

## 11. ВИКОРИСТАННЯ ОВОЧЕВОЇ СИРОВИНИ У РЕЦЕПТУРІ РИБНИХ СТРАВ ДИТЯЧОГО МЕНЮ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Дітріх І.В., к.х.н., доц.,  
Штома Є.В., магістрант,  
Національний університет харчових технологій  
(НУХТ), м. Київ

**Вступ.** Якісне харчування забезпечує нормальний ріст і розвиток дітей, їхнє здоров'я, а також знижую ризик розвитку «хвороб цивілізації».

**Актуальність теми.** Дослідження характеру харчування дитячого населення України свідчить, що в останні роки спостерігається зміна структури споживання харчових продуктів. В добовому раціоні дітей від 2-х до 17 років переважають продукти з низькою біологічною цінністю, але із значною енергомісткістю, а саме хлібобулочні і борошняні вироби, кондитерські вироби тощо [1]. Саме тому на даний час важливим і потрібним є введення до дитячого раціону страв із збалансованим нутрієнтним складом, що забезпечує їх високу харчову та біологічну цінність.

**Матеріали та методи.** Розроблена рецептура котлет рибних дитячих «Гарбузові» з використанням овочевої сировини - пюре гарбуза. У дослідженні використані загальнонаукові, органолептичні та розрахункові методи.

**Результати та обговорення.** У рецептурі котлет рибних «Гарбузові» використовується новий інгредієнт пюре гарбуза, яке містить г/100 г: води - 91,8; білків - 1,3; жирів - 0,1; вуглеводів 6,9 (моно- і дисахариди: 4,2; крохмаль - 0,2, клітковина 2). До складу пюре входять біологічно активні речовини, а саме мг/100г:  $\beta$ -каротин до 20, вітамін С - 8, калій – 204; кальцій – 25; залізо - 0,4. Таким чином, нутрієнтний склад пюре, завдяки значному вмісту  $\beta$ -каротину, достатньо великому вмісту калію, порівняно з іншими овочами та вмісту інших складових, сприятиме підвищенню біологічної цінності котлет. Оптимальний вміст пюре гарбуза у рецептурі, який обирали орієнтуючись на органолептичні властивості страви, був визначений в кількості 20% від загальної ваги котлетної маси, яка складається з м'яса тріски, безглютенового хліба, молока та яєць перепелиних. Розроблено технологічну схему приготування.

**Висновок.** Обґрунтована можливість використання пюре гарбуза у рецептурі рибних котлет дитячих з метою підвищення біологічної цінності. Маючи нескладний технологічний процес приготування, котлети рибні «Гарбузові» можуть бути введені до дитячого меню закладів ресторанного господарства.

### Література

1. Гуліч М.П., Онопрієнко О.М., Ольшевська О.Д. Харчування – вагомий фактор збереження здоров'я населення  
<http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf/50e0ce97d91c75b3c2256d8f0025c386/efa1b54347f228dec2256d95004e250e?OpenDocument>