

29. Розроблення рецептури молочної каші «Лунтик» з додаванням злакових культур

Ольга Домчук, Світлана Камінська

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

Вступ. Молочні каші для дітей користуються великою популярністю, відрізняються високою харчовою і біологічною цінністю. Крім злаків такі продукти можуть містити молоко та натуральні домішки, що поліпшують травлення та допомагають організму дитини правильно розвиватися.

Матеріали і методи. Нами було розроблено кашу молочну для дитячого харчування з додавання кукурудзяного та рисового борошна. Для оцінки доцільності використання цих інгредієнтів використовували загальноприйняті методи досліджень, серед яких титриметричні, рефрактометричні, фотоколориметричні, органолептична оцінка та розрахункові методи.

Результати. Для виготовлення молочної каші «Лунтик» ми підібрали такі компоненти: молоко знежирене 2,5% (73%), бананове пюре (5%), пюре абрикосу (5%), рисове борошно (5%) та кукурудзяне (5%), вершки знежирені 10% (3,2%) фруктоза (2%), мальтодекстрин (1%), пребіотик — інулін — (0,8%).

Рисове борошно - тип борошна, вироблений із зерен рису. Рисове борошно є джерелом рослинного білка, повноцінного за амінокислотним складом, містить натрій, калій, магній, фосфор, вітаміни В1, В2 і РР. Борошно з рису не містить глютен - білок, який є для великої кількості дітей найсильнішим подразником органів травлення і джерелом важких алергічних реакцій (целиакії). За біологічною цінністю білка, вмістом крохмалю, рисове борошно займає провідне місце серед інших видів злакового борошна. Борошно із зерна рису - джерело широкого спектру природних мікроелементів, вітамінів і мінеральних речовин, що робить рисове борошно виключно корисним для харчування людей різного віку, і особливо дітей. Відмінною особливістю рисового борошна є те, що воно відноситься до крохмалевмісної (близько 80%) сировини, у якій відсутня клейковина

Кукурудзяне борошно є продуктом помолу висушених зерен кукурудзи. У зернах кукурудзи міститься до 61,6% крохмалю, 4,2-4,75% жирів, близько 100 мг% вітамінів групи В, ніотинова кислота, біотин і деякі мінеральні речовини, в тому числі цинк. Кукурудза не містить глютен. Завдяки значній кількості заліза в її складі, а також наявності вітаміну РР і натрію, кукурудза запобігає можливість розвитку анемії, сприяє розвитку м'язової функції і допомагає роботі кишківника.

Коров'яче молоко – це справжній коктейль з поживних речовин. Воно складається з понад 200 компонентів: 83-89% води, білків, жирів, вуглеводів, всіх видів вітамінів і біологічно активних речовин. Розроблена нами молочна каша містить вітаміни групи В і тіамін, необхідні для зміцнення нервової системи, 18 амінокислот, вітаміни РР, Е, К, А, мікроелементи, особливо селен, що сприяють нормальному розвитку маленького організму; покращує склад крові; приємна на смак і швидко насичує; зміцнює зуби, ясна, кісткову тканину; стимулює ріст волосся; очищає організм від токсинів, нормалізує роботу кишечника; зміцнює імунітет; має заспокійливу дію; позитивно впливає на стан шкіри,

Висновки. Нами було створено молочну кашу «Лунтик», яка є джерелом енергії, рослинних білків, вітамінів групи В і різних мінералів. Вводиться каша в раціон дитини в період від 6-ти місяців. З цього віку дитина починає більше рухатися і витрачає більше енергії, тому йому необхідна більш калорійна їжа.