamnele învățătoare, au vizitat biblioteca școlară unde am petrecut câteva ore minunate citind împreună poezii, povești, povestiri și fabule. Astfel, peste 30 de texte literare au fost citite de elevi în cadrul întâlnirilor care au avut loc în spațiul primitor al bibliotecii noastre.

Prin aceste lecturi, ne-am lăsat purtați în lumea frumoasă a imaginației, în care personajele cu aripi, ne-au oferit multe sfaturi și lecții de viață despre prietenia adevărată, lăcomie, despre cinste și onoare, despre fapte bune, dreptate, corectitudine, respectarea promisiunii și despre multe alte valori și principii de viață. Copiii au folosit acest prilej pentru a descoperi semnificații în poveștile cu tâlc citite, și de a înțelege rolul acestora în viața de zi cu zi, a fiecăruia dintre noi, de la mic la mare.

Aceste întâlniri au readus, pe lângă multe informații, și bucuria cititului împreună. Știind că lectura modelează caractere, crește empatia și capacitatea de a-i înțelege pe cei din jur, cititul împreună cu copiii este cea mai bună metodă de a-i obișnui să citească și singuri. Cititul cu voce tare este considerată printre cele mai importante activități prin care se dezvoltă deprinderile necesare unei persoane ce va iubi lectura.

Cu sprijinul doamnelor învățătoare, materialele realizate - filmări, înregistrări audio, fotografii - au fost prelucrate și prezentate de bibliotecarul școlar, partenerilor de proiect, în ultima întâlnire online.



SPECII ȘI RASE DE PĂSĂRI

de curte și vânat

„Aripi de poveste. Amintiri din clasa a III-a” - suplimentul revistei Alimentația sănătoasă

Realizarea suplimentului revistei Alimentația sănătoasă „Aripi de poveste. Amintiri din clasa a III-a”, a venit ca o idee firească, văzând interesul și implicarea elevilor în activitățile proiectului. O revistă realizată cu ei și pentru ei, cuprinzând compunerile și lucrările realizate de elevi în cadrul activităților, este o răsplată binemeritată și o aducere aminte a acestor momente.

În paginile revistei, veți descoperi întâmplări uimitoare din ogradă, cu găini rătăcite, cocoși pitici și bătauși, pui năzdrăvani, și veți fi înduioșați de cocoșelul rănit, de puilul curios sau chiar de prepelița cea mică. După cum vă vor uimi, cu siguranță, istorioarele din pădurea verde, cu pănul cel îngâmfat, cocoșul de munte fericit, făzănița grijulie, pănuța cea colorată sau bibilica harnică. Veți putea aprecia, de asemenea, desenele care însoțesc poveștile, lucrările plastice și costumele colorate realizate de copii pe parcursul proiectului.

Exercițiile de scriere creativă sunt un instrument valoros de antrenare a imaginației, stimulează gândirea și dezvoltă claritatea exprimării. Practicate frecvent prin abordări ludice, încurajează exprimarea emoțiilor de către copii, ajută la îmbogățirea vocabularului, la consolidarea abilităților lingvistice și la dezvoltarea gândirii analitice și critice. Nu în ultimul rând, este o formă de încurajare a lecturii active, conștiente și a lecturii de plăcere.

Moment artistic și expoziție de lucrări plastice la Festivitatea finală a proiectului

Festivitatea finală a reprezentat un moment în care, cu toții, elevi, cadre didactice și părinți, am sărbătorit împreună bucuria efortului răsplătit, recunoașterea muncii, colaborarea, perseverența de a descoperi împreună lucruri noi, de a crea momente care ne apropie și ne formează.

Am adus cu noi emoții, inocența, prietenia și puterea de a face lucruri frumoase pentru noi și pentru cei din jurul nostru. Costumele noastre au adus culoare și zâmbete, și au completat tabloul unei zile reușite.

A fost o sărbătoare în care am recitat poezii, am cântat și dansat, ne-am bucurat de cadouri și de surprizele pregătite de ceilalți participanți la festivitate. Am încheiat proiectul cu dorința de a repeta această experiență, și cu promisiunea că vom continua să fim curioși, să descoperim lucruri noi și să aducem la lumină, prin joc și efort, creativitatea, inteligența și cunoașterea noastră.

**MUȘAT Nicoleta, bibliotecar
Școala Gimnazială „Lucaefărul”**





Alimentația sănătoasă

CARACTERISTICILE NUTRITIVE ȘI ORGANOLEPTICE ALE CĂRNII DE PASĂRE

CRITERII DE APRECIERE A CALITĂȚII CĂRNII

Carnea păsărilor este constituită din aceleași tipuri de țesuturi ca și cea a animalelor, însă proporția, caracteristicile acestora sunt diferite.

Țesutul osos al păsărilor este mai tare și mai rezistent decât al mamiferelor.

Scheletul păsărilor (țesutul osos) are vertebrele, în marea majoritate, sudate între ele (cele lombare și sacrale, împreună cu ultima vertebră dorsală și prima vertebră codală).

Cutia toracică este formată din coaste unite cu coloana vertebrală și cu sternul.

Osul pieptului este mai dezvoltat la păsările de carne.

CARACTERISTICILE ORGANOLEPTICE ALE CĂRNII DE PASĂRE

Țesutul muscular al păsărilor este mai tare și mai fibros. Cei mai dezvoltați sunt mușchii pieptului, coapsei și pulpei. **Culoarea mușchilor** diferă în funcție de regiunea anatomică și specie. **Ciocul** are aspect uscat, strălucitor, elastic, fără mirosuri străine. **Cavitatea bucală** este de culoare roz-pală, ușor umedă, fără miros străin.

Globii oculari umplu complet orbitele, corneea strălucitoare și transparentă.

Pielea este de culoare alb-gălbuie sau galbenă pai (la cele bine întreținute); la cele slabe se percep zone de culoare cenușie-vioacee; suprafață curată, cu miros caracteristic speciei.

Grăsimea internă și externă este de culoare albă, ușor gălbuie sau galbenă, strălucitoare, fără miros străin.



Găinile și curcile au mușchii pieptului de culoare deschisă, „carne albă”, iar întreaga musculatură a cărnii de găscă și rață este mai colorată.

Gâștile și rațele au culoarea mușchilor mai închisă.

Carnea păsărilor înotătoare (rațe, gâște) are mai puțin țesut conjunctiv, o cantitate mai mare de țesut adipos, însă fibrele musculare sunt mai grosiere.

Conținut mai redus în țesut conjunctiv, repartizarea grăsimii la păsările tinere aflate la vârsta optimă de sacrificare, determină finețea, frăgezimea, suculența, gustul și aroma specifice cărnii de pasăre.



Valoarea nutritivă a cărnii

Bogăția de **proteine** și, respectiv, **aminoacizi** asigură valoarea nutritivă a cărnii de pasăre.

Carnea de pasăre este mult mai gustoasă, spre deosebire de cea a mamiferelor și, în plus, este superioară prin compoziția chimică, conținând mai multe proteine și chiar mai multe grăsimi de cea mai bună calitate.

Carnea de la găină și curcă este considerată a fi un produs dietetic, întrucât are o mare digestibilitate; nu conține multe țesuturi conjunctive și are o pondere ridicată a țesutului muscular de cea mai bună calitate.

În carnea de pasăre e mai puțin țesut conjunctiv și de aceea se conțin de 2-3 ori mai puține albumine. **Compoziția chimică a cărnii** este constituită din apă și substanțe precum lipide, săruri minerale, vitamine, enzime. **Apa** este componentul chimic care se găsește în proporție de două treimi din carne.

Lipidele de pasăre conțin mulți acizi grași și reprezintă principalul suport al vitaminelor A și D. **Glucidele** din carne au o pondere redusă, dar au un rol foarte important în desfășurarea proceselor biochimice, contribuind la determinarea calității cărnii. Carnea de pasăre este bogată în K, Ca, Na, Fe.



CARNEA DE PUI

- Proteine 77%
- Valoare energetică 172 calorii;

CARNEA DE CURCAN

- Proteine 81%
- Valoare energetică 157 calorii.



VÂNATUL CU PENE - CARNEA DE VÂNAT



Păsările de vânat care intră în alimentația omului: **rața sălbatică, fazanul, prepelița, porumbelul sălbatic.**

Carnea de vânat este mai închisă la culoare, fibra musculară este mai densă, grosieră. Din această cauză, carnea de vânat, pentru a-și îmbogăți calitățile gustative și a o face mai ușor de masticat și digerat, se impune o maturare prelungită, până la fezandare.

Vânatul cu pene se porționează ca și celelalte păsări, în carcase. Ca stare termică, vânatul se aduce refrigerat, dar de cele mai multe ori congelat.

Bibliografie:

Merceologie alimentară, Neicu Bologa, Alexandru Burda, Editura Universitară, București, 2006

Colegiul Economic „Viilor”, București, sector 5

Îndrumător: **PETRE Stelian Marius**, *profesor de specialitate, Catedra Alimentație Publică și Turism*

Elevi: **NECULA Laurențiu și TĂBĂRANU Mihnea**, clasa a XI-a C

PĂSĂRI DOMESTICE

FAM. GALINACEEA

GĂINA, CURCA, BIBILICA, PORUMBELUL



FAM. PALMIPEDA
RATA, GÂSCA

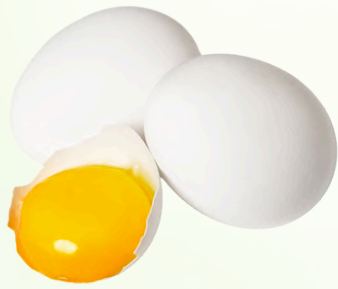
PĂSĂRI SĂLBATICE

FAM. GALINACEEA

PREPELIȚA, POTÂRNICHEA, DROPIA, COCOȘUL DE MUNTE, FAZANUL



FAM. PALMIPEDA
RATA ȘI GÂSCA SĂLBATICĂ



OUĂLE

Valori nutritive



Oul

Oul reprezintă unul dintre cele mai importante alimente datorită valorii nutritive ridicate, fiind bogat în proteine cu înaltă valoare biologică, grăsimi, vitamine și minerale.

În alimentație se folosesc în mod obișnuit ouăle de găină, curcă, rață și gâscă.

Oul este format din trei părți distincte: coajă, albuș și gălbenuș. La oul de găină, coaja conține 10-12%, albușul 58-60%, iar gălbenușul 29-31% din masa totală.

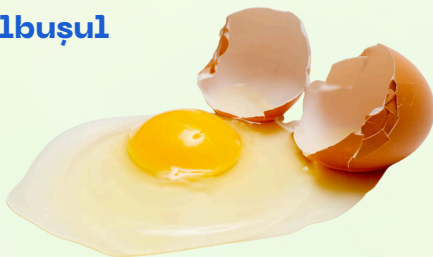
Structura și compoziția chimică a ouălor

Coaja



Coaja este formată din carbonat de calciu și mici entități de carbonat de magneziu, fosfat de calciu. Suprafața oului este acoperită cu o peliculă subțire numită cuticulă. Ea are rol protector, împiedicând infectarea ouălor. Sub coajă se află camera de aer, care crește pe măsură învechirii oului.

Albușul



Albușul, o masă semifluidă transparentă, de culoare slab-verzuie, este formată din trei straturi de consistență diferită situate în jurul gălbenușului. Albușul oului de găină este alcătuit din: 87% apă, 12% protide, 0,7% substanțe organice (grăsimi, glucoză și enzime) și substanțe minerale în cantități reduse.

Gălbenușul



Gălbenușul este format din straturi alternative de culoare galbenă și galbenă închisă (gălbenuș nutritiv).

Principala proteină a gălbenușului este ovovitelina. De asemenea, sunt prezente și fosfolipide, extrem de necesare în alimentație, mai ales în cazul copiilor, vitamine hidrosolubile (în special complexul B) și liposolubile (vitaminele A, D, E și K).

Gălbenușul conține și substanțele minerale: fosfor, zinc, calciu și fier.

Conținutul de vitamine, săruri minerale și substanțe colorante este influențat în foarte mare măsură de calitatea furajelor.

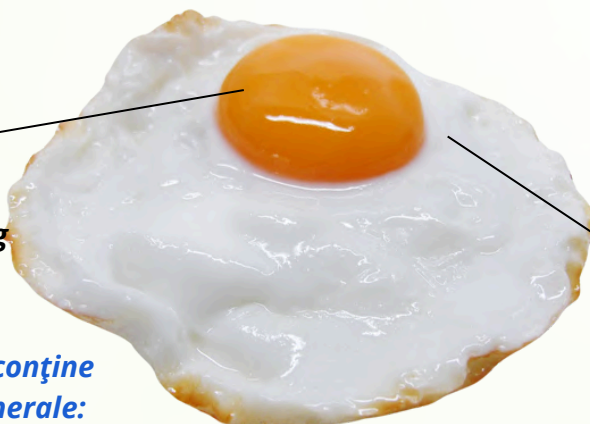
Oul este unul dintre alimentele cele mai bogate în substanțe nutritive, vitamine și minerale.

GĂLBENUȘ

Grăsime 4,5 g
Carbohidrați 0,5 g
Proteine 2,5 g
Colesterol 177 mg

Gălbenușul conține și substanțele minerale: fosfor, zinc, calciu și fier.

Oul nu conține vitamina C.



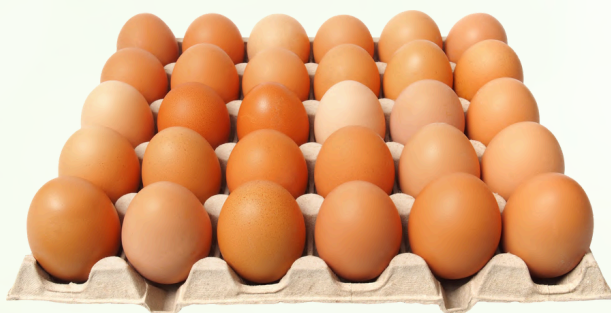
ALBUȘ

Grăsime 0 g
Colesterol 0 mg
Carbohidrați 0 g
Proteine 4 g

Proteinele din ou se găsesc în albuș. Albușul nu conține grăsimi și colesterol.

