

**По инициативе
губернатора**

Краснодарского края

**А. Н. Ткачева реализуется
программа «Школьное молоко»**

«Пейте дети молоко – будете здоровы!»

Молоко— очень ценный продукт питания, так как содержит все необходимые питательные вещества, благоприятные для усвоения организмом. Молоко необходимо употреблять в пищу людям всех возрастов, особенно детям и пожилым. В состав натурального коровьего молока входят **белок, жир, молочный сахар, вода, кальций, фосфор, железо, витамины А, В, В₂, РР, С**. Молоко – это пища. Из него можно приготовить немало питательных продуктов, таких, как масло, творог, сметана, кефир, сырки, йогурт и т. д. В России с древних времен традиционным является коровье молоко.

Все молочные продукты следует держать в холодильнике или в холодном помещении, строго соблюдая сроки хранения. Например, при температуре +4...8 °С молоко можно хранить 20 ч, сметану — 72 ч, творог — 36 ч, сливочное масло — 10 дней.

Молочные комбинаты выпускают в продажу питьевое коровье молоко *пастеризованное* и *стерилизованное*, прошедшее термическую обработку. В герметичной упаковке стерилизованное молоко можно хранить в холодильнике длительное время.

Из молока можно приготовить множество вкусных питательных блюд: первые, вторые и сладкие кушанья, а также соусы. Молоко добавляют в хлебные и кондитерские изделия. Для этого оно проходит разные виды термообработки. Так, после длительной обработки (при температуре +95...98 °С) из пастеризованного молока можно получить топленое молоко.