

Технологія продовольчих товарів

Дітріх І.В.

доцент, кандидат хімічних наук;

Ткачук М.В.

магістр готельної і ресторанної справи.

Національний університет харчових технологій

Суп-пюре із броколі з м'ясом перепелів «Вітамінчик»

Ключові слова: харчування, раціон, дослідження, дитяче харчування, білки

Результати досліджень фактичного стану харчування населення в різних регіонах України свідчить про те, що структура харчування і харчовий статус як дитячого, так і дорослого населення характеризуються серйозними порушеннями. Серед них дефіцит біологічно повноцінних білків; поліненасичених жирних кислот; вітамінів С, групи В, Е, фолієвої кислоти, ретинолу, β -каротину; макро- і мікроелементів: Са, Fe, Zn, F, Se, I та ін.; харчових волокон [1].

Нестача білка, який є основним пластичним матеріалом організму, що росте, викликає суттєві порушення в будові та функціях дитячого організму, його імунній системі. У віці від 3 до 7 років діти повинні отримувати протягом доби близько 3,5 г білка на кг маси тіла. Добова потреба в білку дітей 3-7 років близько 65 г. Сучасні дослідження засвідчують, що не менше 50% білків раціону мають становити білки тваринного походження [2].

В зв'язку з вище викладеним, метою роботи є розроблення рецептури страви функціонального призначення для дітей віком від 3 до 7 років, яка б забезпечувала від 30 до 40% норми білків у їхньому денному раціоні.

Виходячи з цього була розроблена рецептура супу-пюре «Вітамінчик» з броколі, збагаченого м'ясом перепелів.

У процесі проектування функціональної страви за основу прийнято традиційну технологію супу-пюре із броколі. Хімічний склад капусти броколі викладений у табл. 1.

Таблиця 1

Хімічний склад капусти броколі [3]

Вміст компонентів	на 100г капусти/мг
Білки	3
Жири	0,4
Вуглеводи	2,4
Аскорбінова кислота	150
Каротин	3
Калій	0,37
Кальцій	0,95
Фосфор	0,16
Ккал	34

Також потрібно провести аналіз складу сировини, яка буде використана для збагачення основної страви. М'ясо перепелів – один з найбільш цінних білкових продуктів, що є найважливішим джерелом повноцінного білку тваринного походження та ліпідів з високим рівнем незамінних жирних кислот. Хімічний склад даного м'яса представлений у табл. 2.

Таблиця 2

Хімічний склад м'яса перепелів [4]

Вміст компонентів	На 100г/мг
Білки	21,76
Жири	4,53
Вуглеводи	0,1
Ккал	113

На основі цієї сировини складена технологічна карта на функціональну страву, яка наведена у табл. 3.

Таблиця 3

Технологічна карта на суп-пюре «Вітамінчик»

№	Назва сировини	Брутто, г	Нетто, г	Нормативна документація
1	Капуста броколі	110	100	ДСТУ 7061:2009
2	Цибуля ріпчаста	71	60	ДСТУ 3234-95
3	М'ясо перепелів	130	110	ДСТУ 3143-2013
4	Борошно пшеничне	40	40	ДСТУ 46.004-99
5	Масло вершкове	20	20	ДСТУ 4399:2005
6	Молоко	100	100	ДСТУ 2661:2010
7	Яйця курячі	¼ шт.	¼ шт.	ДСТУ 5028:200
8	Сіль кухонна	10	10	ДСТУ 3583: 97
9	Перець чорний мелений	3	3	ДСТУ 29050-91
	Вихід порції		250	

Технологічна схема приготування супу-пюре «Вітамінчик» надана на рис. 1

Технологія приготування

М'ясо перепілки миють, очищають від плівки, жиру та хрящів (кісток), підсушують. Цілим шматком поміщають у воду та варять до готовності. Броколі й цибулю миють та очищають. Нарізають дуже дрібно, пасерують та припускають до готовності в бульйоні. Готові овочі протирають крізь м'ясорубку 1-2 рази до утворення однорідної маси, без грудочок. Готують білий соус на основі бульйону та додають до нього протерті овочі,

доводять до кипіння та варять 2-3 хвилини. Зварене м'ясо перепелів нарізають дрібними кубиками, з'єднують з бульйоном та перебивають блендером до утворення однорідної маси.