Proteinele din ou se utilizează în organism în proporție de aproape 100%.

Calitatea ouălor



Sortimentul de ouă de găină se diferențiază după mărime în:

- ouă mari peste 50g/bucata;
- ouă mici între 40 și 50g/bucata;
- ouă sub standard cu o greutate sub 40g, care se comercializează la kg.

Oul este un produs ușor alterabil. Păstrat în condiții nefavorabile suferă numeroase modificări de natură fizică, chimică și biologică.

Gălbenușul capătă uneori gust și miros neplăcut din cauza degradării proteinelor și rănecizării grăsimilor, în timpul păstrării îndelungate, în condiții necorespunzătoare.

Ouăle se contaminatează cu diferite bacterii care există în mod curent în aer și apă sau pe suprafața cojii.

Ouăle pot fi contaminate cu microorganisme patogene care dau toxiinfecțiile alimentare (de obicei salmonela), frecvente mai ales la ouăle de rață.

Ouăle proaspete au coaja întreagă, nefisurată, curată, fără pete sau pori vizibili. Ouăle vechi sau alterate au coaja lucioasă, unsuroasă, pătată și cu porii măriți!

Ouăle proaspete nu prezintă miros neplăcut, albușul ocupă o suprafață mică, proporția albușului consistent ridicată, iar gălbenușul se află în centru.

Oul, alimentul perfect.

Conține tot ceea ce organismul are nevoie!

Bibliografie:

Merceologie alimentară, Neicu Bologa, Alexandru Burda, Editura Universitară, București, 2006

Colegiul Economic „Viilor”, București, sector 5

Îndrumători:

PETRESCU Viorela, profesor de alimentație publică și turism

MĂNICĂ Georgiana Minodora, profesor de alimentație publică și turism
Catedra de Alimentație Publică și Turism

Elevii: LOBODĂ Elena, clasa a XI-a D

COSTACHE Diana, clasa a XI-a D

NICULAE Maria Daria, clasa a XI a E

BADEA Cătălin Ionuț, clasa a XI a E



PRELUCRAREA PRIMARĂ A PĂSĂRILOR

Înainte de a se fi utilizate în preparatele culinare, păsările, indiferent de proveniența lor, de crescătorie sau de vânat, trebuie să fie prelucrate. Operațiile de prelucrare inițiale sau primare se fac de regulă în abatoare unde păsările, după ce sunt sacrificate, trec printr-un proces întreg de prelucrare. Până să ajungă în caserole, păsările sunt supuse următoarelor prelucrări, pe o linie automatizată:

- Păsările sunt prinse de picioare cu capul în jos, sunt asomate electric pentru a fi inconștiente, apoi se trec printr-un cuțit pentru a li se tăia vena jugulară. Linia automată permite un parcurs al păsărilor pentru un timp care să asigure scurgerea sîngelui, apoi trec în zona de opărire, care slăbește conexiunea penelor cu pielea și facilitează îndepărtarea lor. Opărirea se face în apă caldă.
- Îndepărtarea penelor (deplumare) se face cu ajutorul unei mașini automate, urmată de îndepărtarea picioarelor, a capului, a gâtului și a glandelor sebacee.
- Picioarele sunt îndepărtate la nivelul articulațiilor genunchiului;
- Eviscerarea, proces care presupune îndepărtarea organelor interne. Viscerele necomestibile sunt formate din splină, esofag, plămâni, intestine și organe de reproducere. Intestinele (viscerele) sunt inspectate pentru semne de boli sau alte probleme. Boala sau alte probleme identificate duc la îndepărtarea carcăsei de pe linia de procesare. Viscerele comestibile, sau măruntaiele, sunt formate din inimă, ficat și pipotă. Măruntaiele sunt ambalate în carcasă sau vândute separat.
- Etapa de procesare continuă cu spălarea carcăsei și răcirea acesteia pentru împiedicarea dezvoltării microorganismelor. Răcirea se poate face cu aer rece sau prin introducerea într-o baie cu gheață.
- Urmează tranșarea păsărilor și dezosarea. Carcasa poate fi vândută întreagă sau poate fi porționată. Tranșarea include adesea îndepărtarea pieptului, pulpelor și aripilor. Dezosarea se referă la îndepărtarea osului din carnea tranșată. Pieptul și pulpele sunt de obicei dezosate.
- Carcasa întreagă sau bucățile tranșate și dezosate pot fi prelucrate ulterior pentru valoare adăugată prin conservare, afumare, gătirea produselor (hot dog, nuggets de pui).



Depozitarea presupune păstrarea cărnii de pasăre la temperatura de refrigerare de aproximativ 0°C, care reduce riscul de creștere a florei microbiene. Refrigerarea sau congelarea nu distrug toți microbii. De aceea pe eticheta de ambalare este menționată cerința : A se păstra în frigider sau la rece.



BUN DE CONSUM!

Păsările de vânat se prelucrează primar asemănător, doar că este inclusă o operație suplimentară, fezandarea.

Din categoria vânatului cu pene interesante sunt următoarele specii: cocoșul de munte sau gotcanul care este o pasăre mare de 4-6 kg, cocoșul de mesteacăn, fazanul care este un vânat crescut, potârnichea, prepelița, dropia, care este declarată monument al naturii, fiind cea mai mare pasăre de la noi, găsindu-se în sudul și sud-estul țării, sitarul, becațina mică și mare, porumbelul sălbatic, porumbelul gulerat, turturica, guguștiucul, cârsteiul de câmp, gâsca de vară, gâsca de semănătură, lișița, rața mare, rața pestriță, rața cârâitoare, rața fluierătoare, rața pitică, rața lingurar, rața sulițar, rața cu ochi albi, rața moțată etc.

Carnea vânatului, imediat ce acesta a fost împușcat, începe să se altereze. În prima fază a alterării se spune că vânatul este „făcut” sau „frăgezit”, cu alte cuvinte carnea a devenit mai fragedă.

În general, vânatul este lăsat câteva zile pentru fezandare, proces de frăgezire a cărnii prin menținerea la o temperatură scăzută, în spații deschise, sau prin expunere la vânt.

Acesta este un proces chimic, fără a interveni însă și o acțiune bacteriană. Imediat după împușcarea vânatului, în musculatura acestuia se produce acid lactic. Atâta vreme cât acesta este în cantitate mică, el încheagă albumina din țesuturile musculare; de aici urmează înțepenirea, rigiditatea trupului animalului la puțin timp după împușcare. Înmulțindu-se apoi acidul lactic, albumina încheagată se dizolvă din nou, rigiditatea încetează, carnea devine moale. Cât durează rigiditatea, carnea rămâne tare. Acest stadiu al descompunerii, înmuierea după rigiditatea dispărută, în cursul căreia nu se alterează nici culoarea și nici mirosul cărnii, este chiar de dorit.

Colegiul Economic „Viilor”, București, sector 5

Îndrumător: **DINU Monica Gabriela**, profesor de specialitate,
Catedra Alimentație Publică și Turism

Eleva **BUDAȘU Ștefania**, clasa a X-a E

Bibliografie:

Mihai, Ș., și colaboratorii, Manualul pentru clasa a IX-a Turism și alimentație publică, CDPres, 2010, București

Ostan, A-M., Scutelnicu, M., 2012, Proiect - Controlul și expertiza cărnii de vânat, Universitatea de Științe Agricole și Medicină Veterinară „ION IONESCU DE LA BRAD”, Facultatea de Zootehnie, Iași
***<https://jurnalul.ro/timp-liber/culinar/trucuri-preparat-carne-vanat-fezandare-953868.html>

Foto 1, 2 <https://www.poultryworld.net/the-industrymarkets/processing/artificial-revolutionise-poultry-processing-in-us/>

Foto 3: <https://www.dreamstime.com/photos-images/chicken-processing.html>



Metode de înmuiere a cărnii, frăgezirea:

- **Cu ajutorul enzimelor:** vin alb sau roșu, pentru vânatul mare, lămâie sau oțet și din nou vin pentru păsăret poate fi folosit inclusiv suc de portocale, ananas sau lămâie, în funcție de rețetă.
- **Marinare în baie:** carnea se introduce într-un recipient (chiar pungă sigilată) ce conține o substanță acidă cu condimente specifice și se lasă la rece. Rețetele clasice de baie constau într-o soluție concentrată de oțet cu morcovi, țelină, pătrunjel, ceapă, usturoi, plus foi de dafin, cuișoare, piper, enibahar. În acest amestec se adaugă carnea și se ține cel puțin 24 de ore. Sunt rețete în care aceasta este păstrată în baie 3-4 zile.
- Iaurt cu condimente (usturoi) pentru frăgezirea cărnii.



TEHNOLOGIA DE PRELUCRARE A SUBPRODUSELOR DIN CARNE DE PASĂRE



Produsele secundare din carne de pasăre se referă la toate acele produse obținute din carcacele păsărilor, în afară de carnea proprie utilizată pentru consumul uman. Acestea pot include subproduse precum organele interne (ficat, inimă, pipote), pielea, oasele, dar și alte componente cum ar fi grăsimea sau colagenul. De obicei, aceste produse sunt folosite în industria alimentară pentru a crea preparate precum mezeluri, pateuri, supe sau bulionuri, iar unele pot fi utilizate în hrana animalelor.

Organele comestibile de pui cuprind organele interne: inima, ficatul și pipota. Cele trei organe comestibile sunt surse bune de elemente esențiale, în special de fosfor, fier, zinc și cupru. Ficatul conține cea mai mare cantitate de acizi grași saturați și polinesaturați, urmat de inimă și apoi, de pipotă. Valorile acidului palmitic, acidului stearic, acidului oleic și celui arahidonic sunt dominante în cele trei organe de pui.

Tehnicile de prelucrare a subproduselor din carne de pasăre

Înghețarea - Subprodusele din carne, cum ar fi organele, pot fi congelate pentru a-și păstra prospețimea și a prelungi termenul de valabilitate;

Sărarea și afumarea - aceste procese sunt utilizate pentru a conserva subprodusele, dar și pentru a le îmbunătăți aroma. De obicei, sunt folosite pentru prepararea mezelurilor și pateurilor.

Procesarea în pastă - Organele, cum ar fi ficatul, pot fi transformate în pastă sau pateuri, adesea combinate cu condimente pentru a crea produse aromate.

Hidrolizarea - Aceasta tehnică utilizează enzime pentru a descompune proteinele din subproduse, obținând astfel colagen sau suplimente nutritive.

Deshidratarea - Prin eliminarea umezelii, subprodusele pot fi conservate și utilizate în diverse preparate alimentare sau ca ingrediente.

Bioprocure - Aceasta implică utilizarea bacteriilor sau altor microorganisme pentru a transforma subprodusele în compuși valorosi, cum ar fi aminoacizi sau enzime.



Fe

P



Zn



Cu



Ficăței, pipotele și inimile de pasăre sunt organe interne valoroase, utilizate în diverse preparate culinare. Pentru a le face mai gustoase și fragede, există mai multe tehnici de prelucrare:

Pregătirea inițială, care, pe lângă curățarea de grăsime, membrane și cheaguri de sânge, include spălarea sub jet de apă și, ulterior marinarea pentru un gust mai bun și pentru frăgezire (ficăței se lasă în lapte sau apă rece cu sare pentru 30-60 de minute pentru a elimina gustul amăru).

Tehnici de prelucrare termică a subproduselor din carne de pasăre

Fierbere - Se fierb în apă cu sare și condimente (foi de dafin, piper, cimbru) pentru a se frăgezi. Pipotele necesită fierbere îndelungată (aprox. 60-90 min), iar inimile 45-60 min. Ficăței se fierb rapid (5-10 min), altfel devin uscați.

Pochare (fierbere la temperatură scăzută), ideal pentru ficăței, pentru a-i păstra fragezi și suculenți. Se gătesc la foc mic în apă, unt sau lapte, fără fierbere intensă.

Sotare / Prăjire în tigaie - Ficăței se gătesc rapid la foc mediu spre mare, cu unt sau ulei, fără a-i usca (aprox. 4-5 min pe fiecare parte). Inimile și pipotele se sotează după ce au fost fierte în prealabil pentru a le frăgezi.

Coacere la cuptor - Ficăței, pipotele și inimile pot fi gătiți la cuptor, în tavă cu legume, condimente și puțin ulei. Se pot coace în folie sau vas de ceramică pentru a rămâne suculente.

Gătire la slow cooker - ideală pentru pipote și inimi, deoarece gătirea lentă la temperatură joasă (6-8 ore) le face foarte fragede.

Grătar - inimile și pipotele se pot marina și găti pe grătar pentru un gust afumat. Ficăței sunt fragili, dar pot fi preparați în folie de aluminiu sau pe frigărui.

Tehnici speciale de prelucrare

Marinare - se folosesc ingrediente acide (zeamă de lămâie, oțet, vin alb) pentru frăgezire, împreună cu ulei și condimente. Recomandată pentru pipote și inimi, care sunt mai tari.

Pate de ficat - Ficăței se gătesc în unt, se pasează fin și se combină cu smântână sau unt pentru o textură cremoasă.

Tocănițe și mâncăruri tradiționale - se prepară cu ceapă, usturoi, vin și condimente, având un timp de gătire variabil în funcție de tipul organului.





Ghearele și gâturile de pasăre sunt subproduse care au diverse utilizări în industria alimentară. Iată la ce folosesc și care sunt tehnicile comune de prelucrare:

Prepararea bulionului - Ghearele și gâturile pot fi fierte pentru a prepara un bulion bogat în gelatine, adesea utilizat ca bază pentru supe și sosuri, datorită conținutului bogat în colagen, contribuind la consistența și aroma preparatelor. Ghearele pot fi consumate fie prăjite, fie marinate. Gâturile pot fi procesate și folosite în prepararea mezelurilor.

