

УДК 663

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА ЯГОД, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД В ДЕТСКОМ ПИТАНИИ

*Казакова Л. И., студентка 4 курса ФАЗРиПП
Научный руководитель – Лифанова С.П., д.с.-х.н., профессор
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ*

Ключевые слова: дошкольные учреждения, витамины, ягоды, творожные изделия, облепиха.

В статье дается сравнительный анализ такого пищевого сырья как ягоды, которые используются в приготовлении блюд детского питания. Выдвинуто предположение, что облепиха, увеличивает содержание витаминов в готовом продукте, с явным преимуществом витамина С в готовом продукте.

Совершенствование детского меню – условие XXI века. Необходимо улучшить качество и количество продуктов питания. Делаем заключение, что в детских дошкольных учреждениях необходимо пересмотреть рацион питания детей. Одним словом, привычка правильно питаться – это искусство, а безопасная пища – фактор здоровой жизни.

Для правильного роста и развития ребенку необходима пища, богатая витаминами. Витамины - это органические вещества с высокой биологической активностью. Они не синтезируются организмом человека или синтезируются в недостаточном количестве, поэтому должны поступать в организм с пищей. Витамины относятся к незаменимым факторам питания. Содержание витаминов в продуктах гораздо ниже, чем белков, жиров и углеводов, потому что постоянный контроль над достаточным содержанием каждого витамина в повседневном рационе ребенка необходим. В детском саду проводится круглогодичная искусственная С-витаминация готовых блюд [1].

Вследствие того, что не существует продуктов питания, сосредоточивших в себе все компоненты, необходимые для обеспечения растущего детского организма белками, минеральными веществами, витаминами, необходимо создавать новые виды продуктов питания с высокой пищевой и биологической ценностью, обеспечивающие потребность детей в веществах, влияющих на гармоничное развитие организма [2].

Таблица 1 - Сравнительный анализ химического состава ягод

Ягода	Грамм		
	белки	жиры	углеводы
Облепиха	0,9	2,5	5
Брусника	0,8	-	6
Клюква	0,5	-	3,8
Голубика	1	-	7
Смородина красная	0,6	0,2	7,3

Ягода	Химический состав, мг											
	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	β -каротин	V ₁	V ₂	PP	C	Ккал
Облепиха	3,5	103	42	30	8,6	0,4	1,5	0,03	0,05	0,36	200	52
Брусника	-	-	-	-	-	-	7,9	0,06	-	-	29	28
Клюква	12	119	14	8	11	0,6	Сл.	0,02	0,02	0,15	15	26
Голубика	6	51	16	7	8	0,8	Сл.	0,01	0,02	0,28	20	35
Смородина красная	21	275	36	17	33	0,9	0,2	0,01	0,03	0,2	25	39

Таким образом, для совершенствования технологии творожных изделий с целью повышения пищевой и биологической ценности творожного продукта рассмотрим ягоды и проведем сравнительный анализ их химического состава, для выбора наиболее эффективной биологически активной добавки.

Таким образом, из сравнительного анализа химического состава ягод выявлено, что для совершенствования технологии творожных изделий для повышения пищевой и биологической ценности облепиха является наиболее эффективной биологически активной добавкой. При добавлении биологически активной добавки в виде облепихового пюре увеличено содержание витаминов, с явным преимуществом витамина С.

Библиографический список:

1. Химический состав российских пищевых продуктов: справочник / под ред. И.М. Скурихина, В.А.Тютельяна.- М.: Дели принт, 2012.-236с.
2. Васюкова, А.Т. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий кухонь наро-

дов России для предприятий общественного питания / А.Т. Васюкова. - М.: Дашков и К, 2015. - 208 с.

A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE CHEMICAL COMPOSITION OF THE BERRIES USED FOR COOKING IN BABY FOOD

Kazakova L. I.

Key words: *preschool institutions, vitamins, berries, cottage cheese, sea buckthorn.*

The article provides a comparative analysis of such food raw materials as berries, which are used in the preparation of baby food. It is suggested that sea buckthorn increases the content of vitamins in the finished product, with a clear advantage of vitamin C. in the finished product.