

7. Посічені напівфабрикатів з додаванням біологічно активних речовин для харчування школярів

Андрій Лініченко, Олександра Гашук, Оксана Москалюк

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

. Біологічно активні речовини (БАР) – це хімічні сполуки, які внаслідок своїх фізико-хімічних властивостей мають певну специфічну активність і впливають на різні біологічні процеси в організмі. Головним джерелом надходження БАР в організм є ліки, харчові та інші продукти. Проблема формування здорового способу життя підростаючого покоління України належить до найактуальніших і від її вирішення залежить майбутнє країни та подальше існування здорової нації.

Одна з головних вимог до харчування школярів – його оптимальність і збалансованість. Тому при організації харчування необхідно обов'язково враховувати потреби організму, пов'язані з його розвитком, зі зміною умов зовнішнього середовища, з підвищеним фізичним або емоційним навантаженням. До меню школяра обов'язково повинні входити продукти, що містять не тільки білки, жири і вуглеводи, а й незамінні амінокислоти, вітаміни, деякі жирні кислоти, мінерали і мікроелементи.

Матеріали та методи. В науковій роботі здійснено аналіз літературних джерел щодо досліджень та удосконалення технології м'ясних посічених напівфабрикатів з використанням БАР для харчування школярів, що є актуальним і відповідає пріоритетним напрямкам наукових досліджень у м'ясній галузі.

Результати дослідження. Наукові дослідження направлені на розробленні рецептур м'ясних напівфабрикатів з БАР, багатих вітамінами, мінералами, харчовими волокнами та іншими корисними речовинами. Для збільшення активності ферментів та покращення обміну речовин у розроблювані фарші посічених напівфабрикатів додають БАР з високим вмістом вітамінів групи В. Серед таких речовин є насіння льону, яке має протизапальну дію, стабілізує рівень згортання крові, гальмує ліпідоз стінок судин. Використання насіння льону покращує функціонально-технологічні властивості м'ясного фаршу, такі як водозв'язуюча здатність, в'язкість, ступінь дисперсності. Для підвищення харчової цінності фаршу та покращення його смаку та аромату було запропоновано внести інгредієнт з великим вмістом вітаміну С, наприклад капуста броколі, яка дуже корисна для молодих груп населення. При вживанні броколі з високим вмістом БАР, дозволяє покращити зір і запобігає розвитку катаракти, зменшує ризик розвитку раку, клітківини і грубі харчові волокна виводять з організму токсини, зайвий цукор та холестерин. Нормалізує водно-сольовий баланс та сприяє нормальній роботі залоз внутрішньої секреції.

Висновки. Дослідження показали, що м'ясні напівфабрикати з БАР мають високу харчову цінність та безпечні для вживання. Органолептична оцінка показала, що м'ясні напівфабрикати з БАР мають високі смакові якості.

Використання інгредієнтів, багатих біологічно активними речовинами у технології м'ясних посічених напівфабрикатів дозволить створити рецептуру, у якій задовольнити вітамінні потреби підростаючого організму.

Література

О.І. Гашук, О.Є. Москалюк, Д. Рибальченко. Дослідження біологічної цінності варених ковбас з використанням продуктів переробки крові. МНПК, «Інноваційні технології та перспективи розвитку м'ясопереробної галузі»: 24 листопада 2020 р., м. Київ. – К.:НУХТ, 2020 р. с.54-55.