

ДОСЛІДЖЕННЯ ОРГАНОЛЕПТИЧНИХ ТА ФІЗИКО-ХІМІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ БІЛКОВО-ЖИРОВОЇ ОСНОВИ ДЛЯ ПРОДУКТІВ СПОРТИВНОГО ХАРЧУВАННЯ

Сергій Бочкарев¹; Лідія Кричківська¹; Ірина Радзівська²

¹*Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»*

²*Національний університет харчових технологій*

Вступ.

Інноваційний розвиток олієжирової промисловості України базується на комплексній переробці сільськогосподарської сировини, в результаті чого виробляються нові композиційні жирові продукти для здорового харчування, які мають профілактичні властивості і здатні забезпечити організм життєво необхідними харчовими нутрієнтами. Тому розробка конкурентоспроможних технологій отримання спеціалізованих жирових продуктів, що мають оздоровчі властивості за рахунок вмісту нативних біологічно активних речовин, призначених для систематичного вживання різними групами населення набуває особливої актуальності [1].

Для спортсменів, які прагнуть до досягнення високих результатів, питання раціонального харчування набуває особливого значення, оскільки взаємозв'язок харчування та фізичної працездатності на даний час не викликає сумнівів. Однак серед фахівців не існує єдиної думки щодо стратегії і тактики харчування спортсменів. Можливо, це пов'язано з відсутністю точної інформації про фізіологічні і біохімічні зміни в організмі спортсмена в умовах багаторазових тренувань і напружених змагань [2].

В попередніх роботах обґрунтовано компонентний склад білково-жирової основи для продуктів харчування спортсменів, збагаченої амінокислотами лейцином, ізолейцином, валіном і полі ненасиченими жирними кислотами (ПНЖК), яка являє собою суміш соняшникового, лляного та кунжутного насіння і рафінованої соєвої олії.

Матеріали і методи.

Органолептичні та фізико-хімічні характеристики білково-жирової основи визначено за стандартними методиками; окиснювальну стабільність – за прискореним методом «активного кисню» та при кімнатній температурі за умови вільного доступу світла та повітря.

Результати досліджень.

Органолептичні та фізико-хімічні показники виготовленої основи представлено в таблицях 1 і 2 відповідно.

Таблиця 1. Органолептичні показники білково-жирової основи.

Найменування показника	Характеристика показника
Зовнішній вигляд	пастоподібна маса
Колір	від кремового до сіруватого
Смак і запах	властивий даному продукту, без сторонніх присмаків та запахів

Таблиця 2. Фізико-хімічні показники білково-жирової основи.

Найменування показника	Характеристика показника
Масова доля білку, %	10,2
Масова доля жиру, %, з нього ПНЖК, %:	72,8
лінолевої (ω -6), %	31,1
ліноленової (ω -3), %	13,4
Масова доля вологи, %	2,8
Масова доля фосфоліпідів, мг/100 г	112,6
Кислотне число, мг КОН/г	0,3
Пероксидне число, ммоль $\frac{1}{2}$ O / кг	2,4

Висновки.

Визначено органолептичні та фізико-хімічні показники виготовленої білково-жирової основи для продуктів спортивного харчування, що збагачена амінокислотами лейцином, ізолейцином, валіном і ПНЖК. За такими показниками безпеки як кислотне та пероксидне числа продукт відповідає діючим вимогам нормативної документації на олійно-жирові продукти.

Література.

1. Давиденко Н.В. Нераціональне харчування – ризик для здоров'я / Н.В. Давиденко, І.П. Смирнова, І.М. Горбась, О.О. Кваша // Укр. терапевтичний журнал. – 2002. – №3. – С. 26–29.
2. Nutrition in Sport. Encyclopedia of sports medicine [Text] / Ed. by Ronald J. Maughan. International Federation of Sports Medicine. – N.–Y.: Blackwell Science. – 2002. – 680 p.