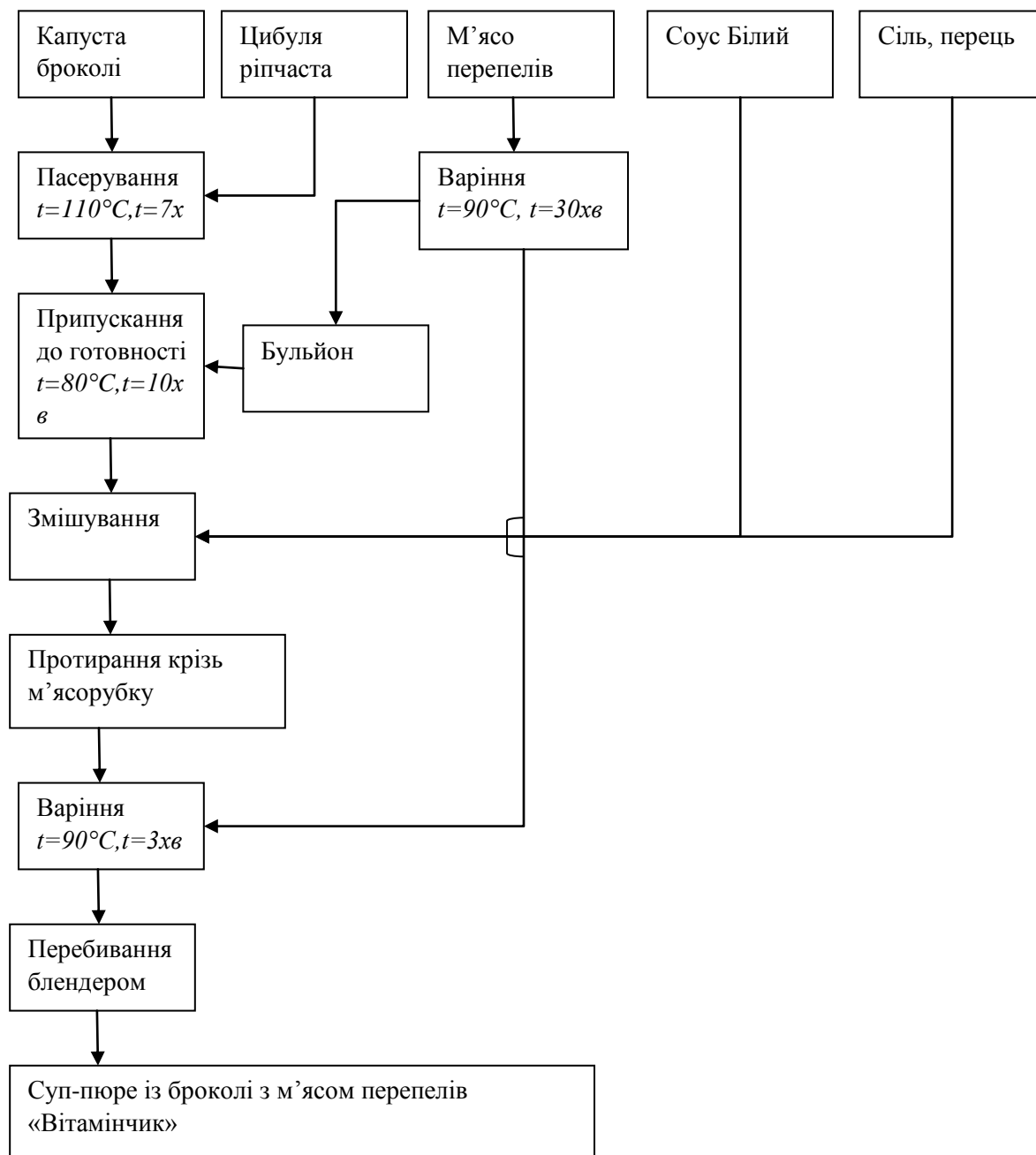


Рисунок 1. Технологічна схема приготування супу-пюре «Вітамінчик»

Органолептичні показники

Зовнішній вигляд – протерта маса, без грудочок.

Консистенція – однорідна, еластична, ніжна.

Колір – світло-зелений.

Смак та запах – ніжні, притаманні інгредієнтам.

Таким чином була розроблена технологія першої страви функціонального призначення для дітей віком від 3 до 7 років, що забезпечує 36,7% денної норми білка.

Список літератури:

1. Технологія продуктів харчування функціонального призначення: монографія / М.І.Пересічний, М.Ф.Кравченко, Д.В.Федорова та ін.; за ред. М.І.Пересічного. — Київ : КНТЕУ, 2008. — 718 с.
2. Збірник рецептур страв(технологічних карт) для лікувально-профілактичного харчування з використанням біологічно активних добавок/ В. П. Кульчицька, П. А. Карпенко, М. Ф. Кравченко, О. М. Григоренко. — К. : Чорнобильінтерінформ, 1996. — 136с.
3. [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://babushkinsad.kiev.ua/2015/01/29/543.html> (Дата звернення 27.11.2016).
4. Тетяна Шевченко, Василь Пасічний, Аль-Хашимі Хайдер, Юлія Єлинець, Дмитро Гармаш / Хіміко-технологічні показники м'яса перепелів та перспективи його використання // <http://dspace.nuft.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/16185/1/245.pdf> (Дата звернення 28.11.2016).