

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВТОРИЧНЫХ РЕСУРСОВ

В современном мире человек сталкивается с огромным количеством стрессовых ситуаций, не правильное и не регулярное питание, постоянное чувство усталости, вредные привычки, все это приводит к развитию так называемой «болезни цивилизации». Одной из основных причин развития этого заболевания является неправильное питание: избыток сахара, жиров, соли, обработанных продуктов (фастфуд, готовая еда). Именно поэтому на государственном уровне стоит вопрос об организации правильного питания начиная с детских садов, школ. Развитие с малых лет культуры правильного питания, позволит сохранить здоровье нации [1, 2].

Таким образом актуальной задачей является разработка новых и расширение имеющихся линеек продуктов, относящихся к правильному питанию. В настоящее время мы все чаще сталкиваемся с термином «функциональные продукты питания» – это обычная еда обогащенная дополнительными полезными ингредиентами (витаминами, минералами, пищевыми волокнами, пробиотиками и др.) или лишенная вредных компонентов, чтобы оказывать положительное воздействие на здоровье.

Целью работы является обогащение продуктов питания полезными компонентами. В качестве сырья предлагаем использовать растительный жмых (клюквенный, голубичный, яблочный). В ходе литературного поиска и на основании своих собственных исследований установили, что данный вид вторичного растительного сырья в своем составе содержит целый комплекс биологически активных компонентов (антоцианы, флавоноиды, витамины, клетчатка и др.).

Был подготовлен ягодный жмых из растительного сырья заготовленного в 2025 г. в Витебской области. Жмых высушили при температуре 50°C и использовали для дальнейших исследований. Были разработаны рецептуры чая с добавлением жмыха и конфеты с присыпкой из жмыха.

В ходе дегустации, проведенной среди респондентов (одна возрастная группа – 14-17 лет), было установлено, что разработанные продукты питания получили максимальное количество баллов и все респонденты отметили, что с удовольствием приобрели бы данные продукты.

Тем самым можно сделать вывод, что обогащенные ягодным жмыхом продукты питания получились не только полезными, но и вкусными, что делает их перспективным товаром.

Дальнейшая работа будет направлена на проведение дегустации среди разных возрастных групп, а также разработку новых продуктов с использованием жмыха из другого растительного сырья, например, свекольного.

ЛИТЕРАТУРА

1. Здоровое питание : информационный бюллетень ВОЗ. Женева : Всемирная организация здравоохранения, 2020. – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet> (дата обращения: 11.05.2024).
2. Ловкис, З. В. Функциональные продукты питания / З. В. Ловкис, Е. А. Моргунова // Наука и инновации. – 2019. – Т. 12, № 1. – С. 13–17.