

**К.В. Свідло**, канд. техн. наук (*ХТЕІ КНТЕУ, Харків*)

**А.А. Шевченко**, магістрант (*ХТЕІ КНТЕУ, Харків*)

## **ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ДІСТИЧНИХ ДОБАВОК РОСЛИННОГО ПОХОДЖЕННЯ У ВИРОБНИЦТВІ КОНДИТЕРСЬКИХ ПРЯНИКОВИХ ВИРОБІВ ГЕРОДІСТИЧНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ**

Один з головних чинників здоров'я нації – це раціональне харчування, що забезпечує нормальний розвиток і життєдіяльність організму, функціонування внутрішніх органів і систем, що сприяє поліпшенню здоров'я людини і профілактиці захворювань. Існуюча концепція раціонального харчування передбачає щоденне надходження в організм людини усіх поживних речовин згідно добової потреби та відповідність харчового раціону енерговитратам організму людини старшого віку. Харчування людей похилого віку має свої особливості, які вивчає наука геродієтетика. Як відомо [1], для людей цього віку характерне зниження життєвої активності, інтенсивності обміну речовин, що супроводжується порушеннями систем організму і призводить до виникнення віко залежної патології, такої як атеросклероз, інші хвороби серцево-судинної системи, цукровий діабет, надмірна маса тіла.

Харчування повинно підтримувати нормальний фізіологічний стан і працездатність людей старшого віку. З точки зору геродієтетики, їжа є складним хімічним комплексом речовин, який містить основні і допоміжні компоненти, здатні сприяти відновленню роботи пошкоджених органів і систем й профілактиці вікозалежної патології [2]. Важлива роль належить таким речовинам, як вітаміни, мінеральні речовини і харчові волокна, що здатні активно впливати на здоров'я людини, знижувати рівень або запобігати впливу на організм шкідливих факторів навколишнього середовища. Ефективним і доступним способом поліпшення забезпеченості населення в нутрієнтно адекватних харчових продуктах є впровадження сировинних джерел та дієтичних добавок, які містять харчові волокна, вітаміни і мінеральні речовини.

Пряникові вироби – велика група борошняних кондитерських виробів, яка характеризується популярністю у всіх верств населення, достатнім асортиментом, а також невеликою вартістю виробів. Рецептурний склад пряників піддається регулюванню, що дозволяє створювати продукти, які відповідають традиційним вимогам до споживчих властивостей і сучасним уявленням геродієтетики.

Використання сировинних джерел рослинного походження дозволяє вплинути на обмін речовин, прискорити процес просування їжі, активізувати і стабілізувати роботу шлунку і кишечника, виводити шлаки і токсини, знижувати вміст цукру і холестерину в крові, що значно попереджує розвиток атеросклерозу та знижує ризик серцево-судинних захворювань [3].

Клітковина зародків пшениці, насіння гарбуза і ядер волоського горіха є сировиною, що адекватна потребам і особливостям організму старіючої людини та виробляється вітчизняними виробниками.

У вищеперерахованих дієтичних добавках крім харчових волокон у високих концентраціях представлені органічний селен і каротиноїди, які мають антиоксидантні та радіопротекторні властивості. Клітковина ядер волоського горіха також цінна завдяки наявності в ній ненасичених жирних кислот  $\omega$ -3,  $\omega$ -6 та  $\omega$ -9, мінеральних речовин (магнію, міді, калію, кальцію, заліза, фосфору, йоду і цинку), водо- і жиророзчинних вітамінів, що поліпшують роботу мозку та сприяють зняттю втоми, нервозності й підвищенню імунітету. Клітковина насіння гарбуза містить вітаміни групи В, аскорбінову кислоту, ненасичені жирні кислоти, каротиноїди, флавоноїди, макроелементи (калій, органічний цинк, кальцій, фосфор, залізо) та має протизапальну, антигельмінтну дію.

Введення клітковини в рецептуру пряникових виробів з частковою заміною борошна збагачує вироби харчовими волокнами, вітамінами, макро- і мікроелементами, додає нових функціональних властивостей, розширює асортимент пряникових виробів геродієтичного призначення. Моделювання рецептур гарбузового, медово-імбирного і житньо-пшеничного пряників з використанням вищезазначених дієтичних добавок дозволило отримати вироби, які відповідають формулі продукту геродієтичного призначення.

#### *Список літератури*

1. Фролькис В.В. Физиологические механизмы старения. – Л.: Наука, 1982. – 228 с.
2. Morley John E., Thomas David R. Geriatric Nutrition. – NY: CRC Press, 2007. – 590 p.
3. Romano A. [et al.]. Effects of dietary fiber on structure formation in bread during baking process/Annalisa Romano, Elena Torrieria, Paolo Masi, Silvana Cavella // Proceedings of 11-th International Congress on Engineering and Food “Food Process in Changing World”, Greece, National Technical University of Athens, School of Chemical Engineering. - 22-26 May 2011. – Athens: NTUA, School of Chemical Engineering. – P.2069–2070.