

## ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РЕКОМЕНДОВАНИХ ВЕЛИЧИН СПОЖИВАННЯ НУТРИЄНТІВ ДЛЯ ЛЮДЕЙ РОЗУМОВОЇ ПРАЦІ В УКРАЇНІ ТА ЗА КОРДОНОМ

Магалецька І.А.

Науковий керівник – д-р техн. наук, проф. **М.І. Пересічний**  
Київський національний торговельно-економічний університет

Кожна країна в якості основи своїх методичних рекомендацій щодо харчування для певної групи населення використовує норми для людей з визначеною активністю, віком, масою, що ґрунтуються на наукових даних міжнародного наукового співтовариства.

Здійснено аналіз рекомендованих величин споживання харчових речовин для людей розумової праці, прийнятих у Всесвітній організації охорони здоров'я (ВООЗ), Україні, Російській Федерації, Японії та Об'єднаному Королівстві Великобританії. Ці величини є стандартами, або еталонами, за яким можна оцінювати достатність раціонів харчування людей, кількісно вимірюваних в ході дослідження споживання харчових продуктів.

Згідно з рекомендаціями ФАО/ВООЗ та російських вчених норми поживання білка для людей розумової праці вищі (95,6 та 94 г) за українські та японські. Крім того, норми споживання білка для жінок в усіх аналізованих країнах нижчі на 20–25%.

Рекомендовані величини споживання жирів ВООЗ та України практично не відрізняються (85 та 84 г для чоловіків, 64 та 69 г для жінок відповідно).

Норми споживання вуглеводів у країнах ФАО/ВООЗ становить 60% від загального раціону, в той час як в Україні та Росії 75 та 70%.

Загальне співвідношення білків:жирів:вуглеводів встановлене Всесвітньою Організацією охорони здоров'я становить (%) 18:16:66. В українських нормах це співвідношення складає 13:13:75, російських 14:16:70. Найменші кількості споживання вітамінів рекомендовані ВООЗ. В Україні, Росії, Японії та Великобританії ці величини менші. Так добова потреба у тіаміні (В<sub>1</sub>) за даними ВООЗ 1,1...1,2 г, тоді як в Україні та Росії 1,6...1,3 та 1,5...1,5 г відповідно. Підвищена рекомендована норма у споживанні йоду в Україні (150 мг), Росії (150 мг) та Японії (140 мг) викликана підвищеною небезпекою ураження радіоактивним йодом.

Проведений аналіз вказує на необхідність корекції встановлених в Україні норм фізіологічних потреб, враховуючи позитивний досвід країн з вищим рівнем тривалості життя населення.

### РЕОЛОГИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА РЫБНЫХ БЕЛКОВЫХ МАСС

Маевская Т.Н., асп.

Научный руководитель – канд. техн. наук, доц. **А.С. Виннов**  
Национальный университет биоресурсов и природопользования Украины

В технологии структурированных рыбных продуктов используют различные добавки, внесение которых позволяет получить продукт с заданными характеристиками.

Для оценки эффективности использования в качестве таких добавок солей щелочных и щелочноземельных металлов в работе были определены показатели прочности непромытых рыбных белковых масс (табл.) и их влажность. Определение прочности белковых масс производилось на приборе Валента до и после термической обработки в течении 10 мин при 50° С.

*Таблица – Прочность рыбных белковых масс*

Образец фарша	Массовая доля влаги, %	Прочность, г	
		до термической обработки	после термической обработки
Контроль без добавок	0,860	252,77	1224,9
с хлоридом натрия 3%	0,816	236,397	1633,3
с хлоридом калия 3%	0,812	215,761	1735,1
с хлоридом кальция (Ca <sup>2+</sup> 80 ммоль/кг)	0,846	206,612	742

Из полученных результатов исследований следует, что термически необработанные рыбные непромытые белковые массы (рыбные фарши) имеют самую высокую, по сравнению с образцами, в которые вносили добавки, прочность.

После термической обработки ситуация существенно изменяется – наивысшую прочность имеет белковая масса с внесением хлорида калия, а самую низкую – образец с хлоридом кальция.

Из анализа представленных результатов можно предположить, что наиболее целесообразно в технологии непромытых рыбных белковых масс использовать хлорид калия в количестве 3%.