Oasele și grăsimea. Pelița de pasăre

Industria alimentară

Oasele sunt utilizate pentru prepararea supei de oase și a fondurilor culinare care conferă savoare și gelatină preparatelor. Se fierb pentru a obține gelatină naturală, folosită în sosuri, aspicuri și produse de tip jeleu.

Grăsimea se folosește la gătit (exemplu untură de pasăre, folosită în preparate tradiționale), ca ingredient în pateuri, cârnați și alte mezeluri, oferind un gust bogat și o textură fragedă.

Pelița de pasăre se folosește în preparate precum cârnații sau mezelurile, unde contribuie la textură și savoare. Este utilizată pentru obținerea de grăsime și gelatină în supe, sosuri sau preparate procesate. Uneori este prăjită sau coaptă pentru a obține gustări crocante.



Industria farmaceutică și cosmetică

Oasele sunt o sursă de **colagen și gelatină**, utilizate în suplimente alimentare pentru articulații, piele și păr. Prin procesare, se extrage **fosfat de calciu**, folosit în suplimente minerale. **Grăsimea** este utilizată în **produse cosmetice și farmaceutice**, fiind un ingredient în creme hidratante sau unguente datorită conținutului de acizi grași.

Pelița conține colagen, utilizat în suplimente pentru sănătatea pielii, articulațiilor și părului. Poate fi folosită pentru extragerea de substanțe benefice în produse cosmetice și creme hidratante.



Oasele măcinate sunt utilizate ca **supliment mineral** în hrana animalelor, furnizând calciu și fosfor.

Grăsimile de pasăre este inclusă în **hrană pentru animale de companie**, îmbunătățind gustul și valoarea nutritivă.

Industria tehnologică și agricolă

Oasele și grăsimea sunt utilizate pentru producerea **biocombustibilului** și a altor substanțe industriale.

Făina de oase este un îngrășământ organic bogat în fosfor, utilizat în agricultură.

Colegiul Tehnic „Valter Mărcineanu”, București, sector 1



Îndrumători:



BORANDA Cristiana



PANAIT Anca



COSMESCU Alexandra

Elevele:



STANCU Alexia



METODE DE CONSERVARE

CARNEA PĂȘĂRILOR DE CURTE ȘI DE VÂNAT

Creșterea necesarului de alimente pentru populație impune o valorificare superioară a acestora, diversificarea și îmbunătățirea calității mărfurilor alimentare ce necesită o utilizare pe scară largă a diferitelor metode și tehnici de conservare.

- Uscarea la soare, prin ventilație naturală sau pe un foc cu lemne;
- Sărarea și afumarea cărnii (afumarea este practică încă din preistorie, când oamenii au descoperit accidental că produsele din carne, pește sau alte alimente expuse la fum, rezistau mai mult timp și căpătau un gust plăcut);
- Conservarea în grăsime; conservarea cu ajutorul frigului artificial aplicată de 4000 de ani în Tyrol de vânători care, la o altitudine de 3200 m, păstrau în gheață vânatul;
- Romanii conservau peștele din Rin, langustele din Sardinia și stridiile în gheață pentru a se păstra proaspete până la Roma;
- Nordicii îngropau carnea de vânat sau peștele în zăpadă sau gheață pentru a se păstra peste iarnă;
- În incinta palatului de la Versailles, Ludovic al XIV-lea a amenajat răcitoare în vederea păstrării alimentelor.

CE PRESUPUN PROCEDEELE DE CONSERVARE

- Transformări ale alimentului într-o formă cu o conservabilitate mai mare (uscarea, congelarea);
- Inactivarea enzimelor și microorganismelor prezente în alimente prin aplicarea unor tratamente termice (pasteurizare, sterilizare);
- Crearea unor condiții nefavorabile pentru înmulțirea microorganismelor (acidifierea).

Fiecare din aceste procedee, indiferent din care categorie face parte, determină o serie de transformări ale alimentului, care nu mai are proprietățile caracteristice alimentului „proaspăt”.

REFRIGERAREA

- Refrigerarea se face prin răcirea produsului la $t > 0^{\circ}\text{C}$ ($0-4^{\circ}\text{C}$), durata de păstrare fiind de 2-4 zile, în funcție de produs, temperatura de depozitare și tipul de ambalaj folosit.
- Refrigerarea produce încetinirea dezvoltării microflorei provenite din contaminări interne și externe.

CONSERVARE - tratamentul prin care se împiedică alterarea provocată de agenții biologici, fizici, chimici, atmosferici asupra produselor perisabile.

METODE DE CONSERVARE A CĂRNII

- Prin frig (refrigerare, congelare);
- Prin sărare;
- Prin afumare;
- Prin marinare.



- **Congelarea** este caracterizată prin scăderea temperaturii produsului sub 0°C (-18°C), durata de păstrare fiind de câteva luni (3-5 luni).
- **Congelare** blochează multiplicarea microorganismelor și distruge unii germeni sensibili.



Carnea supusă congelării trebuie să fie proaspătă și de bună calitate, deoarece frigul nu îmbunătățește calitatea, ci doar asigură menținerea acesteia.

CONGELAT VERSUS PROASPĂT

Congelarea este o metodă potrivită de păstrare a proșpețimii cărnii, fiind o tehnică de conservare care nu implică folosirea unor adaosuri suplimentare de alte ingrediente.

Alimentele congelate pot fi păstrate pe o perioadă mai îndelungată, fără ca proprietățile acestora să se modifice. Acest lucru ne ajută să mâncăm mai sănătos, mai calitativ și contribuie semnificativ la reducerea risipei alimentare.

Congelarea este caracterizată prin scăderea temperaturii produsului sub 0°C (-18°C), durata de păstrare fiind de câteva luni (3-5 luni).

Congelarea blochează multiplicarea microorganismelor și distruge unii germeni sensibili.

CONSERVAREA PRIN SĂRARE

Sărarea este faza premergătoare a procesului de afumare sau de uscare, fiind aplicată la toate preparatele din carne, atât pentru conservare cât și pentru ameliorarea gustului.



CONSERVAREA PRIN AFUMARE

Fumul se întrebunțează la conservarea produselor numai după ce acestea au fost mai întâi sărate, uneori uscate, fierte.

Fumul este un aerosol obținut prin arderea incompletă a lemnului sau rumegușului.

Efectele fumului asupra produselor:

- **Exercită o acțiune bactericidă** asupra germenilor de E.coli și Bacillus proteus, care crește cu cât temperatura de afumare este mai ridicată și umiditatea relativă a aerului mai scăzută.
- **Fumul îmbunătățește calitățile gustative** ale produselor, prin substanțele aromatizante pe care le conține (aldehide și cetone).
- **Fumul are și un efect de colorare a produselor**, care depinde de natura lemnului, densitatea fumului, temperatura de afumare, umiditatea, gradul de dispersie a fumului.

Caracteristicile organoleptice (aspect, culoare, gust, miros) ale cărnii de pui congelată sunt similare cu ale cărnii de pui proaspete.



Metode de sărare:

Sărarea uscată - constă în sărarea produselor cu sare sau cu un amestec de sărare;

Sărarea umedă - se practică utilizând saramuri de o anumită concentrație și imersivarea produsului un anumit timp sau injectarea de saramură de diferite concentrații.

Sărarea mixtă - constă în folosirea succesivă a ambelor metode.



Pentru a obține produse afumate de calitate, este preferat lemnul de esență tare (fag, stejar, ulm, mesteacăn); cel de rășinoase nu se folosește, deoarece poate imprima produselor un gust acru sau amar și o culoare închisă, nedorită.

CONSERVAREA PRIN MARINARE

Numele procesului provine de la folosirea apei din mare, ce conține natural sare („aqua marina”). În timp, marinarea a evoluat într-o artă culinară, nu doar pentru conservare, ci și pentru îmbogățirea gustului. Procesul de marinare presupune învăluirea cărnii în diferite ingrediente astfel încât acestea să își imprime aromele în carne.

Marinarea poate fi atât lichidă cât și uscată, iar marinada poate fi formată din: uleiuri, oțeturi, vinuri, ierburi, mirodenii și alte arome. În timpul marinării, carnea absoarbe aromele din marinadă îmbogățindu-și gustul și textura, astfel că în timpul gătitului carnea devine fragedă și suculentă.

Concluzii

Cea mai bună metodă de conservare a cărnii este cea care utilizează frigul, deoarece permite:

- păstrarea cărnii în orice perioadă a anului;
- transportul cărnii la orice distanță;
- ritmicitate în producție.



Conservarea cărnii prin orice metode nu prelungeste nelimitat termenul de valabilitate.



Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”, București, sector 5

Bibliografie:

- <https://ro.scribd.com>
- <https://cool-food.ro>
- platforma.ro

Îndrumători: NEACȘU Gabriela Eliza, profesor de specialitate
STAN Oana, profesor de specialitate

Eleve:

DUMITRICĂ Maria, clasa a XI-a B

CRISTEA Ionela, clasa a XI -a B

CERNAT ALEXANDRA, clasa a X -a A

BORCLU Melisa, clasa a X -a A

STOIAN Delia, clasa a X -a A

IATAN Maria, clasa a X -a A



PRODUSELE DIN CARNE ȘI OUĂ ÎN HRANA DIFERITELOR CATEGORII DE CONSUMATORI ÎN RELAȚIE CU STAREA DE SĂNĂTATE

Sănătatea noastră depinde de puterea elementelor conținute în hrană. Viitorul omului depinde de felul în care se hrănește.

De unde își ia energia organismul uman?

Alimentele sunt materiile din care organismul nostru obține energia necesară pentru menținerea vieții și desfășurarea activităților, precum și substanțele nutritive necesare creșterii și refacerii celulelor și țesuturilor uzate.

Rolul alimentelor, în funcție de conținutul lor în diferite substanțe

Rol energetic - energia rezultată în urma arderilor metabolice este folosită pentru menținerea funcțiilor vitale care se realizează prin activitatea inimii, a plămânilor, a sistemului nervos și a altor organe vitale. O altă parte din energie este folosită pentru realizarea digestiei, menținerea temperaturii normale a corpului, precum și pentru deplasare, activități fizice sau efort intelectual.

Rol plastic - unele substanțe nutritive sunt folosite drept materiale de construcție pentru formarea de noi celule, pentru creșterea sau repararea celor existente. Nevoia de substanțe nutritive cu rol plastic este mai mare, în special în perioadele de creștere și în anumite boli care necesită refacere celulară (proteinele).

Care sunt principalele substanțe nutritive?

Principalele substanțe nutritive sunt: **proteinele**, **lipidele** (grăsimi), **glucidele** (carbohidrați sau hidrați de carbon) și **nutrienții: vitaminele și mineralele**. Se poate adăuga și **apa**, aflată în procent de cca 70% în compoziția corpului omenesc.

Proteinele sunt formate din: **carbon**, **hidrogen** și **oxigen**, **azot** și uneori **sulf**.

Proteinele sunt făcute din aminoacizi. Aceștia sunt cărămizile ce compun proteina și țesutul muscular. Cele mai multe procese fiziologice (recuperare, hipertrofie musculară, pierdere grăsimi) au legătură cu aminoacizii. Proteinele au în componență 21 de aminoacizi.



Care este necesarul de proteine?

Un piept de pui de exemplu oferă aproximativ 50 de grame de proteine, iar în ceea ce privește kaloriile, 80% din ele provin din proteine și doar 20% din grăsimi. Substanțele carotenoide existente în gălbenușul de ou îmbunătățesc vederea, previn degradarea globului ocular și a apariției bolilor cauzate de înaintarea în vârstă.



Pentru că ne oferă proteine și grăsimi ușor digerabile, grătarul de pui este sursa de proteine cea mai recomandată de nutriționiști.

Lipidele

Cunoscute în limbajul obișnuit sub numele de grăsimi, sunt o sursă concentrată de energie. Grăsimile au un rol important și din punct de vedere gastronomic, contribuind la gustul plăcut al hranei și la persistența senzației de sațietate.

Grăsimile saturate sunt prezente în special în alimentele de origine animală și în galbenușul de ou.

Ce rol joacă lipidele în organism?

Rol energetic - prin ardere, grăsimile degajă cca 9 kcal/g, aproximativ de două ori mai multe calorii decât proteinele sau glucidele. Depozitele de grăsime protejează organele împotriva șocurilor mecanice, iar stratul de grăsime limitează pierderile de căldură asigurând izolarea termică a corpului.

Un alt rol important al lipidelor este acela de transportor al vitaminelor A, D, E și K.

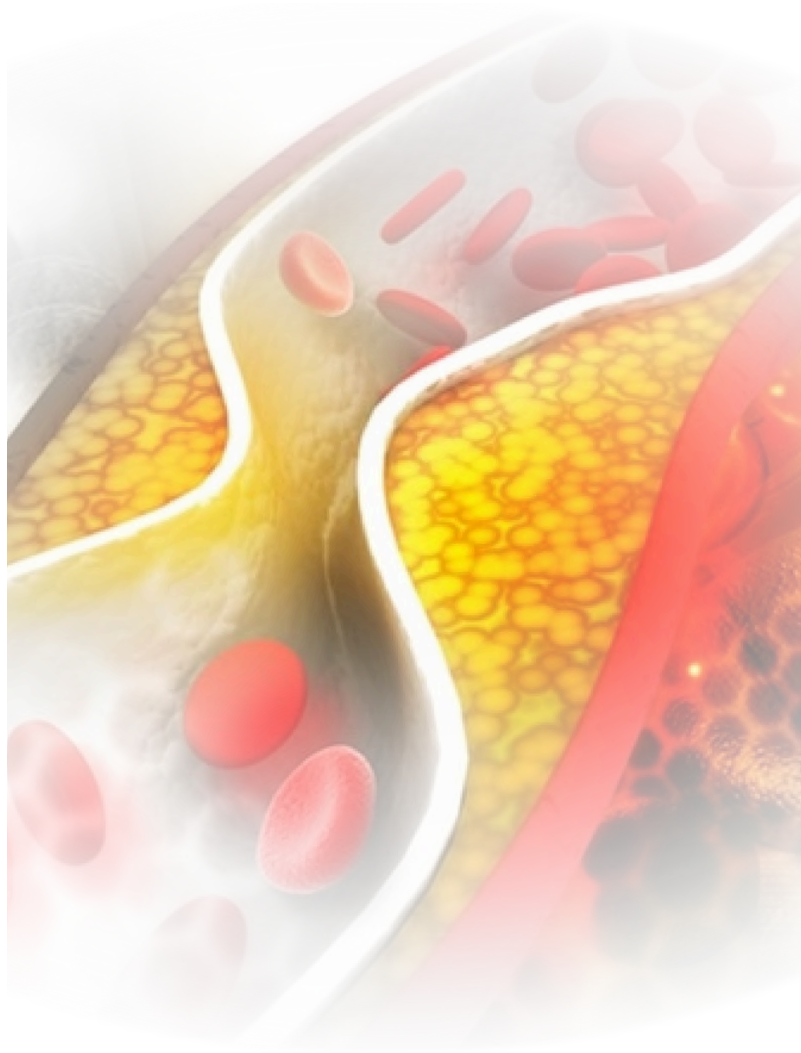
Ce este colesterolul sanguin?

