

ОБҐРУНТУВАННЯ СКЛАДУ СИРКОВОГО ДЕСЕРТУ З ВИКОРИСТАННЯМ

ТИКВИ, КУНЖУТУ ТА СОЄВОГО БІЛКУ

Шумєєва М.О., Белінська А.П.

Національний технічний університет

«Харківський політехнічний інститут», м. Харків.

За останні роки на Україні спостерігається значне погіршення екологічного стану навколишнього середовища, негативний вплив середовища на організм людини, зростання кількості захворювань, невідповідність структури раціону населення концепції раціонального та адекватного харчування. Зважаючи на ці проблеми однією з найбільш важливих задач є розширення асортименту і забезпечення населення високоякісними оздоровчими продуктами харчування. Відповідно до рекомендацій дієтологів розробка таких продуктів має бути спрямована на зниження калорійності їжі, зниження вмісту в продуктах цукру, солі, збагачення продуктів тваринними і рослинними білками, вітамінами, мікро- і макроелементами і т. п. [1].

Сучасний асортимент сирної продукції орієнтований на створення збалансованої за харчовою та біологічною цінністю продукції оздоровчої спрямованості. Сир містить найбільшу кількість легкозасвоюваних білків з усіх молочних продуктів. Для підвищення збалансованості амінокислотного складу десерту запропоновано використовувати соєвий білок, який містить амінокислоти, що є лімітуючими у складі білків сиру [1]. Гарбуз є цінним джерелом біологічно активних речовин, таких як лютеїн, фітостерини, сполуки селену та поліненасичені жирні кислоти, які діють як антиоксиданти. М'якоть гарбуза багата на клітковину, вітамін С, вітамін Е, каротиноїдами, сполуки магнію та калію [2]. Насіння кунжуту містить ефективний комплекс антиоксидантів – сезамол, сезамінол і самін. Також у його склад входять вуглеводи, білки, харчові волокна, фосфоліпіди, фітостерини, фітин та сполуки кальцію, що сприяє відновленню мінерального балансу людини допомагає у проблемах з ожирінням [3, 4]. Розроблений продукт спрямований на широку аудиторію: дітей, спортсменів, діабетиків, осіб з надлишковою вагою та осіб, які дотримуються здорового способу життя.

Література:

1. Сирохман І. В., Завгородня В. М. Товарознавство харчових продуктів функціонального призначення. 2009. Київ: Центр учбової літератури. 544 с.
2. Подрушняк А. Є., Кульчицька В. П., Гончарук Є. В. Харчовий статус і обґрунтування норм харчування організованого дитячого населення України. *Проблеми харчування*. 2004. № 4, С. 31–38.
3. Palheta I. C., Borges R. S. Sesamol is a related antioxidant to the vitamin E. *Chemical Data Collections*. 2017. № 11/12, P. 77 – 83.
4. Bochkarev S. Matveeva T., Krichkovska L. Research of the oilseeds ratio on the oxidative stability of the protein-fat base for sportsmen. *Technology Audit and Production Reserves*. 2016. № 2/3 (34), P. 8–12.