

УДК 637.146.33:664.05

Елена Варфоломеева, Светлана Романченко

Луганский национальный аграрный университет, Украина

ОБОСНОВАНИЕ ДОЗЫ ВНЕСЕНИЯ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ПРИ ПРОИЗВОДСТВЕ ТВОРОЖНОГО ПРОДУКТА ДЛЯ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ

Elena Varpholomeeva, Svetlana Romanchenko

SUBSTANTIATION OF THE DOSE OF INTRODUCTION OF OAT FLAKES BY PRODUCTION OF THE COTTAGE CHEESE PRODUCT FOR A SPORTS FOOD

С каждым годом увеличиваются требования к подготовке спортсменов в связи с стремительным ростом результатов у мировом спорте. В современной системе спортивной подготовке питание рассматривается как один из главных факторов, которые обуславливают высокую результативность спортсменов. Это требует нового подхода к организации питания спортсменов, способного не только компенсировать в адекватном количестве содержание потраченных веществ, но и обеспечивать целенаправленное поступление в организм компонентов функционального назначения.

Для решения этой проблемы необходимо не только разрабатывать и внедрять специальные режимы питания для спортсменов по употреблению продуктов повышенной биологической ценности и диетических добавок, в состав которых в концентрированном виде входят все необходимые пищевые компоненты, а также применять функциональные пищевые продукты, которые учитывают и компенсируют не только потребность спортсмена в пищевых веществах, но и помогают избежать развития разных болезней и сохранять здоровье.

Целью данной работы было обоснование дозы внесения овсяных хлопьев в творожную основу при производстве продуктов спортивного питания. Для проведения исследований были составлены следующие образцы: образец 1 – доза внесения овсяных хлопьев составила 5 % от массы смеси; образец 2 – доза внесения овсяных хлопьев 7 %; образец 3 – доза внесения овсяных хлопьев 10 %; образец 4 – доза внесения овсяных хлопьев 12 %; образец 5 – контрольный (творог без добавки).

Установлено, что внесение овсяных хлопьев в количестве 5 – 7 % позволяет получать экспериментальные образцы для спортивного питания заданного качества с высокими органолептическими, нормируемыми физико-химическими и реологическими показателями.

При внесении добавки в количестве 10 – 15 % ощущается привкус овсяных хлопьев, консистенция становится комковатой, ухудшаются реологические показатели образцов.

Можно сделать вывод, что количество овсяных хлопьев в рецептуре творожного продукта для спортивного питания должно быть в пределах 5 – 7 %, что позволяет получать продукт с высокими органолептическими и нормируемыми физико-химическими показателями.