Colesterolul este o substanță lipidică ce intră în componența peretelui celulelor și este folosit de organism pentru sinteza hormonilor steroizi și a bilei. Colesterolul este rău atunci când concentrația lui în sânge crește peste normal și persistă timp îndelungat.

Colesterolul sanguin crescut este unul dintre factorii de risc majori care favorizează ateroscleroza și bolile cardiovasculare.

Glucidele

Glucidele sunt cunoscute și sub numele de zaharuri.



DIETE ALIMENTARE



Consumul de carne de pui și curcan

- beneficii și riscuri

Puiul și curcanul, în special păsările crescute pe pășune, au o carne bogată în vitamine, minerale și proteine, un conținut scăzut de grăsimi și mai multe beneficii pentru sănătate.

Beneficii

- **Dezvoltarea mușchilor** – carnea de pui este una dintre cele mai bune surse de proteine. 100 g de carne de pui oferă 31 g de proteine, fiind esențială pentru dezvoltarea mușchilor.
- **Susține sănătatea oaselor** – pe lângă proteine, carnea de pui conține minerale precum calciu și fosfor, esențiale pentru oase. De asemenea, conține seleniu necesar pentru a reduce riscul de artrită.
- **Contribuie la reducerea stresului** – carnea de pui conține **vitamina B5** și **triptofan**, două substanțe care ajută la reducerea stresului.
- **Susține imunitatea** – în special supa de pui este folosită în mod tradițional pentru a calma simptomele gripei sau alte infecții respiratorii.

Dezavantajele consumului de carne de pui

- **Crește nivelul colesterolului** - apariția bolilor de inimă;
- **Contaminarea cu bacterii rezistente la antibiotice;**
- **Puii hrăniți cu antibiotice** pot crește **riscul de infecții urinare** – existența tulpinilor de E. coli
- **Risc mai mare de cancer** - mai multe studii au demonstrat că utilizarea hormonilor pentru creșterea găinilor, curcanilor și a altor păsări poate duce la creșterea riscului de cancer;
- **Deregări hormonale și obezitate** - unul dintre cei mai utilizați hormoni de creștere este estrogenul. Acesta declanșează o serie de dereglări hormonale și metabolice la copii și adolescenți, printre care pubertatea precoce, celulita la vârste foarte mici și creșterea rapidă în greutate. La adulți, carnea de pui cu hormoni provoacă obezitate.

Consumul de carne de prepeliță nutrienți, beneficii pentru sănătate

Carnea de prepeliță are un gust dulce și o textură delicată, cu proprietăți dietetice indicate prevenirii unor boli precum **obezitatea** și **diabetul**. Fiind o carne săracă în colesterol, dar bogată în minerale, previne inclusiv **bolile cardio-vasculare**.

Carnea de prepeliță face parte din curele de fortificare ale organismului copiilor, mai ales în cazul în care aceștia sunt amenințați de **anemii** sau **deficiențe ale mineralelor esențiale**.

Ouăle de prepeliță au un conținut ridicat de vitamine și minerale aducând un beneficiu considerabil sănătății organismului uman.

Vitamina B1 se regăsește în oul de prepeliță într-un procent de 6 ori mai mare față de cel regăsit în oul de găină. Ouăle de prepeliță asigură un nivel de 5 ori mai ridicat de fier și potasiu și un nivel de 15 ori mai mare de vitamina B2, vitamina A, întregul complex de vitamine B, D3, E, dar și cantități însemnate de calciu, sulf, potasiu și zinc.

O cură cu ouă de prepeliță întărește sistemul imunitar, susține activitatea cerebrală și stabilizează sistemul nervos. Au efecte benefice în reducerea colesterolului, în afecțiuni precum hipertensiunea arterială, ulcer și alte tulburări digestive, tuse convulsivă, conjunctivită, afecțiuni ale ficatului, rinichilor, diabet zaharat, diverse alergii, astm bronșic, anemie, obezitate, arterioscleroză și multe altele.

Consumul de carne de fazan — nutrienți, beneficii pentru sănătate

Carnea de fazan, cunoscută pentru textura sa delicată și gustul său distinctiv, este considerată o delicatessă în multe bucătării din lume.

Consumul cărnii de fazan este benefic organismului uman, întrucât conține proteine, carbohidrați, iar grăsimile sunt inexistente. Se consideră că această carne conține **13 tipuri de vitamine, 19 substanțe minerale și aminoacizi**.

Dintre acestea, colina, vitaminele A, B1, B2, B4, B5, B6, B9, B12, C, E, H, PP, dar și potasiu, calciu, magneziu, seleniu, cupru, mangan, fier, clor, sulf, iod, crom, fluor, staniu, cobalt, nichel, aluminiu, fosfor și sodiu. Consumul cărnii de fazan combate **obezitatea, arteroscleroza, bolile de inimă**. Se recomandă utilizarea în alimentația persoanelor vârstnice, a femeilor gravide și chiar a copiilor.

**Fii optimist, bucură-te
de viață, multumește,
fii recunoscător!**

**Amintește-ți!
Tu ești creatorul
sănătății tale!**

Colegiul Economic „Viilor”, București, Sector 5

Îndrumători:

ȘANDRU Angela, profesor de alimentație publică și turism
PETRE Stelian Marius, profesor de alimentație publică și turism
SANDU Sorin Marius, profesor de alimentație publică și turism
Catedra de Alimentație Publică și Turism

Elevii:

NICOLAE Ionela Bianca, clasa a XI-a C
CUȘ Andrei Cosmin, clasa a XI-a C
OARGĂ Cristina Nicoleta, clasa a IX -a A
CROITORU Denisa Mihaela, clasa a IX-a I.P.



100 grame de carne de prepeliță conține 20% proteine, 4,5 grame de grăsimi, magneziu, potasiu, fier, calciu, vitamina B6, niacin, vitamina C, fosfor și sodiu și circa 134 de calorii



Bibliografie:

- Dr. Loti Popescu, Ghid-educatie-pentru-sanatate. Constanța: Editura Muntenia, 2010
- <https://www.sfatulmedicului.ro/Educatie-pentru-sanatate>
- <https://www.romedic.ro/consumul-de-carne-de-pui-beneficii-si-riscuri-recomandari>



RISCURILE CONSUMULUI DE CARNE DE PASĂRE CRESCUTE ÎN FERME

(HORMONI DE CREȘTERE ȘI REZIDURI DE MEDICAMENTE)

Carnea de pasăre a devenit unul dintre cele mai consumate produse din alimentația umană la nivel global, fiind apreciată pentru valoarea sa nutritivă. În ultimile decenii, cererea de carne de pasăre a crescut dramatic, transformând industria avicolă într-un sector economic major, care constituie semnificativ la alimentarea populației mondiale. Această creștere a fost impulsionată de dezvoltarea tehnologică și de eficiența proceselor de producție, care permit fermierilor să satisfacă cerințele consumatorilor cu costuri reduse.

Cu toate acestea, expansiunea rapidă a industriei avicole a generat preocupări cu privire la metodele de creștere utilizate în fermele avicole. Utilizarea hormonilor de creștere și a medicamentelor veterinare în procesul de producție a dus la apariția unor riscuri semnificative pentru sănătatea publică și mediul înconjurător.

Caracteristicile cărnii de pasăre

Carnea de pasăre joacă un rol esențial în alimentația umană, având o calitate superioară datorită caracteristicilor sale nutriționale:

🐔 datorită greutateii sale mai reduse, este disponibilă proaspătă, se prepară rapid și ușor, având beneficii organoleptice și nutritive remarcabile: este bogată în proteine (21-22% în carnea albă de pui) și săracă în calorii, ceea ce o face să fie ușor digerabilă și masticabilă - ideală pentru toate grupele de vârstă, inclusiv pentru copii, vârstnici și convalescenți;

🐔 conține toți aminoacizii esențiali și este o sursă importantă de săruri minerale și vitamine, integrându-se perfect în dietele familiare, oferind versatilitate și savoare;

🐔 oferă multiple beneficii: sprijină sănătatea oaselor și a masei musculare prin conținutul ridicat de proteine, are un efect pozitiv asupra sistemului imunitar (ajutând la blocarea migrării celulelor inflamatorii datorită unui aminoacid care se eliberează în timpul gătitului) și conține un nivel scăzut de colesterol (aproximativ 75 mg la 100 g);


🐔 grăsimile din carnea de pasăre sunt ușor digerabile, iar proteinele conferă o senzație de sațietate prelungită.




Contextul industrial al creșterii păsărilor

Industria creșterii păsărilor a evoluat semnificativ în ultimele decenii, având un impact considerabil asupra economiilor naționale și globale. Creșterea industrială a păsărilor, în special a găinilor, curcanilor și rațelor, a fost revoluționată de tehnologiile moderne și de procesele de eficientizare.

Astfel au apărut fermele avicole - structuri organizate, destinate creșterii păsărilor într-un mediu controlat, în care factorii precum temperatura, umiditatea, lumina și alimentația sunt reglementați pentru a maximiza producția. Există două mari tipuri de ferme:

 **Fermele de producție** sunt dedicate creșterii păsărilor care vor produce ouă pentru incubatoare și pentru producția de pui de carne. În aceste ferme se selectează păsări de calitate superioară pentru a asigura o producție constantă și eficientă.

 **Fermele de îngrășare** sunt destinate creșterii puilor de carne (de obicei găini sau curcani) până la greutatea optimă pentru abatorizare. În acest tip de fermă, păsările sunt crescute într-un mediu controlat, de obicei în hale mari, unde sunt adăpostite în baterii de păsări sau pe podele cu pat natural.

Răspândirea utilizării hormonilor de creștere și a medicamentelor veterinare


Industria avicolă a fost marcată de utilizarea pe scară largă a hormonilor de creștere și a medicamentelor veterinare pentru a accelera dezvoltarea păsărilor și pentru a preveni bolile, însă folosirea acestora este controversată.


Hormonii de creștere sunt substanțe chimice care influențează procesul biologic de creștere și dezvoltare al organismelor. În contextul creșterii păsărilor, aceștia sunt utilizați pentru a stimula dezvoltarea rapidă a țesuturilor musculare și pentru a accelera creșterea păsărilor. În mod natural, hormonii de creștere sunt produși de glandele endocrine ale păsărilor și reglează metabolismul și dezvoltarea lor. În industria avicolă, acești hormoni sunt administrați suplimentar pentru a optimiza performanțele zootehnice, reducând perioada de îngrășare și maximizând profitabilitatea fermelor.




Tipurile de hormoni utilizați


Există mai multe tipuri de hormoni utilizați în industria avicolă, iar aceștia pot fi împărțiți în două mari categorii: hormoni peptidici și steroizi.


 **Hormoni peptidici:** precum somatotropina (hormonul de creștere), produs de glanda pituitară. El joacă un rol esențial în stimularea creșterii și în formarea de țesut muscular, poate stimula metabolismul grăsimilor și poate îmbunătăți utilizarea nutrienților din furaje.

 **Steroizi:** Aceștia sunt hormoni derivați din colesterol și includ substanțe cum ar fi testosteronul și progesteronul, care au fost folosiți în trecut pentru a accelera creșterea păsărilor, prin dezvoltarea masei musculare și reducerea procentului de grăsime corporală, ceea ce conduce la o carne mai slabă și mai dorită de consumatori. De asemenea, steroizii pot ajuta la îmbunătățirea performanțelor reproductive ale păsărilor.

Riscurile asociate cu utilizarea hormonilor de creștere și a medicației veterinare

 **Efecte endocrine:** Hormonii de creștere pot influența sistemul endocrin al organismului uman provocând dezechilibre hormonale, disfuncții ale glandelor endocrine, precum tiroida, și pot contribui la creșterea riscului de boli hormonale, cum ar fi cancerul de sân, prostate sau alte tipuri de tumori sensibile, la hormoni.

 **Efecte sistemice:** Expunerea pe termen lung la hormonii de creștere ar putea contribui la dezvoltarea unor afecțiuni metabolice, inclusiv obezitatea și diabetul de tip 2. Procesul de stocare a grăsimilor și a utilizării acestora, provoacă o creștere rapidă a masei musculare și a greutateii, ceea ce ar putea duce la probleme de sănătate, precum hipertensiunea și bolile cardiovasculare.

 **Efecte asupra dezvoltării copiilor:** Un alt risc semnificativ se referă la efectele hormonilor de creștere asupra copiilor și adolescenților, care sunt sensibili la modificările hormonale. Consumul frecvent de carne tratată cu hormoni ar putea contribui la pubertatea precoce sau la dezvoltarea anormală a organelor sexuale la tineri, deoarece aceștia sunt în perioada de dezvoltare intensă a sistemului hormonal.



Reziduri de medicamente în carnea de pasăre

În industria avicolă, utilizarea medicamentelor veterinare este esențială pentru menținerea sănătății păsărilor și pentru prevenirea și tratarea bolilor.

