

УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ СІЧЕНИХ НАПІВФАБРИКАТІВ З МЕТОЮ ПРОФІЛАКТИКИ ЙОДО- ТА СЕЛЕНОДЕФІЦИТУ

**Галенко О., магістрант факультету ТЦММ
Національний університет харчових технологій, м. Київ**

Раціональна організація харчування людини є однією з найважливіших умов, які визначають стан її здоров'я, тривалість життя, працездатність, причому важливу роль відіграє якість харчування.

Радіоактивне забруднення територій, а потім і харчових продуктів, ізотопами йоду, цезію, стронцію, призвело до розвитку і збільшення хвороб щитовидної залози, серцево-судинної системи, гормональної системи, онкологічних та інших захворювань.

Виходячи з викладеного, на кафедрі технології м'яса, м'ясних та олісжирових продуктів університету були розроблені січені напівфабрикати на основі м'ясної та рибної сировини з використанням морських водоростей цистозіри чорноморської та фукусу, вивчені втрати йоду та селену під час термічної обробки. Розроблені продукти збагачені йодом, незамінними амінокислотами і жирними поліненасиченими кислота-

ми, володіють підвищеною харчовою, лікувально-профілактичною та біологічною цінністю, їх можна застосовувати у масовій, груповій та індивідуальній профілактиці дефіциту йоду.

До складу рецептур розроблених січених напівфабрикатів входить м'ясо риби, м'ясо куряче, свинина напівжирна, ячмінь ССО, картопля, яйця, цибуля, морква, масло вершкове, хліб, гідратовані водорості цистозіри чорноморської і фукуса, вода.

Наявність у водоростях йоду і селену в органічній формі (тобто пов'язаних з білком), а також гарне співвідношення між ними (1:0,7) забезпечує нормальну функцію щитоподібної залози та оптимальне вироблення найважливіших її гормонів тироксину T_4 і трийодтироніну T_3 , що регулюють діяльність практично всіх органів і систем організму. Наявність у водоростях альгінової кислоти і її солей сприяє виведенню токсичних речовин (солей важких металів, радіонуклідів) із травного тракту, а комплекс вітамінів, амінокислот і мікроелементів нормалізує процес перекісного окислювання в організмі, обмін холестерину та інших речовин.

Все це зумовило необхідність розробки продуктів, збагачених не тільки макро-, мікроелементами та вітамінами радіозахищеного, але й лікувально-профілактичного призначення для населення, яке проживає на радіоактивно забрудненій та ендемічній території.

У результаті органолептичних, технологічних досліджень та виходячи з добової потреби організму людини в йоді було встановлено, що до складу розроблених рецептур січених напівфабрикатів доцільно вводити водорості в кількості 2%. Вміст йоду та селену в готових напівфабрикатах забезпечує добову потребу організму людини у вказаних мікроелементах.

З проведених досліджень встановлено, що:

— втрати йоду при термічній обробці – приготуванні на парі становлять для цистозіри – 21,5-21,8%, для фукусу – 13,5-16,3%;

— втрати селену при термічній обробці – приготуванні на парі становлять для цистозіри – 26,7-27,3%, для фукусу – 25,5-26,8%.

Науковий керівник – канд. техн. наук, доцент Крижова Ю.П.

Література

1. Крижова Ю.П., Корзун В.Н., Проєва К.М., Надобенко Н. Один із шляхів подолання йододефіциту в організмі людини. «Продукты и ингредиенты», № 2 февраль 2008. С. 103-105.