

ВІТАМІНЫ НА СТАЛЕ

Здароўе нацыі ў руках харчовай прамысловасці. Такому слогану падпарадкоўваюцца беларускія распрацоўшчыкі прадуктаў харчавання. Штодзённы рацыён шмат у чым вызначае самаадчуванне. Прадукцыя павінна быць функцыянальнай. Аказваць на арганізм прафілактычнае і лячэбнае ўздзеянне. Такую тэндэнцыю сёння падтрымліваюць навукоўцы. Спецыялісты Нацыянальнай акадэміі навук расказалі пра апошнія дасягненні ў галіне здаровага харчавання.

Супрацоўнікі Навукова-практычнага цэнтра НАН па харчаванні распрацавалі больш за 200 найменняў кансерваў для дзіцячага харчавання на плодаагародніннай аснове. Гэта сокі, пюрэ, у тым ліку пюрэ прафілактычнага і функцыянальнага прызначэння. Распрацавана таксама больш за 30 рэцэптур пюрэ без цукру ці з паніжаным яго ўтрыманнем, каля 20 новых відаў кансерваў для дзіцячага харчавання з выкарыстаннем фруктозы.

— Мы арганізавалі вытворчасць кандытарскіх вырабаў, аздобленых вітамінамі і мінеральнымі рэчывамі, для дзяцей дашкольнага і школьнага ўзросту, — заўважыла намеснік генеральнага дырэктара па стандартызацыі і якасці прадуктаў харчавання Навукова-практычнага цэнтра Алена Маргунова. — Ёсць тэхналогія новых відаў кандытарскіх вырабаў павышанай біялагічнай харчовай каштоўнасці. Хворыя цэліакій, фенілкетанурыі, цукровым дыябетам знойдуць для сябе шмат карысных прадуктаў.

Нашы распрацоўшчыкі прапануюць вялікі асартымент хлеба для пацыентаў з ішэмічнай хваробай сэрца, цукровым дыябетам, артэрыяльнай гіпертэнзіяй. Прыдумалі тарты і пірожныя з паніжанай энергетычнай каштоўнасцю. Ёсць цікавыя прадукты для пажылых: лінейка хлябоў, рагалікі, сухары.

— Іх спажыванне спрыяе ўмацаванню сардэчна-сасудзістай сістэмы, паляпшэнню фізічнага стану і падаўжэнню актыўнасці людзей пажылога ўзросту, — тлумачыць намеснік дырэктара прадпрыемства «Белтэхнахлеб» Наталля Лапцёнак.

Здаровае харчаванне асацыіруецца з рознымі прадуктамі. Але перш за ўсё — з малочнымі. Яны найбольш спрыяльныя для ўзбагачэння. Стандарты якасці ў гэтай галіне становяцца больш жорсткімі.

— Патроху пакідаюць нашы паліцы біяпрадукты, якія змяшчаюць прабіётыкі і прэбіётыкі — кампаненты, якія стымулююць мікрафлору СКТ, — расказвае загадчык лабараторыі прыкладных біятэхналогій і дзіцячага харчавання Інстытута мяса-малочнай прамысловасці Наталля Жабанос. — Сярод іншых мы выходзім на рынак з біфімокам, узбагачаным інулінам, кальцыем і іншымі карыснымі рэчывамі. Прадукт асабліва карысны ў перыяд ВРЗ.

Усе змены ў вытворчасці і вынікі даследаванняў адлюстроўваюцца на маркіроўцы. Інстытут прапануе малочную прадукцыю для розных груп, у тым ліку і для людзей з лактознай недастатковасцю.

Мясныя вырабы імунамадуруючыя і гіпаалергеннай накіраванасці для хворых цэліакій адпавядаюць навукова абгрунтаваным патрабаванням і распрацаваны з улікам рэкамендацый медыкаў.

Навукоўцы прапануюць мясныя кансервы для харчавання цяжарных жанчын і кормячых маці. Абагачаныя ёдам, селенам, кальцыем, вітамінамі групы В. Ёсць распрацоўкі і для людзей з павышанай фізічнай нагрузкай.

На жаль, у апошні час даводзіцца ўводзіць замены традыцыйных кампанентаў.

— Гэта звязана з замяшчэннем малочнага тлушчу расліннымі тлушчамі, — адзначыла Алена Маргунова. — Мы падпарадкоўваемся адзінай сістэме тэхнічнага рэгулявання Мытнага саюза. Беларусь адстойвае сваю пазіцыю па гарманізацыі ўсіх нарматыўных патрабаванняў з еўрапейскімі нормамі. Але ёсць магчымасці допуску замены тых ці іншых традыцыйных кампанентаў у прадуктах і не ў бок здаровага харчавання.

Вольга АНАТОЛЬЕВА



Сок праганяе хваробы.