**Объяснительная записка к проекту**

Приветствую рецензента нашего проекта. Хочу представить объяснительную записку нашей команды.

Тема нашего проекта: Мы столкнулись с проблемой питания подростков. В наше время школьники даже не задумываются, что едят и как это влияет на их организм. Скажем так, едят, что попало под руку. Это происходит, потому что у подростков мало времени, денег и информации о полезной пищи. Мы хотим это исправить и составить полезные перекусы для школьников в виде буклета. Это будет наш итоговый продукт.

В состав нашей команды входят ученицы 7 «Е» класса: Дудина Дарья, Мелконян Соня, Заруднева Ева и Подколзина Юлия. Руководитель проекта Подколзина Юлия, консультант Сумарокова Влада Фёдоровна.

Наш продукт представляет собой буклет, в котором написаны рецепты, выбранных нами блюд. Там указана стоимость, количество продуктов, а также подробно описаны все действия при готовке. Мы также написали пищевую ценность продуктов, и сколько времени займёт готовка. Наша команда постаралась сделать максимально подробное меню, чтобы у читателей не возникало вопросов.

Перед тем, как начать составлять меню мы провели два опроса и дегустацию. В первом опросе мы спросили людей из 5-9 классов про их питание. Мы спросили, чем они питаются в школе, чем бы они хотели питаться в школе, нравится ли им полезные или вредные перекусы? По результатам опроса мы выяснили, что большинство школьников питаются не полезными продуктами. И их все устраивает, потому что это «вкуснее», чем полезная пища. Поэтому мы постарались сделать одновременно вкусное и полезное меню и включить в него как можно больше блюд на любой вкус.

После этого опроса мы подобрали несколько рецептов, которые подходят по всем параметрам: вкусные, полезные, недорогие и быстро готовятся. Чтобы проверить это, мы устроили дегустацию с этими блюдами, а затем провели опрос, что понравилось ученикам 7 класса. Во время дегустации было много приятных комментариев по поводу наших блюд. И результаты опроса тоже были неплохими. Большинству понравилось то, что мы приготовили.

По результатам второго опроса мы отобрали продукты и составили меню с их рецептами.

С нашим меню школьникам будет намного проще полезно питаться. В меню все подробно расписано, поэтому школьники могут просто заглянуть в наш буклет и без особых усилий сделать то, что им больше понравится.