

УДК 664.144/.149:661.47:661.872:612.111

Виктория Евлаш, Сергей Никитин

Харьковский государственный университет питания и торговли, Украина

ТЕХНОЛОГИИ ФРУКТОВЫХ БАТОНЧИКОВ «FRUITBREAD», ОБОГАЩЕННЫХ ГЕМОВЫМ ЖЕЛЕЗОМ И ОРГАНИЧЕСКИМ ЙОДОМ

Victoriia Evlash, Sergii Nikitin

TECHNOLOGY FRUIT BARS «FRUIT BREAD», ENRICHED HEME IRON AND ORGANIC IODINE

Актуальной проблемой для многих стран, в том числе и для Украины, является недостаток микроэлементов в питании населения, что негативно влияет на здоровье людей, их трудоспособность и в результате – на экономическое развитие страны в целом. В Европейском регионе дефицит микроэлементов в организме людей является преобладающим фактором в возникновении 41 % патологий, таких как сердечно-сосудистая, сахарный диабет, злокачественные новообразования и др. [1].

Среди микроэлементов особенно выражен дефицит железа и йода. Источником легкоусвояемого железа в гемовой форме (0,7 г/кг) является диетическая добавка «Гемовитал», разработанная коллективом ХГУПТ и выпускаемая в промышленности [3]. Высоким содержанием йода и микроэлементов отличаются морские водоросли (ламинария, вакаме), которые завоевывают все большую популярность в рационе питания населения. Поэтому одним из наиболее эффективных способов профилактики железодефицитных и йоддефицитных состояний является использование в рационах питания пищевых продуктов и диетических добавок, содержащих железо и йод.

Нами разработаны технологии фруктовых батончиков «Fruitbread», обогащенных гемовым железом и органическим йодом. Рецептуры новых изделий приведены в таблице 1.

Таблица 1. Рецептуры батончиков «Fruit bread», обогащенных гемовым железом и органическим йодом.

Наименование сырья	«Fruit bread» с «Гемовиталом»	«Fruit bread» с ламинарией	«Fruit bread» с вакаме
Финик	12,56	12,56	12,56
Овсяные хлопья	5,79	6,35	6,35
Изюм	4,3	4,3	4,3
Арахис жареный	2,64	2,64	2,64
Корица	0,08	0,08	0,08
Ядро подсолнечника жареное	1,65	1,65	1,65
Яблоко сушёное	0,83	0,83	0,83
Гемовитал	1,16		
Сушеные слоевища ламинарии		0,6	
Сушеные слоевища вакаме			0,6
Сок яблочный	0,99	0,99	0,99
Выход	30	30	30

Как видно из таблицы 1, в состав фруктовых батончиков входят финик, изюм, сушеное яблоко, которые являются источником калия, кальция, магния, витамина С, витаминов группы В, органических кислот, что способствует усвоению гемового железа.

Расчитан и приведен в таблице 2 химический состав батончика.

Таблица 2. Химический состав батончиков «Fruit bread», обогащенных гемовым железом и органическим йодом.

Наименование батончика	Вода	Белки	Жиры	Углеводы	Железо	Йод
	г/100г				мг/100г	
«Fruit bread» с «Гемовиталом»	14,17	10,37	8,43	60,83	6,63	0,01
«Fruit bread» с ламинарией	14,39	10,59	8,54	62,06	3,93	6,00
«Fruit bread» с вакаме	14,38	10,60	8,54	62,08	3,94	1,40

Как видно из таблицы 2, при употреблении 100 г разработанных батончиков человек получает 1/3 суточной нормы железа и полностью обеспечивает потребность в йоде .

Арахис, ядро подсолнечника содержат высокое количество ПНЖК и МНЖК, которые, как известно склонны к окислению, а водоросли вакаме отличаются высоким содержанием антиоксидантов, которые замедляя процессы окисления жиров, способны продлить срок хранения данного продукта.

Плюсом данного батончика является то, что большинство его компонентов (за исключением арахиса и ядра подсолнечника) не проходят тепловой обработки, сохраняя свой витаминный состав. Рецепт данного изделия не содержит соли, сахара, что дает возможность рекомендовать данный продукт для диетического питания.