

2. Дударева Т.В. Семейные ценности на Востоке // Психологические исследования: электронный научный журнал. – М.: Солитон, 2009. - № 2(4). – 250 с.

3. Susan Adams. Family values of modern world. <http://www.forbes.com>

РОЗРОБКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПРОДУКТУ ЕМУЛЬСІЙНОГО ТИПУ

А.В. СИДОРЕНКО

*Дніпропетровський транспортно-економічний коледж,
Дніпропетровськ, Україна*

Постійне погіршення стану навколишнього середовища та наслідки від аварії на Чорнобильській АС негативно впливають на стан здоров'я населення нашої країни. Як наслідок, недостатній вміст в організмі людини хімічних елементів та вітамінів, викликаний професійними, екологічними та клімато-географічними факторами призводить до зростання числа ракових захворювань та захворювань щитовидної залози. Тому актуальним є введення в раціон харчових продуктів, які мають підвищену харчову цінність і виконують лікувально-профілактичну функцію.

Тенденція оздоровлення за допомогою продуктів харчування призвела до розвитку виробництва продуктів функціонального призначення, які завдяки наявності в своєму складі біоактивних компонентів, здатні покращити здоров'я людини та підвищити опір організму різним захворюванням.

Особливу увагу медики приділяють нестачі йоду в організмі людини. Введення в раціон продуктів, збагачених йодом, є профілактичним заходом для великої кількості людей. Крім того, цей спосіб профілактики не викликає зміни стереотипів у харчуванні і краще сприймається психологічно.

Відомо, що саме продукти морського походження, а особливо водорості, містять велику кількість йоду. Морські водорості акумулюють із морської води цілий ряд вітамінів, макро- та мікроелементів. Однією з найбагатших на мікронутрієнти є морська водорість вакаме. Водорість містить у своєму складі наступні вітаміни (мас. %): β -каротин – 3,3, вітамін В1 – 0,0003, вітамін В2 – 0,00115, Вітамін С – 0,015, ніацин – 0,08; макро- та мікроелементи: Са – 0,96, На – 6,1, Р – 0,4, Fe – 0,07, К – 5,5, а також Mg, S, Zn та інші; білкові речовини – 15, ліпіди – 3, альгінову кислоту.

Доцільніше збагачувати йодом ті продукти харчування, які є найбільш вживаними населенням. Останнім часом популярними серед населення є різноманітні емульсійні соуси. Емульсійний соус – харчовий продукт, який користується широким попитом у населення. Тому створення нових емульсійних продуктів, які містять незамінні нутрієнти, є актуальним у формування харчових раціонів, що забезпечують збагачення організму вітамінами, мінеральними речовинами тощо з метою покращення стану здоров'я споживача та профілактики аліментарно-залежних захворювань.

З метою створення нового функціонального продукту було розроблено

емульсійний соус підвищеної харчової цінності шляхом введення до складу соусу функціонального інгредієнту – водорості вакаме, яка містить велику кількість органічного йоду (7,9 мг йоду у 100 г сушеної водорості). Включення водорості вакаме у харчовий раціон забезпечує організм необхідною кількістю йоду, що сприяє підтриманню загального рівня метаболізму та знижує можливість виникнення захворювань щитовидної залози.

В ході досліджень було встановлено, що введення водорості вакаме як функціонального інгредієнту не погіршує органолептичні показники соусу, а стійкість емульсії підвищується за рахунок стабілізуючого ефекту полісахаридів, які містяться у водорості.

Вживання в їжу продуктів. Збагачених морськими водоростями, зокрема водорістю вакаме, сприяє виведенню з організму токсинів, важких металів та радіонуклідів; нормалізує роботу центральної нервової системи; ліквідує мінеральну недостатність; зменшує в'язкість крові та підвищує тонус судин; сприяє нормальному функціонуванню щитовидної залози; підвищує імунітет.

Таким чином, розроблений соус може бути запропонований для вживання в їжу в якості як профілактичного, так і лікувального засобу для широких верств населення.

РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ НОВИХ ОЗДОРОВЧИХ М'ЯСО-ОВОЧЕВИХ СТРАВ З ВИКОРИСТАННЯМ ВОДРОСТЕЙ

М.В. ЧАБАНЕНКО

*Дніпропетровський транспортно-економічний коледж,
Дніпропетровськ, Україна*

На сьогоднішній день стан української екології викликає занепокоєння. Причин цьому дуже багато, але особливо треба виділити інтенсивний ріст автомобільного транспорту, проблеми з утилізацією відходів та нейтралізацією викидів промислових підприємств, а також наслідки аварії на Чорнобильській АЕС. До цих чинників приєднується ще й незбалансоване та одноманітне харчування багатьох українців. Все це призводить до виникнення дефіцитних станів в організмі. Особливо відмічається збільшення кількості йоддефіцитних захворювань серед населення [1].

Йод входить до складу тиреоїдних гормонів, які виробляються щитовидною залозою - тироксину та трийодтироніну, які чинять багатобічний вплив на ріст, розвиток та обмін речовин організму [2]. Відсутність або нестача йоду в раціоні призводить до серйозних захворювань. Навіть при невеликому дефіциті йоду з'являються втома, головний біль, подавлений настрій, дратівливість, послаблюється пам'ять та інтелект.

Морські водорості є акумуляторами корисних речовин морської води. На ринку існує досить великий асортимент водоростей, особливо у вигляді висушених напівфабрикатів. Найбільш доступними є комбу.