

14. Розширення асортименту м'ясних продуктів для раціонів військовослужбовців

Олександра Гащук, Оксана Москалюк, Анна Вернигора

Національний університет харчових технологій, Київ, Україна

Вступ. Ефективне виконання військовослужбовцями поточних завдань у стаціонарних і польових умовах в значній мірі залежить від якості харчування [1], яке забезпечує фізичну й розумову працездатність, здоров'я, тривалість життя, оскільки харчові речовини у процесі метаболізму перетворюються на структурні елементи клітин нашого організму, забезпечуючи його життєдіяльність. Уся величезна розмаїтість харчових продуктів, яку людина вживає в їжу, зводиться до шести основних компонентів: білки; вуглеводи (включаючи клітковину); жири (насичені і ненасичені); вітаміни (жиророзчинні і водорозчинні); мінеральні речовини чи мінерали; вода. Білки – основний будівельний матеріал організму, який необхідний для створення нових м'язових волокон, відновлення травмованих і заміни відмерлих тканин в усіх органах.

Як і в звичайному харчуванні, калорійність раціону харчування за рахунок складових його білків, жирів і вуглеводів повинні цілком покривати енерговитрати організму військовослужбовців. З погляду їх харчування головна особливість полягає в тому, що енерговитрати при службовій діяльності значно вищі. За рекомендаціями дієтологів для професій з підвищеним фізичним навантаженням рекомендують раціони, які складаються з продуктів, що містять повноцінні білки, такі як: м'ясо телятини, м'ясо птиці, риба, горіхи, молоко, молочні продукти, яйцепродукти. Так, норма м'яса в раціоні військовослужбовця складає 200 г на добу.

Результати. У науковій роботі проводяться дослідження з метою розширення асортименту м'ясних продуктів підвищеної біологічної та енергетичної цінності на основі яловичини і свинини. Умовою біологічної повноцінності їжі є її різноманітність, яка досягається використанням різних способів кулінарної обробки і приготуванням різних страв. Режим харчування в армії повинен бути таким, щоб страви, приготовані з однакових продуктів, не повторювалися протягом дня. Одну і ту ж страву дозволяється повторювати протягом тижня 2-3 рази. Засвоєння їжі людським організмом в більшій мірі залежить від її запаху, смаку і зовнішнього вигляду. Тому залишається актуальною розширення асортименту та розробка інноваційних м'ясних продуктів для харчування військовослужбовців. Використання сучасних пакувальних середньо- і високобар'єрних пакетів для вакуумування дозволить створити умови для довготривалого зберігання розроблених ковбас [2].

Висновок. Розроблення м'ясних продуктів підвищеної біологічної та енергетичної цінності дозволить створити різноманітність і повноцінність раціонів для військовослужбовців.

Література.

1. Товма Л. Ф., Удосконалення якості лікувального харчування військовослужбовців у стаціонарних і польових умовах/ Л. Ф. Товма// Військові науки. – 2017р. - №2(31). – С. 12-15.

2. Пасічний В. М. Аналіз систем пакування для м'яса та м'ясопродуктів / В. М. Пасічний, О. В. Храпачов, А. І. Маринін // [Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького. Серія : Харчові технології](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvlnu_2017_19_80_15). - 2017. - Т. 19, № 80. - С. 63-67. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvlnu_2017_19_80_15.