

КОНЦЕПЦИЯ УСТОЙЧИВОГО ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ КАК ОСНОВА СОЗДАНИЯ ДЕСЕРТОВ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Пусовская Н.О.

**Научный руководитель – Масанский С.Л., профессор, к.т.н., доцент
Белорусский государственный университет пищевых и химических технологий
г. Могилев, Беларусь**

В настоящее время в мире большое внимание уделяется созданию низкокалорийных продуктов. Упор делается на рекомендации по потреблению цельных или минимально обработанных пищевых продуктов и растительных масел с ограниченным содержанием соли, трансжиров, насыщенных жиров, рафинированных углеводов и добавленных сахаров, обоснованным содержанием ненасыщенных жиров, клетчатки, антиоксидантов, минералов и других биологически активных веществ, что соответствует концепции устойчивого здорового питания [1].

Ассортимент продуктов для школьного питания характеризуется смешением свойств инвариантности и вариативности. Первое свойство обусловлено тем, что ассортимент должен выражать инварианты питания (нормы питания, устанавливаемые государством). Второе свойство обусловлено тем, что ассортимент должен выражать вариативность индивидуальных личностных особенностей пищевого поведения. Проблемой является взаимосогласованность инвариантного и вариативного свойств.

Для решения проблемы вариативности предлагается включать в рацион школьного обеда дополнительное сладкое блюдо, которое позволит повысить вкусовую и эстетическую привлекательность рационов питания.

Целью исследования является обоснование целесообразности и перспективности создания ассортиментной линейки новых низкокалорийных десертов для школьного питания на основе местного цельнозернового и плодово-ягодного, овощного продовольственного сырья, в котором Республика Беларусь полностью удовлетворяет свои потребности.

Зерновые продукты, составляющие основу здорового питания, являются актуальным сырьем для создания низкокалорийных сладких блюд (десертов). В Беларуси в настоящее время наиболее распространены представители семейства злаковых – пшеница, рожь, ячмень, овес. Особенно расширяется использование в пищевых целях ячменя и продуктов его переработки, которые являются источником растительных белков и пищевых волокон, в частности, β -глюкана. Фруктовое сырье, как источник природных сахаров, дефицитных биологически активных веществ, может быть подобрано с учетом сахарокислотного индекса и получения продуктов заданного вкусового качества.

Научное обоснование и разработка технологического обеспечения использования цельнозернового, плодово-ягодного и овощного сырья в рационах школьного питания в составе сладких блюд и напитков является актуальным и соответствует концепции устойчивого здорового питания.

Список использованных источников

1 Устойчивое здоровое питание – Руководящие принципы / ФАО и ВОЗ. – Рим, 2020. – 44 с. – URL: <https://doi.org/10.4060/ca6640ru> (дата обращения: 26.02.2024).