ANTIBIOTICELE - utilizate în mod frecvent pentru a preveni sau trata infecțiile bacteriene în fermele avicole. Cele mai comune antibiotice includ tetraciclinele, penicilinele și sulfonamidele.

ANTIPARAZITARELE - utilizate pentru combaterea infecțiilor parazitare, cum ar fi infestările cu viermi intestinali sau cu acarieni și sunt administrate păsărilor prin apă sau hrană, pentru a trata infestările interne sau externe.

ANTIINFLAMATOARELE - utilizate pentru a reduce inflamația și durerea în cazul păsărilor care suferă de leziuni sau inflamații, cum ar fi infecțiile respiratorii sau artrita. Dintre acestea amintim: meloxicamul sau flunixinul.



Riscuri pentru populația vulnerabilă

Consumul de carne contaminată cu reziduri de medicamente reprezintă un risc semnificativ pentru grupurile vulnerabile din populație, cum ar fi copiii, vârstnicii și persoanele cu sistem imunitar slăbit. Aceste grupuri sunt mai susceptibile la efectele adverse ale substanțelor chimice și la infecțiile provocate de bacteriile rezistente la antibiotice.

Copiii sunt extrem de vulnerabili la riscurile legate de reziduurile de medicamente din carnea de pasăre, din mai multe motive. În primul rând, sistemul lor imunitar este încă în dezvoltare și nu este la fel de eficient în combaterea infecțiilor și a agenților patogeni. Copiii au un metabolism mai rapid și o greutate corporală mai mică, ceea ce înseamnă că aceștia sunt mai susceptibili la efecte toxice ale rezidurilor de medicamente.

Consumul de carne contaminată cu antibiotice sau alte substanțe chimice poate duce la perturbarea sistemului lor endocrin, afectând dezvoltarea și funcționarea organelor și a proceselor biologice esențiale.

Vârstnicii - persoanele în vârstă sunt o categorie vulnerabilă, deoarece sistemul lor imunitar devine mai slab odată cu înaintarea în vârstă. Aceștia sunt predispuși la infecții, având o capacitate redusă de a răspunde eficient la tratamente. Reziduurile de medicamente pot interacționa cu medicamentele prescrise pentru tratarea altor afecțiuni, ceea ce poate crește riscul de reacții adverse.

Concluzie

Impactul consumului de carne tratată cu hormoni de creștere sau contaminată cu reziduuri de medicamente asupra sănătății publice este un subiect de mare importanță. În primul rând, creșterea rezistenței bacteriene la antibiotice este o amenințare globală care poate face infecțiile alimentare mult mai greu de tratat. De asemenea, riscurile pentru populațiile vulnerabile, precum copiii, vârstnicii și persoanele cu sistem imunitar slăbit, sunt mult mai mari, iar efectele pe termen lung pot fi extrem de grave. Este esențial ca autoritățile și industria alimentară să continue să monitorizeze utilizarea medicamentelor în fermele agricole, pentru a proteja sănătatea publică și pentru a preveni posibilele epidemii de infecții rezistente la antibiotice.



Bibliografie

- <https://www.veterinarul.ro/noutati-in-business/comunicat-cmvro-privind-utilizarea-hormonilor-si-antibioticelor-ca-stimulatori-de-crestere-la-pasari>
- <https://www.ansvsa.ro/blog/carnea-de-pasare-produsa-si-comercializata-in-romania-este-sigura-pentru-consum/>
- https://www.sfatulmedicului.ro/Alimentatia-sanatoasa/hormonii-de-crestere-din-carnea-de-pui-riscuri-pentru-sanatate_9908

Colegiul Tehnic „Valter Mărăcineanu”

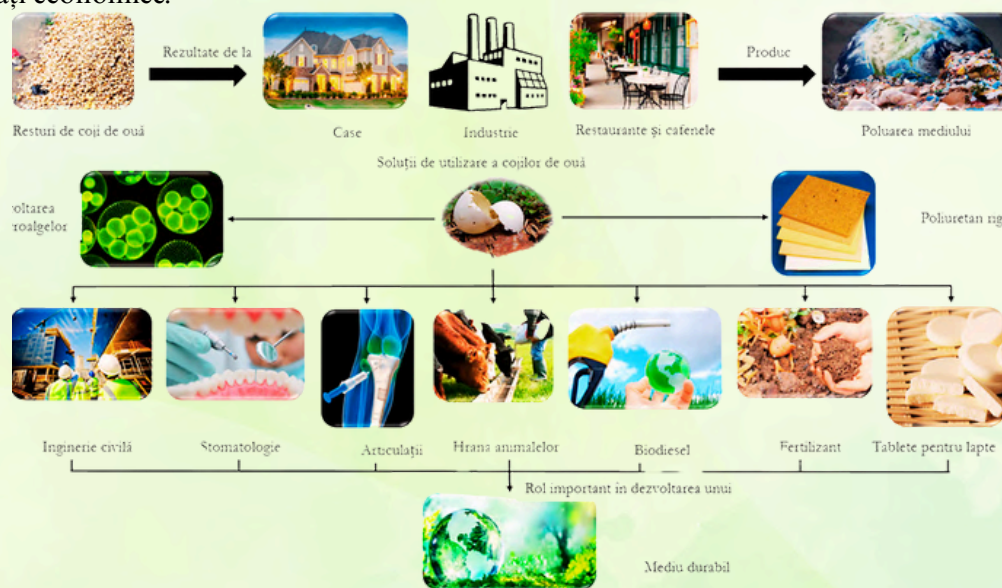
**Îndrumători: BĂLAN Elena Mariana, profesor
IORDACHE Răzvan, profesor**

**Elevele: VINTILĂ Larisa
PETRE Maia**



ZERO DEȘEURI DE COJI DE OUĂ

Prin reciclarea cojilor de ouă, contribuim nu numai la reducerea deșeurilor, ci și promovăm soluții inovatoare în diverse industrii, de la agricultură la construcții. Călătoria transformării cojilor de ouă în materiale utile este atât fascinantă, cât și esențială pentru practicile durabile. Această abordare ecologică ar putea duce la beneficii semnificative de mediu, creând în același timp noi oportunități economice.



Compoziția și proprietățile cojilor de ouă:
carbonat de calciu, material organic, urme de minerale, precum fosfor și magneziu.

Deșeurile de coajă de ou reprezintă o problemă, deoarece ocupă spațiu în gropile de gunoi, care ar dura sute de ani să se descompună. Transformând aceste deșeuri biologice în produse utile se reduce impactul asupra mediului și crearea de oportunități economice. Inițiative de reducere a deșeurilor de coji de ouă: compostare pentru condiționarea și fertilizarea solului, hrana animalelor, tehnici de separare în incubatoare, valorificare pentru uz industrial, artizanat și uz casnic. Cojile de ou reciclate sunt catalizatori pentru producția de biodiesel și sinteză organică, absorbantți pentru tratarea apei, materiale pentru grea osoasă și bioceramică oferind o abordare revoluționară a aplicațiilor medicale și dentare, aditivi pentru produsele de brutărie și patiserie pentru a le spori valoarea nutritivă, aditivi pentru furaje prin creșterea aportului de calciu pentru animale, materie primă în industria cosmetică și materiale pentru decorațiuni și mozaicuri.

Prin încorporarea cojilor de ouă în practicile de reciclare contribuim la o abordare mai ecologică, reducând cantitatea de deșeuri și promovând sănătatea solului. Doar împreună putem avea un impact pozitiv, asupra mediului social și economic, acționând azi.



Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară „Dumitru Moțoc”
 Îndrumător: **STOICA Lavinia Mariana**, profesor documentarist
 Elevii: **BERNEVIC Alexandru Gabriel**, clasa a XI-a B
MATEI Alexandru Emanuel, clasa a XI-a B

S.C. MAC - MAC GA - GA S.R.L.



FIRMA DE EXERCİȚIU

O afacere profitabilă

În cadrul activității noastre ne ocupăm de creșterea rațelor și a găștelor de diferite rase, de producerea și vânzarea de carne de rață și de gâscă, dar și a ouălor acestora pe piața locală sau distribuite către rețele de supermarketuri. Carnea va fi procesată și ambalată conform reglementărilor de siguranță alimentară, ocupându-ne astfel și de promovarea unei alimentații sănătoase, bazată pe un consum echilibrat, 100% natural. Nu sunt ignorate nici elementele secundare (penele), integrându-le în diferite ramuri industriale.

Dintre obiectivele firmei cele mai importante sunt cele legate de creșterea producției de ouă și carne cu 10% în primul an de activitate, deschiderea unui magazin propriu de vânzare a produselor, formarea unei rețele proprii de distribuție și extinderea activității de distribuție pe o rază mai largă (nivel regional și național).

În cadrul firmei sunt mai multe departamente:

- **Producție** - gestionarea fermei de păsări, monitorizarea sănătății păsărilor și creșterea productivității.
- **Vânzări și Marketing** - promovarea produselor (ouă, carne), atragerea de clienți și promovarea unei alimentații sănătoase;
- **Logistică și distribuție** - gestionarea livrărilor de produse către piețe sau consumatori;
- **Financiar-Contabile** - monitorizarea costurilor, stabilirea prețurilor și gestionarea veniturilor;
- **Cercetare și dezvoltare** - strategii pentru îmbunătățirea producției de ouă și carne.



Planul de marketing cuprinde:

- **Publicitate** - Campanii pe rețelele de socializare (Facebook, Instagram) pentru a atrage consumatorii;
- **Participarea la târguri de produse agroalimentare** - prezentarea produselor (ouă, carne);
- **Promoții sezoniere** - reduceri pentru achiziționarea de ouă sau carne în perioadele de vârf (sărbători, Paște, Crăciun etc.).



În România, consumul de carne de rață și de gâscă este mai mare comparativ cu alte țări din Europa de Vest, dar totuși scăzut comparativ cu consumul de carne de pui sau de porc.

Carnea de rață, cât și carnea de gâscă, sunt considerate delicatese. Aceste tipuri de carne sunt de obicei consumate în mod special în anumite regiuni sau în perioade festive.

Penele de gâscă sunt deosebit de apreciate datorită calităților lor, fiind un bun izolant termic (geci, pilote, perne), dar și în alte domenii (pene pentru instrumente muzicale de percuție, papetărie, accesoriilor cosmetice).





E necesar să înființăm o astfel de fermă?

- Creșterea consumului de carne de rață, de gâscă și a produselor auxiliare în rândul consumatorilor;
- Din punct de vedere gastronomic s-a constatat o creștere a cererii de produse/subproduse, ficat de gâscă și de rață, membrele folosite pentru prepararea unor delicii culinare, căutate în ultimul timp de o anumită categorie de consumatori, cu precădere cei noi sosiți din zona asiatică);
- Rațele și găștele pot fi crescute în sisteme ecologice, cu un impact scăzut asupra mediului.
- Deșeurile de la păsări pot fi utilizate pentru fertilizarea solului, iar păsările pot ajuta la controlul dăunătorilor din fermele de legume sau cereale.

Susținerea și dezvoltarea fermei **S.C.Mac-Mac și Ga-Ga S.R.L.** reprezintă o oportunitate excelentă de creare de noi locuri de muncă, afaceri profitabile și sustenabile, aducând tuturor beneficii economice, ecologice și culturale.

Colegiul Economic „Viilor”, București, Sector 5

Îndrumător: **BECHET Iuliana**, profesor

Catedra de Comerț

Elevele:

OFIȚERU Miruna -Maria, clasa a XI-a J

DOBRE Cosmina, clasa a XI -a J

MIHAI Luminita Simona, clasa a XI-a J



Demonstrații culinare

Labo^{în}orator



Poftă Bună!

Laboratorul de practică al Colegiului Economic „Viilor”, este locul în care tinerii liceeni iau contact cu tehnicile de prelucrare și preparare a alimentelor. Sub atenta îndrumare a maiștrilor instructori, elevii de la clasele de gastronomie au gătit și prezentat produsele în fața elevilor din clasele primare. Cei mici au avut ocazia să-i vadă lucrând într-un laborator, îmbrăcați în uniformă de bucătar, pregătind cu multă îndemânare rețete pe bază de carne de pasăre și ouă. Timp de o oră, au putut adresa întrebări, atât elevilor liceeni, cât și maiștrilor instructori. Dna profesor Bara Adriana-maistru instructor, le-a povestit despre arta culinară, despre estetica produsului finit, explicându-le importanța modului de prezentare. O atenție deosebită a fost acordată și calității materiilor prime care determină obținerea unui produs finit de calitate, care să satisfacă cerințele consumatorilor.

Aceste activități îi vor ajuta pe elevii de liceu, să aprofundeze cunoștințele teoretice pe care să le aplice în contexte practice de laborator, și totodată să-i motiveze pe cei mici în alegerea eventuală a unei meserii de bucătar.

La finalul prezentării, toți elevii au avut ocazia să savureze preparatele culinare prezentate, în cadrul acestui eveniment. Au primit în dar un mic suvenir, o lingură decorată sub forma unei rațe, însoțită de o rețetă, ambalate într-un mod inedit.





Atelier creativ

După ce au savurat produsele pregătite, elevii au dat citire compunerilor realizate de ei, având ca temă păsările de curte și de vânat. Desenele realizate de elevi au fost expuse în spațiul salonului restaurant al Colegiului Economic „Viilor”. La eveniment au participat bibliotecari, profesori, bucătari și părinții elevilor.

La final, dl Gilea Gabriel, profesor dr. în zootehnie și artist de folclor, i-a încântat cu o melodie dedicată mamei (în versurile cântecului, mama este asemănată cu o „cloșcă cu pui”, care are grijă de toți). Elevii din clasele primare au primit daruri pregătite de elevii de liceu: linguri de lemn pictate și transformate în rațe, însoțite de rețete culinare.

Ne-am bucurat împreună de această zi minunată!



Povești de succes ale crescătorilor de struți, fazani, bibilici, potârnichi și prepelițe



Găini, rațe, găște, curcani, fazani, bibilici, potârnichi, prepelițe sunt păsări ce fac parte din obiceiul de consum al românilor, a căror carne este considerată mai ușoară și mai sănătoasă.

