**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №13 СТАНИЦЫ ТЕРНОВСКОЙ**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИХОРЕЦКИЙ РАЙОН**

**Муниципальный этап краевого конкурса**

 **«Разговор о правильном питании»**

**Номинация: Конкурс семейной фотографии «Щи да каша – и не только … Пословицы и поговорки о питании»**

**«Жизнь без борща, что уха без леща»**

Автор: Коршиков Артём

ученик 6 «Б» класса

Руководитель: Коршикова Н.А.,

учитель МБОУ СОШ№13

ст.Терновской

2017 год

Тихорецкий район

**Номинация конкурса семейной фотографии**

**«Щи да каша – и не только… Пословицы и поговорки о питании»**

**«Жизнь без борща, что уха без леща»**

**Описание:** данная пословица относится к культуре русского народа.

В моей семье восемь человек: мама, папа, две бабушки, дедушка, дядя, сестра да я. Мои родители – потомственные казаки, поэтому в нашей семье свято чтут заповеди предков, передают из поколения в поколение традиции народа Кубани. Так, вот уже около 200 лет, передается от родителей детям семейный секрет приготовления изумительно вкусного борща с грибами, привезенного  из Рязанской губернии прадедом-казаком   на Кубань.

Одной из традиций в нашей семье является совместная вечерняя трапеза (ужин). За столом, когда мы начинаем болтать, отец всегда говорит: Ешь борщ с грибами, да держи язык за зубами! Мои родители, как «Два гриба в одном борще» - все у них спорится.

Я очень люблю готовить и перенимаю секреты кулинарного искусства у родителей. Так приготовлению настоящего кубанского борща меня научила бабушка Зинаида Филипповна – учитель истории. Она рассказывала, что этот борщ больше века назад сформировали три условия: летний зной, отсутствие холодильников и нехватка топлива в степи. Весь секрет в особом подборе ингредиентов, способах их нарезки, и очередности закладки в кастрюлю.

 Поэтому его можно в любое время дня, как холодным, так и горячим – всегда польза будет (летом – освежит, зимой – согреет, а после тяжелой работы – восстановит силы).

Сытный, ароматный, ярко-оранжевый, кисло-сладкий, изумительный и с каждой ложкой всегда разный кубанский борщ!

Я так понимаю: будущий глава семьи должен не только ее обеспечить, но, если придется, и накормить! На это мой дедушка однажды сказал: «Назвался грибом, полезай в борщ»!

Я еще не знаю, какой путь выберу в жизни, но точно уверен, что в моей семье всегда будет на столе борщ, ведь если есть «Борщ и капуста — в доме не будет пусто»!

**Сведения о семье.**Автор - Коршиков Артём Андреевич

**На фото:**

Мама – Коршикова Наталья Анатольевна

Папа – Коршиков Андрей Николаевич

Сестра – Коршикова Анна Андреевна

Я – Коршиков Артём Андреевич

**Домашний адрес:** Краснодарский край, Тихорецкий район, станица Терновская, ул. Ленина,41

**Контактный телефон**– 8(918)35-66-397 (мама - Коршикова Наталья Анатольевна)

**МБОУ СОШ№13 ст.Терновской *-*** муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №13 станицы Терновской муниципального образования Тихорецкий район