

Разработка технологии производства батончиков на зерновой основе для геродиетического питания

А.А. Дегтярева

Самарский государственный аграрный университет, п.г.т. Усть-Кинельский, Россия

Обоснование. Дефицит питательных веществ, слабость организма и другие проблемы здоровья, характерные для пожилых людей, могут быть связаны с неправильным питанием. Разработка специализированных геродиетических батончиков на зерновой основе для пожилых людей представляет собой актуальное решение этой проблемы. Эти батончики обогащены питательными веществами, специально подобранными для улучшения здоровья пожилых людей и повышения их жизненной энергии. Технология производства должна быть адаптирована для удовлетворения потребностей пожилых людей и обеспечения мягкости и легкости переваривания. Учитывая растущее число пожилых людей в обществе, разработка батончиков для этой категории населения представляет значимую перспективу на рынке здорового питания.

Цель — проектирование рецептуры и моделирование батончиков на зерновой основе для геродиетического питания.

Методы. Проектирование состава и подбор ингредиентов осуществлялись на основании анализа их химического состава. Оценка качества сырья и готовой продукции проводилась по общепринятым методикам.

Результаты. По результатам потребительской оценки установлено, что оптимальными видами зерновой основы являются плющенные зерна овса — геркулес или мука рисовая. Эти виды основ обеспечивают консистенцию и привкусы, предпочитаемые потребителями.

Оптимизация консистенции должна достигаться путем применения псиллиума, который используется в качестве диетической добавки, способствующей нормализации работы толстой кишки, восстановлению кишечной микрофлоры, профилактике и лечению поджелудочной железы и печеночной энцефалопатии. Оптимальная дозировка псиллиума составляет 0,5 % от массы основного сырья независимо от вида зерновой основы. При меньшей дозировке консистенция готового продукта недостаточно мягкая. При большей дозировке образующаяся желеобразная масса распределяется при выпечке неравномерно, скапливаясь в нижней части изделия.

Оптимальное количество воды для продукта на основе геркулеса составляет 250 % от массы основного сырья и находится на уровне 300 % от массы основного сырья для изделий на основе муки овсяной либо рисовой.

Выводы. В основу организации рационального питания людей в пожилом и старческом возрасте должны быть положены принципы энергетической сбалансированности, лечебно-профилактической направленности, соответствия состава возрастным требованиям организма, щелочной направленности, нормализации микрофлоры и стимуляции ферментативных систем организма. Маркетинговые исследования показали, что основная проблема, которую пожилые люди хотят решать с помощью правильного питания, — это нормализация ЖКТ и укрепление иммунитета.

Ключевые слова: геродиетическое питание; геродиетика; функциональные батончики; зерновая основа; рациональное питание; пожилой возраст; старческий возраст.

Сведения об авторе:

Александра Александровна Дегтярева — студентка, группа Т31, факультет технологический; Самарский государственный аграрный университет, п.г.т. Усть-Кинельский, Россия. E-mail: AlexandraDegty@yandex.ru

Сведения о научном руководителе:

Алла Викторовна Волкова — кандидат сельскохозяйственных наук, доцент кафедры «Технология производства и экспертиза продуктов из растительного сырья»; Самарский государственный аграрный университет, п.г.т. Усть-Кинельский, Россия. E-mail: avvolkova76@rambler.ru