

УДК 664.853.55

Марія Захарова

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЙ КОНСЕРВІВ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИЧНОГО ХАРЧУВАННЯ

Maria Zacharova

TECHNOLOGY DEVELOPMENT CANNES FOR THE DIET

В основі профілактичного харчування лежить раціональне харчування, яке побудоване з урахуванням обміну шкідливих речовин в організмі людини та оздоровчої дії окремих харчових продуктів, що захищають організм людини від негативного впливу хімічних сполук та фізичних чинників. Профілактичне харчування входить як обов'язковий компонент у систему запобіжних та оздоровчих заходів, спрямованих на обмеження негативної дії на організм шкідливих речовин. Консерви профілактичного харчування характеризуються в основному багатоконпозиційним складом, який обумовлює функціональний вплив комплексу біологічно-активних речовин (БАР), рослинної сировини та збагачуючих добавок на організм людини.

Одними з представників БАР являються мікронутрієнти, основу яких становлять вітаміни, макро- та мікроелементи. Мікронутрієнти відносяться до незамінних речовин їжі. Вони необхідні людині в будь-якому віці: дитячому і підлітковому, дорослому та похилому, але найбільш чутливі до розвитку мікроелементної недостатності плід, діти, жінки під час вагітності та годування грудьми. Недостатнє надходження мікроелементів в дитячому та юнацькому віці негативно впливає на фізичний розвиток, захворюваність, успішність, сприяє поступовому розвитку порушень обміну і в кінцевому підсумку перешкоджає формуванню здорового покоління. Особливо ця проблема постала перед населенням України в зв'язку із забрудненням довкілля промисловими, транспортними викидами, сільськогосподарськими отрутами та радіонуклідами, що розповсюдились в результаті радіаційних аварій. Недостатність мікронутрієнтів особливо небезпечна тим, що тривалий час не проявляється клінічно. Тривалий та глибокий дефіцит мікронутрієнтів веде до тяжких захворювань та може бути причиною смерті. Для того, щоб забезпечити достатнє поступлення необхідних мінеральних солей за рахунок природних продуктів харчування, їжа повинна бути різноманітною. Одним з мало вивчених, але легко доступних представників рослинної сировини є кавбуз – нова форма рослин родини гарбузових, гібрид кавуна і гарбуза., містить значну кількість поживних речовин. Наявність значної кількості бета-каротину в кавбузі забезпечує протипухлинний ефект, а також має значення в профілактиці і лікуванні атеросклерозу. Завдяки наявному комплексу пектинів і інших біологічно активних речовин кавбуз і продукти його переробки (сік, джем, крем, варення, сухий порошок, та ін.) рекомендовано при загальному виснаженні організму, для дитячого і дієтичного харчування при діабеті, захворюваннях печінки, нирок, серцево-судинної і нервової системи, порушеннях обміну речовин. Для профілактики цих захворювань запропоноване розроблення консервів “Крем із кавбуза”, який сприяє виведенню радіонуклідів з організму людини, містить багато глюкози, цукрози, пектину, клітковини, вітаміну С і каротину, має лікувальні властивості і його використовують у разі іонізуючої дії для харчування і оздоровлення людей, особливо зони Чорнобильської катастрофи.