

44. РОЗРОБКА М'ЯСНИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ ОЗДОРОВЧО-ПРОФІЛАКТИЧНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ

Л.В. Пешук, О.Є. Москалюк, О.І. Гащук

Національний університет харчових технологій

Ринок дитячого харчування є складним і водночас вкрай важливим, бо від якості й безпечності представленої на ньому продукції залежить гармонійність розвитку дитини, здоров'я людини, майбутнє нації. Продукти харчування для дітей, за призначенням (залежно від фізіологічних і біохімічних особливостей дитячого організму і віку) діляться на такі групи: дошкільне харчування – для дітей перших 6-ти місяців життя; для дітей у віці від 6 місяців до 1 року; для дітей у віці від 1 року до 3 років; для дітей у віці від 3 до 6 років, та шкільне харчування – для дітей у віці від 6 до 18 років. Шкільне харчування поділяють: для дітей молодшого (від 6 до 10 років), середнього (від 11 до 13 років) і старшого шкільного віку (від 14 до 18 років).

Сучасне навчання у школі вимагає високого розумового та фізичного навантаження й супроводжується значними енерговитратами. За останніми даними ВООЗ, здоров'я дитини на 15 % залежить від організації медичної служби, на 25 % — від генетичних особливостей і на 60 % — від збалансованого харчування. Правильний раціон дозволяє підвищити працездатність дитини та рівень засвоєння корисної інформації. Харчування впливає на належний розвиток системи травлення, шлункового тракту, нервової, кістково-м'язової системи.

Для росту та забезпечення нормальної життєдіяльності організму неабияке значення має режим харчування, який включає дотримання помірності їжі, її різноманітності та графіку споживання. Їжа дітей повинна мати відносно більшу енергетичну цінність, оскільки на кожний кілограм маси тіла дитині потрібна більша кількість енергії, ніж дорослій людині. Так само й одноманітна їжа не може задовольнити потреби організму: йому потрібно збалансувати тваринну та рослинну їжу для необхідної оптимальної кількості білків, жирів і вуглеводів, мінеральних речовин і вітамінів.

Одним з шляхів створення нових м'ясопродуктів підвищеної харчової цінності є комбінування тваринної з сировиною рослинного походження. При проектуванні нових видів м'ясних виробів перш за все враховується той факт, що їжа є джерелом не тільки енергії, але й пластичних речовин, які необхідні для побудови і відновлення білкових структур організму, а також вітамінів і мінеральних солей, без яких неможливі нормальні обмінні процеси. Направлене комбінування вихідних рецептурних інгредієнтів дозволяє збагатити м'ясопродукти нетрадиційними нутрієнтами, харчовими волокнами, які сприяють регуляції холестеринного обміну, сорбції і виведенню із організму токсичних речовин.

Проаналізувавши біологічну цінність рослинної сировини було створено комбіновані модельні системи із курячого м'яса, пасти грибів гливи, пюре капусти броколі та топінамбуру. Для визначення оптимального рівня заміни м'яса на рослинну сировину нами були проведені дослідження її впливу на якість модельних систем. За результатами органолептичної оцінки, яка є вирішальною і переважно кінцевою при визначенні якості продукту, особливо нових виробів виявили, що при розробленні рецептур сосисок необхідно вносити рослинну сировину у кількості: паста з грибів гливи – 10%, пюре капусти броколі - 10%, топінамбур – 12%.

В результаті досліджень було розроблено сосиски з використанням рослинної сировини для харчування дітей шкільного віку. Запропоновані м'ясопродукти дозволять збагатити і урізноманітнити раціон школярів необхідними нутрієнтами (амінокислотами, харчовими волокнами, вітамінами, мікроелементами: селеном, кремнієм, калієм, кальцієм, йодом, залізом), які відіграють визначальну роль у розвитку та формуванні організму дитини.