Păsările de rasă sunt o opțiune preferată pentru cei pasionați de creșterea animalelor. Păsările de rasă se diferențiază de cele obișnuite prin caracteristicile lor fizice, care pot include culoarea, dimensiunea și forma.

În plus, unele rase sunt mai rezistente la boli și pot oferi beneficii suplimentare și estetic sunt mai „diferite” față de cele obișnuite.

Există multe povești de succes ale fermierilor români care au reușit să dezvolte afaceri prospere în domeniul creșterii păsărilor de curte și a celor de vânat.

Ferma de bibilici

În apropiere de București, în comuna Ciorogârla, Andreea Zamfirache a pus bazele unei mici afaceri cu creșterea păsărilor de curte.

Economist de profesie, a început acest business acum 5 ani din dorința de a oferi familiei sale un trai sănătos, cu carne de la păsări crescute în mod natural. Cu timpul, ideea ei de afaceri s-a transformat într-o cunoscută fermă. Creșterea bibilicilor a fost un pas important pentru afacerea Andreei Zamfirache.

Bibilicile mai sunt denumite și picherițe, fiind originare din Africa, iar sistemul de creștere este similar cu cel al găinilor. Acestea mănâncă foarte multă verdeață, iar sistemul lor imunitar este foarte ridicat în comparație cu restul păsărilor de curte. Pot ajunge până la greutatea de 4 kilograme. Bibilicile au nevoie de mult spațiu. Sunt foarte utile deoarece prin țipătul lor specific și printr-un simț foarte dezvoltat îndepărtează soarecii, răpitoarele.

Colegiul Tehnic de Industrie Alimentară "Dumitru Moțoc", București

Îndrumător: **BOJOGA Mirela Gabi**, profesor de specialitate

Elevele: **PÎRVU Antonia**, clasa a IX-a Dip

CĂPĂȚÂNĂ Gina, clasa a IX-a Dip

Ferma de fazani

Un fermier din județul Alba a reușit să transforme o mică fermă de fazani într-o afacere rentabilă, bazată pe creșterea acestora pentru vânzarea ouălor și a cărnii.

Cu ajutorul fondurilor europene, a modernizat fermele și a diversificat produsele oferite, cum ar fi ouăle de fazan pentru consum, carne de fazan și chiar pui de fazan pentru alte ferme sau vânzătoare.

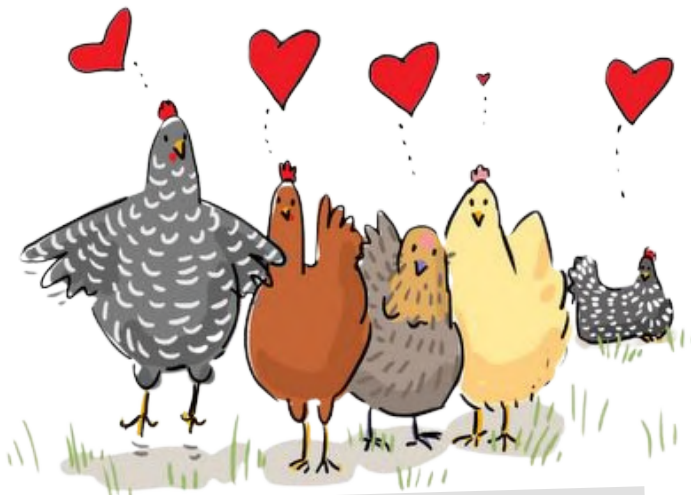
A reușit astfel să își construiască o rețea de clienți din restaurantele de lux și chiar din rândul pasionaților de vânzătoare.

Ferma de prepelițe

Andrei Ciota a văzut în urmă cu 10 ani primele ouă de prepeliță apărute în supermarket, iar trei ani mai târziu făcea primii pași în direcția unei microferme de prepelițe. A ales comuna Nana, din județul Călărași. În anul 2014 a construit o hală specială pentru creșterea și exploatarea acestor păsări, reinvestind banii în construcția și echiparea acesteia.

Avantajele sunt multiple și provin din calitatea superioară a ouălor acestea fiind foarte bogate în vitamine, minerale, aminoacizi esențiali, enzime și proteine de cea mai bună calitate.

Procesele de creștere în aer curat, hrănirea fără coloranți și îngrijirea păsărilor în condiții bune, cu respectarea normelor europene, cu un nivel ridicat de biosecuritate, sunt câteva dintre criteriile care determină consumatorul român să aleagă produse ale producătorului local în detrimentul celor provenite din Uniunea Europeană.



Rase de găini

Găinile din rasa **Rhode Island** sunt apreciate pentru producția bună de ouă și pentru carnea de calitate. Coccoșii cântăresc între 3,4-4 kg, iar găinile între 2,5-3 kg. Găinile încep să se ouă de la 5-6 luni. O găină Rhode Island poate depune între 200-300 de ouă pe an.

Durata medie de viață: 6-8 ani, dar pot ajunge și la 10 ani cu îngrijire corespunzătoare.



**RHODE
ISLAND**



**CURCA
ROMÂNEASCĂ**

Curca Românească este o rasă tradițional crescută în România, apreciată pentru calitatea cărnii. Masculul ajunge la 10-15 kg, în funcție de condițiile de creștere și alimentare, iar femela cântărește între 5-7 kg.

Curca începe să ouă în jurul vârstei de 7-8 luni. O curcă românească depune aproximativ 40-80 de ouă pe an.

În condiții bune, curcile pot trăi între 6-10 ani.

PĂSĂRI CRESCUTE ÎN ROMÂNIA

Brahma este o rasă originară din Asia, apreciată pentru producția ridicată de carne. Coccoșii Brahma pot atinge o greutate de 5 kg, iar găinile Brahma ajung la 3,5-4,5 kg, încheindu-și procesul de creștere înainte de vârsta de 18 luni.

Producția de ouă: depun între 120-180 de ouă pe an, ceea ce înseamnă aproximativ 10-15 ouă pe lună, în funcție de factori precum hrana, condițiile de mediu și vârsta păsării.

Durata medie de viață: 5-8 ani, dar cu îngrijire adecvată, unele exemplare pot trăi până la 10-12 ani.



BRAHMA

Găinile Kabir sunt crescute atât pentru producția de ouă, cât și pentru producția de carne. La vârsta de 5 luni, o găină Kabir poate ajunge la 4 kg, iar un cocoș poate cântări până la 5,5 kg.

Găinile Kabir încep să depună ouă la aproximativ 26 de săptămâni (6 luni și jumătate). Acestea depun aproximativ 200 de ouă pe an.

Durata medie de viață: În medie, trăiesc între 5-7 ani, dar cu o îngrijire adecvată, pot ajunge până la 7-8 ani.



KABIR

Rațele Pekin este una dintre cele mai populare rase de rațe, crescute în special pentru ouă și carne. Sunt bune producătoare de ouă, oferind aproximativ 200 - 280 ouă pe an, în funcție de condițiile în care sunt crescute. Ouăle sunt de obicei de culoare albă și au o coajă rezistentă.

Rața leșească este specia din care provin majoritatea raselor de rațe domestice. Aceasta este o rață sălbatică, dar poate fi găsită și în gospodării ca rață domestică.



Creșterea păsărilor în sistem extensiv și intensiv

În mediul extensiv, păsările sunt crescute în condiții mai naturale, într-un cadru mai puțin controlat și cu mai mult spațiu față de creșterea intensivă. Acest tip de mediu presupune mai puțină intervenție în gestionarea lor, iar păsările beneficiază de libertate de mișcare, hrană naturală și adesea interacționează cu mediul înconjurător (iarbă, apă etc.).

În ceea ce privește producția de ouă, o găină crescută în condiții optime poate produce între 200 și 250 de ouă pe an, iar în fermele mari, producția poate ajunge până la 300 de ouă pe an per găină. De exemplu, o fermă cu 10.000 de găini poate produce aproximativ 3 milioane de ouă anual.

Fermele de păsări din România sunt răspândite în diverse regiuni ale țării, având capacități de producție variate și contribuind semnificativ la asigurarea necesarului de carne de pasăre și ouă pentru consumul intern. Investițiile în tehnologii moderne și orientarea către producția ecologică reflectă adaptarea sectorului avicol la cerințele pieței și la standardele europene de bunăstare animală.



AVANTAJE ale mediului extensiv pentru păsări

- **Bunăstare animală:** Păsările care trăiesc în mediu extensiv se bucură de o calitate mai bună a vieții datorită libertății de mișcare și accesului la hrană naturală.
- **Produse de calitate:** Ouăle și carnea provenite din păsările crescute extensiv au o calitate superioară, fiind mai gustoase și adesea mai sănătoase datorită hranei naturale și a stilului de viață activ al păsărilor.
- **Îmbunătățirea biodiversității:** În mediul extensiv, păsările pot ajuta la controlul dăunătorilor și la menținerea unui echilibru ecologic, contribuind la biodiversitate.



Tipuri de păsări crescute în mediu extensiv

- **Rațele** crescute în sistem extensiv beneficiază de spațiu pentru a se plimba și a se hrăni natural cu iarbă, semințe și insecte;
- **Gâștele** sunt adesea crescute extensiv pe pășuni sau lângă apă, beneficiind de o dietă mai variată și având un comportament natural de migrare și pășunat.
- **Găinile** crescute în ferme extensiv sunt mai active, având mai mult spațiu pentru a pășuna și a se mișca liber, ceea ce le ajută să rămână sănătoase și să producă ouă de calitate superioară. Aceste găini sunt mai puțin expuse riscurilor de boli specifice mediilor intensive, datorită stilului lor de viață mai activ și mai natural.





Elevii Liceului Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”,
București, Sector 5, clasa a IX-a:
NOBILU Luca, DUMITRU Robert,
MANEA Irina, IONIȚĂ Larisa,
VUCULESCU Maria, IAMANDI Ștefan
SBURLAN Maria, FERARU Alexandru,
ION Vlăduț

Sistemul intensiv și super-intensiv

Aceste tehnologii sunt folosite pentru creșterea și exploatarea păsărilor în efective mari și se realizează prin creșterea în baterii sau pe așternut permanent.

AVANTAJE:

- Rentabilitate economică mare.
- Control total al factorilor de microclimat (temperatură, umiditate, ventilație).
- Producție mare de ouă per pasăre.
- Producție mare de carne/pasăre/mp.

DEZAVANTAJE:

- Apariția anumitor maladii (boli de civilizație, sindromul ficatului gras), precum și fenomene precum isteria aviară, oboseala de cușcă, năpârlirea timpurie, consumarea ouălor, smulgerea penelor, canibalismul.
- Investiții foarte mari în: adăposturi, baterii, sisteme de furajare, adăpare și pentru controlul factorilor de microclimat.
- Cheltuieli energetice foarte mari.

În ultima perioadă, tehnologia a evoluat pentru a permite un control mai precis al mediului și o reducere a riscurilor de boli și stres pentru păsări, însă costurile inițiale rămân semnificative.

Prof. dr. GÎLEA Gabriel, specialist în zootehnie
Liceul Teoretic „Dimitrie Bolintineanu”, București, Sector 5



Chef Manta Marian

**„Hrana nu este numai
mâncare, ci o atingere a
sufletului și a sentimentelor
noastre trăite intens!”**



Marian Manta, fost elev al Colegiului Economic „Viilor”, este astăzi un bucătar-șef apreciat, cu o pregătire solidă în arta gastronomiei.

De-a lungul carierei, a lucrat în restaurantele hotelurilor Ibis din București și din Sibiu, la Grand Hotel Bucharest, unde a ocupat și poziția de Executive Sous Chef, perfecționându-și stilul culinar, tehnicile de lucru și abilitățile de management de bucătărie.

A participat constant la proiecte și evenimente gastronomice, printre care Goût de France / Good France, promovând gastronomia modernă și creativitatea în farfurie. În cadrul acestor proiecte, a fost responsabil pentru recrutarea și formarea echipelor de bucătari. A investit constant în dezvoltarea sa profesională, participând la cursuri de formare în diverse tehnici culinare și fine dining.

Chef Marian Manta este recunoscut pentru viziunea sa artistică: crede cu tărie că fiecare preparat culinar trebuie să spună o poveste în care gustul, culoarea și emoția se îmbină armonios.

„Noile tendințe din Europa se canalizează spre preparatele tradiționale zonale, duse spre modernism, punându-se accent pe gustul lor specific - ca o poveste frumoasă, cu un „touch” de fusion. În concluzie, identitate clară, cu influențe noi și tehnici diferite.”

Chef MANTA MARIAN



Ruladă de prepeliță

Poftă bună!



În cadrul atelierelor de gastronomie, desfășurate în laboratorul de alimentație din cadrul Colegiului Economic „Viilor”, dl. Chef Marian Manta a pregătit împreună cu elevii „Ruladă de prepeliță”, o rețetă simplă și rafinată.

Pentru realizarea preparatului au fost folosite patru prepelițe, elevii fiind îndrumați să aplice tehnica rapidă de dezosare. Pe lângă materiile prime: ceapă, usturoi, sare, piper, morcovi și ciuperci, au fost folosite și un amestec de carne tocată de porc cu vită, precum și bacon.

Dl. Chef Marian Manta a întins un strat subțire de bacon, pe o folie alimentară, pentru a oferi gust și a menține suculența, peste care a adăugat umplutura, rulând apoi strâns cu ajutorul foliei. Rulada astfel obținută a fost rumenită într-o tavă, peste care s-a adăugat supa, apoi introdusă la cuptor pentru 20–25 minute la 180°C.

