

## **О ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЖМЫХА ЛЬНЯНОГО КАК НОВОГО ИНГРЕДИЕНТА В ПРОИЗВОДСТВЕ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**Василенко З.В., Болашенко Т.Н., Кучерова Е.Н.  
Могилевский государственный университет продовольствия,  
г. Могилев, Беларусь**

За последние несколько десятилетий образ жизни человека значительно изменился: пищевое поведение, уровень физических и нервных нагрузок, состояние окружающей среды и многое другое – напрямую влияют на физическое и эмоциональное состояние человека. В настоящее время питание людей характеризуется высокой калорийностью и дефицитом витаминов, микроэлементов, растительных волокон и других ценных компонентов пищи.

Наиболее доступный и широко используемый способ ликвидации дефицита и незаменимых пищевых веществ в питании населения и профилактики различных заболеваний – расширение ассортимента продуктов функционального назначения.

Для повышения качества продуктов питания и тем самым совершенствования структуры питания населения необходимо введение в рацион новых нетрадиционных видов растительного сырья и продуктов его переработки, содержащих в своем составе комплекс белков, липидов, минеральных веществ и витаминов.

Одним из перспективных источников данного комплекса веществ является льняное семя и продукты его переработки (жмых льняной). В Республике Беларусь жмых льняной является вторичным продуктом, полученным в процессе переработки семени льна в масло, и который используется в основном для кормовых целей.

Согласно литературным данным и собственным исследованиям использование жмыха льняного в качестве пищевой добавки окажет благоприятное воздействие на организм человека. Например, содержащиеся в жмыхе льняном ненасыщенные жирные кислоты омега-3 оказывают противоопухолевое воздействие; макро- и микроэлементы (К, Mg) снижают риск сердечно-сосудистых заболеваний; высокое содержание пищевых волокон стимулируют деятельность желудочно-кишечного тракта и оказывают позитивное воздействие на иммунную систему человека.

Согласно литературным данным, жмых льняной обладает широким диапазоном оздоровительного воздействия на организм, при условии его использования в качестве пищевой и технологической добавки в продуктах питания ежедневного потребления.

Благодаря своему химическому составу и высокой пищевой ценности жмых льняной является перспективным сырьем для расширения ассортимента функциональных продуктов питания. Пищевые волокна, входящие в состав жмыха льняного, оказывают позитивное воздействие на желудочно-кишечный тракт, улучшая его двигательную активность и способность адсорбировать и выводить из организма соли тяжелых металлов, радионуклиды и другие токсические вещества, а макро- и микроэлементы (К, Mg) снижают риск сердечно-сосудистых заболеваний.