

АНАЛІЗ СТРУКТУРИ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ

Красівська С.П., асп., Стеценко Н.О., канд. хім. наук, доц.
Національний університет харчових технологій

Повноцінне харчування студентів вищих навчальних закладів – одна з найважливіших проблем сьогодення, яка формує здоров'я і добробут нації в цілому. Оцінка фактичного харчування студентів показала, що харчовий раціон студентів не забезпечує адекватних потреб в енергії, не оптимальний по вмісту жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів. Порушене співвідношення основних поживних речовин. За макрота мікронутрієнтним складом добовий раціон харчування студентів не збалансований: недостатня кількість кальцію, заліза, вітамінів А і С, надлишкова кількість калію та натрію, порушені співвідношення між кальцієм, фосфором і магнієм, значним є дефіцит біофлавоноїдів.

Отримані дані свідчать про необхідність термінової корекції раціонів студентів, наприклад, за рахунок розширення виробництва та використання функціональних інгредієнтів у складі традиційних харчових продуктів. Дикорослі ягоди (а саме ягоди калини, бузини, малини, чорниці, обліпихи, смородини та чорноплодної горобини), якими багаті сировинні ресурси України, є справжньою скарбницею біологічно активних речовин (БАР). Вони володіють чітко вираженою фізіологічною дією на людський організм. Природні запаси дозволяють не тільки заготовляти їх для місцевих потреб, але й використовувати у промисловому масштабі. Враховуючи хімічний склад та лікувально-профілактичну дію дикорослих ягід, використання їх при виробництві харчових функціональних інгредієнтів дозволить збагатити харчові продукти біологічно активними речовинами та підвищити антиоксидантні властивості харчових продуктів.

Одним з найбільш ефективних способів переробки рослинної сировини є її переведення в екстракційні препарати, які представляють собою комплекс біологічно активних речовин в концентрованому вигляді. Тому актуальним та своєчасним завданням є розробка нових способів отримання екстрактів як з висушеної, так і з попередньо замороженої рослинної сировини. Комплексне використання рослинних сировинних ресурсів на основі раціонального поєднання традиційних та нетрадиційних видів сировини є підґрунтям для створення технологій якісно нових харчових продуктів з цілеспрямованою зміною хімічного складу, що відповідає потребам організму людини, в тому числі продуктів для профілактики різноманітних захворювань та зміцнення захисних функцій організму сучасних студентів.

НОВІ ТЕХНОЛОГІЇ СОЛОДКИХ СТРАВ ПІДВИЩЕНОЇ БІОЛОГІЧНОЇ ЦІННОСТІ НА ОСНОВІ ФРУКТОВО-ЯГІДНИХ КРІОДИСПЕРГОВАНИХ НАПІВФАБРИКАТІВ

Крячко Ю.О., гр. ТХ1-08
Науковий керівник – ст. викл. О.В. Жулінська
Харківський торговельно-економічний інститут КНТЕУ

Необхідність розробки раціональних технологій та впровадження нових сучасних методів обробки, теплових методів, створення рецептур страв має велике значення не тільки для життєдіяльності людини, а і для підвищення рівня цивілізації країни в цілому. Тому метою нашого дослідження була розробка технології функціонального продукту харчування на основі біологічно цінних продуктів вакуумно-замороженої рослинної сировини, конкурентної на сучасному українському ринку солодких страв. У цієї розробці ми застосували біологічно цінну і економічно доступну сировину.

Технологічний процес отримання самбуків здійснюється у наступній послідовності: підготовка сировини (розморожування кріоконцентрату), приготування рецептурної суміші самбуків, збивання, охолодження, реалізація та зберігання.

Основна умова технологічного використання кріоконцентратів – не піддавати їх високим температурам для збереження біологічно активних речовин. Застосування кріоконцентратів дозволило значно підвищити їх біологічну цінність. Збивання суміші для фруктово-ягідних самбуків тривало від 15 до 20 хвилин при 180 до 220 обертів за хвилину. Процес утворення пінної структури суміші розробленої технології відбувається швидше ніж традиційної. Були проведені дослідження коалісценції структури самбуків на основі традиційної та кріодиспергової сировини. Інтенсивність зміни міцності пінної структури в традиційних технологіях самбуків вище ніж в розроблених. Проведені дослідження дозволяють стверджувати, що розроблені солодкі страви, виготовлені з використанням кріоконцентратів мають більш високу біологічну активність за рахунок загального зростання вмісту вітамінів, мінеральних речовин, харчових волокон у порівнянні з нетрадиційними виробами, мають високі органолептичні властивості і густина структури в розроблених технологіях нижче і коливається в межах $(0,28...0,325) \cdot 10^{-3}$ кг/м³, а в традиційних $(0,35...0,37) \cdot 10^{-3}$ кг/м³. Технологію виготовлення самбуку фруктового на основі кріоконцентратів можна використовувати в підприємствах ресторанного господарства.