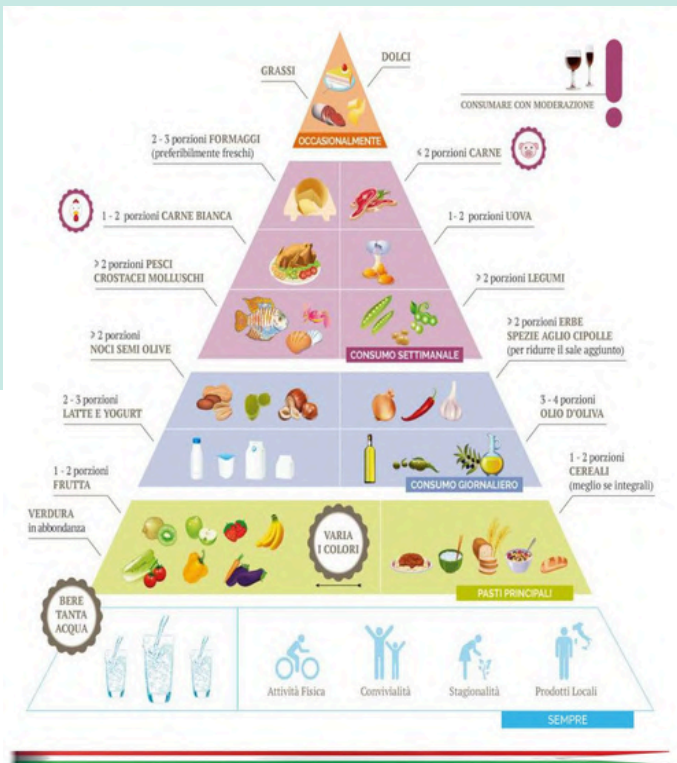
La finalul coacerii, s-a introdus un termometru în centrul preparatului, pentru verificarea temperaturii interne. Carnea de pasăre trebuie să depășească 75°C, deoarece la peste 76°C bacteriile de tip Salmonella sunt eliminate, motiv pentru care carnea de pasăre necesită o coacere mai îndelungată.

Rulada de prepeliță se porționează rece!

DORIN Viorica, director adjunct
MANTA Marian, chef
BARA Adriana, maistru instructor

Elevi:
TĂNASE Elisa Andreea, clasa a XI-a C
TUDOR Mihaela Alexandra, clasa a XI-a C





PI PALAZZO ITALIA Develop your business **PIRAMIDE ALIMENTARE** Marketing Italian Food Top Quality



2025 EDUCAȚIA ALIMENTARĂ

E TIMPUL SĂ MÂNCĂMI!



Alimentația corectă stă la baza sănătății și vitalității noastre.

Ghidul cel mai potrivit pentru un stil de viață corect.

GLOBAL SCHOOL PALAZZO ITALIA



Un sac gol nu poate sta în picioare



SĂ CĂUTĂM MEDICINA CORECTĂ ÎN PRODUSELE ALIMENTARE ȘI ÎN NATURĂ

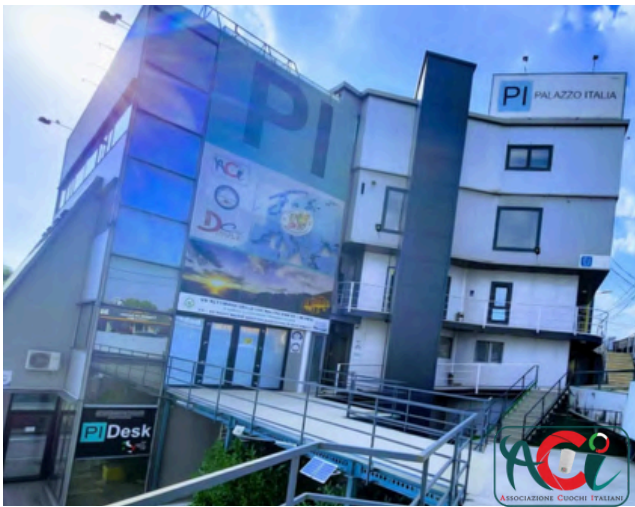


Mama, un punct de referință pentru o alimentație sănătoasă.

contact www.globalschool.ro
mail : globalschool@palazzoitalia.ro



PARTENER ÎN EDUCAȚIA ELEVILOR



Associazione Cuochi Italiani

Cu 30 de ani de experiență în domeniul culinar și o componentă de profesioniști și bucătari italieni remarcabili, precum bucatarul-șef Enza Barbaro, Giovanni Baldantoni și bucatarul-șef Pietro Benedetto, Asociația Bucătarilor Italiani a fost fondată în 2019, cu scopul principal de a sprijini și promova bucătăria mediteraneană și italiană, de a promova rolul bucatarului-șef ca susținător al sănătății și de a dezvolta proiecte de educație, informare și formare nutrițională în școli, la nivel național și internațional.

Prin participarea la proiectele desfășurate în parteneriat cu alte instituții de învățământ, asociația și-a propus ca elevii să-și îmbunătățească cunoștințele gastronomice și să adopte un stil de viață sănătos. De asemenea, elevii de la clasele de bucătari au avut posibilitatea să afle rețete tradiționale italiene și să participe la diferite programe și cursuri de informare, derulate la nivel național și internațional, să facă schimb de experiențe gastronomice. Alături de profesioniștii de la Asociazione Cuochi Italiani, elevii au avut posibilitatea să se pregătească pentru viitoarea carieră în domeniul HoReCa.

DI Giovany Baldantony a răspuns prompt solicitărilor ocazionate de organizarea activităților proiectului „Alimentatia sănătoasă”, fiind un partener important al școlii noastre.



DI Giovanni Baldantony este cunoscut pentru proiectele sale prin care promovează tradițiile bucătăriei mediteraneene și patrimoniul cultural al celor două țări. În cadrul Palazzo Italia București, au loc expoziții, evenimente artistice, conferințe și întâlniri.

Promovează dieta mediteraneană ca stil de viață echilibrat. Susține gastronomia sustenabilă, fiind preocupat de educația culinară în rândul tinerilor, valorificând propusele ecologice.

Prin proiectele sale culturale și culinare, el promovează o viziune modernă, responsabilă și accesibilă asupra modului în care mâncarea poate deveni atât sursă de sănătate, cât și expresie a identității culturale.

Susține activ ideile legate de hrana verde, susținând produsele locale încurajând totodată dialogul dintre tradiție și inovație.



Importanța alimentației sănătoase

Risipa alimentară

Piramida alimentară este un ghid nutrițional care ajută la menținerea unei diete echilibrate. Proteinele animale, inclusiv carnea de pasăre, carnea de vânat și ouăle, sunt esențiale pentru creșterea și repararea țesuturilor, susținerea funcțiilor enzimatice și producerea hormonilor. Totuși, este important ca acestea să fie consumate în mod echilibrat, alături de legume, fructe, cereale integrale și produse lactate, pentru a obține un aport complet de nutrienți.

RISIPA ALIMENTARĂ

Un aspect important legat de alimentația sănătoasă este evitarea risipei alimentare. Este esențial să planificăm mesele, să păstrăm corect alimentele și să folosim resturile alimentare în mod creativ pentru a reduce impactul asupra mediului. Risipa alimentară nu doar că are un impact economic, dar contribuie și la emisiile de gaze cu efect de seră și la pierderea resurselor naturale folosite în producția de alimente.

De ce este risipa alimentară o problemă?

- Planificare slabă a cumpărăturilor;
- Porții prea mari sau gătit în exces;
- Confuzie între etichetele „a se consuma până la” și „a se consuma de preferință înainte de”;
- Aspectul imperfect al legumelor și fructelor care sunt refuzate de comercianți;
- Depozitare incorectă acasă;
- Cumpără doar ce ai nevoie;
- Folosește resturile pentru alte preparate (supe, paste, salate);
- Depozitează corect alimentele (înfrigidare, congelare).
- **Aproximativ 1/3 din hrana produsă la nivel global se pierde sau se risipește.**
- **În Uniunea Europeană, fiecare persoană aruncă în medie aproximativ 70 kg de alimente pe an.**
- **Gospodăriile sunt responsabile pentru cea mai mare parte a risipei (peste 50%).**



Risipa alimentară este o responsabilitate a fiecăruia dintre noi ține de conștientizarea valorii hranei. În spatele fiecărui aliment se află munca fermierilor, consumul de apă, energie și resurse naturale. A arunca mâncarea înseamnă a irosi nu doar produsul în sine, ci și efortul și resursele consumate pentru a-l produce. Conștientizarea acestui fapt poate determina oamenii să adopte un comportament mai responsabil. Fiecare persoană are puterea de a face o schimbare, iar responsabilitatea individuală reprezintă primul pas în combaterea acestui fenomen.

Printr-o atitudine atentă, prin planificare și prin respect față de resurse, putem reduce semnificativ cantitatea de alimente irosite și putem contribui la un viitor mai sustenabil.

Simbolul păsării în literatură, artă și credințele populare românești

Fiecare viețuitoare are la bază caracteristici morfologice, mediul de viață, trăsăturile comportamentale care au determinat complexul magico-ritual și cultural în care a fost inclus de mentalitatea populară.

Sunt clasificate ca fiind prietene sau dușmane, încadrându-se în valori opuse: utile - inutile, folositoare - dăunătoare, curate - spurcate, (în plan alimentar și sacral), plăcute - neplăcute, care fac bine - care fac rău etc.

Păsările se bucură de o aură deosebită, pentru că ele evocă viața colectivității umane, regăsindu-se la granița dintre natură și cultură. Ele își pot permite să semene cu oamenii tocmai în măsura în care se deosebesc de ei.

Păsările sunt acoperite cu pene, sunt înaripate și sunt diferite de societatea umană. Păsările iubesc libertatea. Comunică cu membrii speciei ei prin mijloace acustice. Putem considera lumea păsărilor o societate umană metaforică.



ZILELE PĂSĂRII

DRAGOBETELE (24 februarie),

când începe împerecherea lor ;

BUNAVESTIRE (25 martie)

când se desleagă limba tuturor păsărilor cântătoare, când se termină ciclul înmulțirii și puii lor încep să zboare singuri.

*„Fă-mă, Doamne,
ce mi-i face.*

Fă-mă pasăre de-argint,

Cu aripile în vânt,

Ca să zbor,

Unde mi-i dor,

Și să trag,

Unde mi-i drag.”

(Al. Viciu)





Păsările sunt invidiate pentru darul cântecului. Glasul păsărilor, versul lor sugerează ideea că ele nu au un glas obișnuit (denotativ), ci unul poetic (conotativ), dominat de rigoare și frumusețe, de expresivitate afectivă. De aceea, omul se identifică deseori cu pasărea, preia stările ei sau o roagă să devină mesagerul stărilor lui.

Veșmintele variate și pitorești ale acestor viețuitoare au stârnit, la rândul lor, interesul și încântarea oamenilor; prin aceasta ele au intrat în sfera interpretărilor culturale. Legende exprima ideea că ele sunt un dar al lui Dumnezeu (fapt ce explică frumusețea și armonia culorilor).

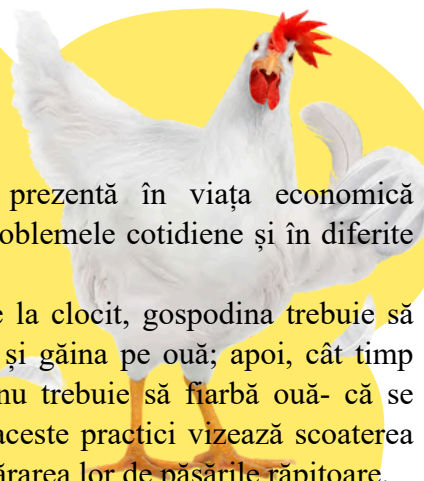
Viteza zborului stă la baza invocării păsării („măiastra”), ca mesager al gândurilor și sentimentelor. Pasărea reprezintă libertatea și fericirea ființei care nu suportă nicio îngrădire.

Găina este prezentă în viața economică a gospodăriei, în problemele cotidiene și în diferite ritualuri.

Când pune ouăle la clocit, gospodina trebuie să stea jos, ca să stea și găina pe ouă; apoi, cât timp clocește găina, ea nu trebuie să fiarbă ouă- că se sufocă puii. Toate aceste practici vizează scoaterea puilor în curte și apărarea lor de păsările răpitoare. În riturile de trecere găina ocupă un loc important, funcționând ca un mediator. În cadrul nunții există un moment al aducerii darului ritual al găinii.

Atât găina, cât și cocoșul se dau peste groapă pentru că fac drum sufletului. Găina este un însoțitor al omului rătăcit, intervenind mereu în depășirea diferitelor obstacole pe care acestea le întâmpină. Pentru toate faptele bune din lumea de dincolo, găina este protejată în lumea de aici.

Cei care fură găini sunt condamnați la o moarte grea. (Gorovei)



Viețuitoarele din preajma casei, cocoșul, găina, porumbelul, în relație cu omul și casa lui, semne și simboluri, semnificații în cultura populară

Cocoșul nu este numai un vestitor al luminii, ci și un ceasornic al oamenilor, prin puterea sa de a ritma scurgerea timpului, prin faptul că, dă semnale la intervale fixe (de la miezul nopții, până la ivirea zorilor). El nu cântă la întâmplare ca celelalte păsări care cântă în miezul nopții.

Cocoșul este pasăre credincioasă, năzdrăvană și este singurul dintre toate viețuitoarele, care vede noaptea când se deschide cerul și tot el aude toaca în cer. Când cântă noaptea de trei ori, alungă duhurile necurate.

Cocoșul apare frecvent în ritualurile de trecere. În „*Descrierea Moldovei*”, Dimitrie Cantemir consemnează obiceiul ca, spre sfârșitul nunții să se aducă un cocoș fript; în același timp, unul dintre nuntași „se ascunde sub masă și, imitând cântecul cocoșului, anunță că s-a făcut ziua.”



Cocoșul este un spirit protector. Chipul său este frecvent întâlnit în arta populară, pe ștergare și ii, pe vase de ceramică, ulcioare, pe creștetul casei sau în jucării.

COCOȘ – AROGANȚĂ, BĂRBĂȚIE, CURAJ, INTELIGENȚĂ, MÂNDRIE, O NOUĂ ZI, PREVESTITOR, VESTE BUNĂ, VIGILENȚĂ

COCOȘ CÂNTÂND – BUCURIE, FERICIRE, NOROC, SUCCES

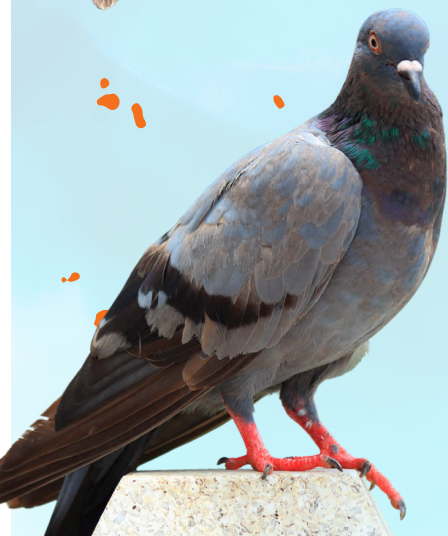
GĂINĂ – ABUNDENȚĂ

GĂINĂ CU PUI – FAMILIE, NOROC

**"CU ACEASTĂ FORMĂ
(OUL SAU ÎNCEPUTUL LUMII)
EU AȘ PUTEA SĂ MIȘC UNIVERSUL"**

„Pasărea este un simbol al zborului, care îl eliberează pe om din limitele materiei inerte. Sufletul și lutul formează o unitate. A rămas (din întreg) numai esența Păsării, ideea și spiritul ei: câteva linii și câteva curbe, care redau avântarea spre văzduh. I-am aruncat, deoparte, aripile și ciocul-ghearele și creasta, ochii și picioarele”

Constantin Brâncuși



Porumbelul

Pasăre plăcută lui Dumnezeu, atât de blândă și de nevinovată, încât e păcat s-o omori. Cu toate acestea „Să nu ții hulubi în casă, că ei trag a sărăcie.”

Porumbelul are un rol mesager, pasăre-ghid în Eneida, unde îi arată lui Eneas drumul spre creanga de aur. Pe pietrele funerare antice, prezența sa simbolizează sufletul celui dispărut. În mitologia noastră, el este aducătorul de vești bune și nu prevestește moartea cuiva.

Dragostea puternică este simbolizată printr-o pereche de porumbei albi.

**PORUMBELUL – BLÂNDEȚE, CREDINȚĂ,
DRAGOSTE, IUBIRE, MESAGER,
PACE, PURITATE, SUFLET.**

Bibliografie

- Coman, Mihai, Izvoarele miticului, București, Cartea românească, 1980;
- Stăncescu, Dumitru, Sora soarelui, București, Albatros, 1983;
- Coman, Mihai, Mitologia populară românească, București, Editura Minerva, voi. I, 1986.



*Pasărea Măiastră
- 1910*

Motivul păsării, care apare des cioplită în lemn, pe acoperișuri și pe porți, ca aducătoare de noroc, iar în muzica populară, o găsim în cântecul ciocârliei, este esențial în sculpturile brâncușiene.

Măiastra, nu este o pasăre obișnuită, ci una specială. Acest cuvânt măiastra, n-a existat decât în folclorul românesc, denumind o pasăre deosebită, miraculoasă, de proporții neobișnuite, luminând ca soarele ori ca focul și având un viers minunat.

Între 1910 și 1944, Brâncuși a creat 29 de pasări, căutând să exprime esența zborului, care simbolizează ascensiunea către spiritualitate și transcendență.

**„Eu nu creez Păsări
- ci zboruri”**

Constantin Brâncuși

Îndrumători:

NECHIFOR Lucreția, bibliotecar școlar/metodist
bibliotecă școlare, București, sector 5

POENARU Oana Maria, profesor de limba și literatura
română

Elevele: **ENE Miruna Iulia Alexandra**, clasa a X-a M
RADU Daniela-Mariana, X L



Păsări de curte

- ✓ Trăiesc în habitate antropice, create special pentru a le asigura confortul și productivitatea;
- ✓ Condițiile din adăposturi, temperatura, umiditatea, iluminatul și hrănirea, sunt strict controlate, ceea ce reduce presiunea factorilor naturali și elimină prădătorii;
- ✓ Incubație naturală sau artificială;
- ✓ Dietă omnivoră (grăunțe, verdețuri, furaje combinate);
- ✓ Din punct de vedere ecologic, păsările de curte au un impact redus asupra ecosistemelor naturale, deoarece sunt crescute în spații controlate. Totuși, gestionarea necorespunzătoare a dejecțiilor poate duce la poluare locală a solului și apelor.

În timp ce păsările domestice depind de om pentru hrană și protecție, cele sălbatice se bazează exclusiv pe adaptările lor naturale.

Reproducerea la păsările de curte este intens gestionată, iar la cele de vânat depinde de echilibrul dintre resurse și pericolele naturale.

Ecologia păsărilor de curte evidențiază o relație puternică cu omul și mediile controlate. În schimb, ecologia păsărilor de vânat subliniază adaptarea la medii variate și rolul important pe care aceste specii îi au în ecosistemele naturale.

Gestionarea responsabilă a ambelor categorii este esențială pentru menținerea bunăstării animalelor, dar și pentru echilibrul ecologic al habitatelor naturale.

Păsări de vânat

- ✓ Trăiesc în ecosisteme naturale variate: păduri, stufărișuri, pajiști, câmpii agricole;
- ✓ Aceste ecosisteme oferă atât hrană, cât și adăpost, însă expun păsările la numeroși factori de risc; schimbări climatice, prădători naturali;
- ✓ Dieta este extrem de diversă și adaptată mediului. Aceasta hrană naturală influențează direct sănătatea, reproducerea și densitatea populațiilor;
- ✓ Coloritul criptic servește ca mijloc de camuflaj;
- ✓ Cuibărit pe sol (fazan, potârniche) sau pe vegetație acvatică (rațe);
- ✓ Sunt un element cheie în lanțul trofic și pot servi drept indicatori ai sănătății habitatelor.

Respect pentru natură, grijă pentru păsări!



Colegiul Economic „Viilor”, București, sector 5

Îndrumător:

TOMESCU Liana, profesor de specialitate

Catedra de Alimentație Publică și Turism

Elevii: **NĂSTASE Nicoleta Daniela**, IX E

MUSCALU David Alexandru, IX E

BADEA Cătălin Ionuț, IX E

MIRCEA Ionuț Cosmin, IX E



Legume românești

Scopul nostru este să fim aproape de fiecare gospodărie și de orice fermier harnic pentru a garanta că alimentele lor vor ajunge cât mai repede cumpărate. Prin intermediul magazinelor LEGRO, atât fizic cât și online, aceștia pot comercializa și promova produsele mai ușor, având și un factor de predictibilitate al vânzărilor în fiecare sezon.

Fiind o piață de produse locale cu livrare la domiciliu, LEGRO se angajează să livreze doar produse de la fermierii și gospodăriile care respectă standardele noastre de calitate. Astfel, putem garanta un flux continuu de la fermă sau gospodărie către client sau abonat.



Pe lângă aplicația web, LEGRO beneficiază gratuit și de aplicația LEGRO livrări pentru telefonul mobil pe Android și Apple doar în magazinele Google Play și App Store.

Trimiteți comenzi direct către fermele și gospodăriile care livrează cu ajutorul nostru. Alegeți livrare individuală de la o singură fermă sau grupați produse de la mai multe ferme. Urmăriți comenzile și starea fiecărei comenzi în timp real direct din aplicație. Beneficiați de reduceri și oferte de fiecare fermă pentru produse de sezon.

Adăugați produse și categorii în propriul magazin online și primiți comenzile directe pe telefonul mobil. Urmăriți livrarea produselor dumneavoastră în timp real și vă bucurați de recenzii excelente primite de la cumpărare.

Împreună putem cuceri piața de alimente și produse cu specific local din România!

**Livrăm la tine acasă,
direct de la fermierii din zona ta!**

www.legro.ro



- Menținem legături strânse între fermierii și abonați datorită lanțului scurt de aprovizionare;
- Oferim încredere într-un serviciu unic de livrare, 100% românesc și de calitate;
- Creștem o comunitate sănătoasă pentru viitorul copiilor noștri și generațiile care vor urma;
- Susținem o agricultură sustenabilă, prietenoasă cu mediul înconjurător, fără pesticide și substanțe toxice;
- Împreună economisim timp, venind în ajutorul clientului și fermierului.



Dr. Alexandru HERPEAN - manager
Firma Legro - produse românești



SĂNĂTATE

Viata

ALIMENTE carne

spectacol

Bucurie

OUĂ



ECHIPA PROIECTULUI

Proiectul educațional „Alimentația sănătoasă, carnea de pasăre și de vânat. Ouăle”, Ediția a IV-a, a ajuns la final. După întâlnirile lunare în cadrul cărora au avut loc dezbateri despre creșterea păsărilor, necesitatea consumului de carne, identificarea proprietăților organoleptice, rețete de bucătărie, promovarea și comercializarea produselor din carne, ecologia, protecția păsărilor, protecția și siguranța alimentară, utilizarea materiilor prime și auxiliare, imaginea păsărilor în literatură, în artă și credințele populare românești, firme de exercițiu, tehnologii specifice de prelucrare a cărnii de pasăre, elevii, profesorii, partenerii educaționali și părinții, s-au întâlnit la Colegiul Economic Viilor, pentru a sărbători efortul tuturor celor implicați în proiect.

Într-o atmosfera de sărbătoare s-a desfășurat programul final: recital de poezie, dans, teatru „Lumea păsărilor”, „Vânătorii nepoftiți” și prezentări gastronomice.

La activitate au fost invitați dl Giovanni Baldantoni, partenerul proiectului de la Asociația Cuochi Italiani, dl Mierlea Sorin de la InfoCons - Asociație de Protecția Consumatorului și dl Alexandru Herepean de la Firma Legro-produse românești.

La final, toți elevii au primit diplome și cadouri tematice. Surpriza a fost revista concepută pentru elevii din ciclul gimnazial „Aripi de poveste-Amintiri din clasa a III-a”, care cuprinde compunerile elevilor despre păsări și fotografiile personale. Proiectul s-a încheiat cu dorința tuturor elevilor de a mai repeta această experiență. Fotografiile de la acest eveniment au fost realizate de artistul fotograf Roza Zah (Romică Zaharia). O zi de neuitat!





ȘCOALA GIMNAZIALĂ „LUCEAFĂRUL”, BUCUREȘTI, SECTOR 5





ȘCOALA GIMNAZIALĂ „LUCEAFĂRUL”, BUCUREȘTI, SECTOR 5





COLEGIUL ECONOMIC „VILOR”



Uneori, cele mai simple ingrediente sunt cele mai valoroase. Oul – un superaliment complet, versatil și mereu la îndemână. Fiert, poșat, la cuptor sau în omletă, aduce proteine de calitate, vitamine esențiale și energie curată.

Preparate simple, cu impact real în alimentație.



MASTERCLASS EDUCATIONAL

CHEF GIOVANNI BALDANTONI
SECRETAR ACI

TEME ABORDATE:

- Alimentatia corecta
- Medicina in alimente si natura
- Mama, punct de referinta pentru o alimentatie sanatoasa
- Risipa alimentara

DATA
24.05.2025
10.00 AM

LOCATIA
COLEGIUL ECONOMIC VIILOR BUCURESTI

Am experimentat, am învățat și am gătit împreună!
Oul a fost ingredientul vedetă în rețetele creative de azi, demonstrând cât de multe se pot face din lucruri simple, atunci când există pasiune, disciplină și colaborare internațională.

Educație alimentară, tehnici de gătit și spirit de echipă – zi de neuitat!





BUCĂTARIE, RAFINAMENT, PASIUNE
CREATIVITATE LA FOC MARE!



Elevii, Colegiului Economic „Viilor, viitori bucătari: (de la stânga la dreapta) Petre Mario-George-Daniel, Dinu Adrian-Geani, Petre Andrei Ionuț, Grigore Nicolas-Roberto, Mircea Patric-George, clasa a X-a E, Nicolescu David Tudor Florin, clasa a XI-a D și dl Giovanni Baldantoni, chef





COLEGIUL TEHNIC „VALTER MĂRĂCINEANU”, BUCUREȘTI, SECTOR 1



**MĂNÂNC SĂNĂTOS,
CA SĂ CRESC FRUMOS!**



COLEGIUL TEHNIC DE INDUSTRIE ALIMENTARĂ „DUMITRU MOȚOC”, BUCUREȘTI, SECTOR 5





Dna DORIN Viorica, director adjunct la Colegiul Economic „Viilor”





Găina bătrână face zeama bună!



Dispută păsărească

Două găini moțate,
După cocoș, cumnate,
Discutau în limba lor,
Despre educația puilor.

Una zicea - peste toate -

Că și-a învățat puii să înoate;

Cealaltă susținea că nu se poate.

Când discuția era în toi,

Interveni un rățoi

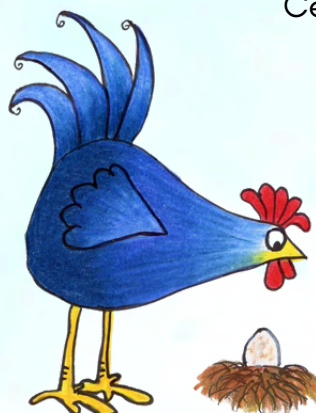
Care, cu oarecare fală,

Debită următoarea morală:

Totu-i posibil în viață,

Dacă clocești ouă de rață.

„A-nceput anul cocoș,
Cel puțin așa-i în China;
La noi, însă, e pe dos
Și cântă mai mult... găina!”



„Cavaler împintenat,
Sus, pe gard, stă cocoțat
Și tot strigă prin vecini
Că e șef peste găini!”





PROIECT EDUCAȚIONAL
FEBRUARIE-IUNIE 2025

ALIMENTAȚIA SĂNĂTOASĂ

CARNEA DE PASĂRE
ȘI CARNEA DE VÂNAT.
OUĂLE

Descarcă acum aplicația gratuită **InfoCons**



Disponibil în limba română
în toate țările lumii