

направления совершенствования качества йогуртов, обратить внимание на производство йогуртов для малообеспеченного населения и на совершенствование качества обслуживания при его реализации.

ХАРАКТЕРИСТИКА СВОЙСТВ И СЫРЬЕВЫХ ИСТОЧНИКОВ L-ТРИПТОФАНА

Галкина Т.С., Бессонова Л.П.

Воронежский государственный университет
инженерных технологий, Воронеж,
e-mail: meatech@yandex.ru

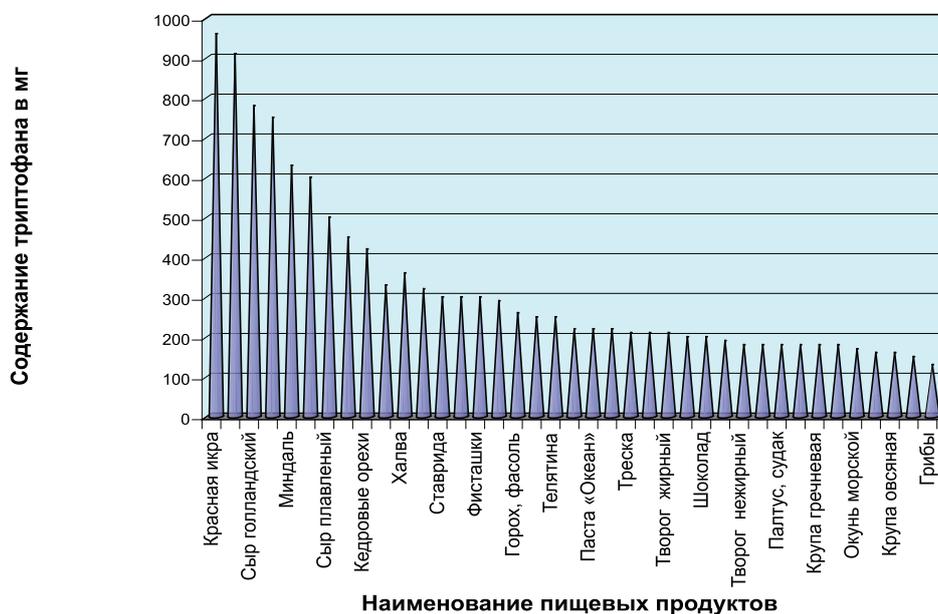
Триптофан – эта незаменимая аминокислота, широко известная благодаря своему свойству усиливать выработку в головном мозге – серотонина, ответственного за настроение, качество сна и восприятие боли. Триптофан играет важ-

ную роль, помогая организму вырабатывать витамин B_3 и гормон мелатонин.

Основные функции: снижает аппетит, улучшается настроение, снижает тягу к пище, особенно углеводной, снижает вес, обладает антидепрессантным действием, обеспечивает глубокий сон.

Триптофана присутствует во многих пищевых продуктах (рисунк).

Триптофан является аминокислотой, необходимой для синтеза в организме никотиновой кислоты (РР), гемоглобина, образования сыровоточных белков. Он существенно влияет на рост человека: чем меньше возраст, тем выше потребность в триптофане. Дневная потребность человека в триптофане составляет 1,0 г. Но триптофан набрать в достаточном количестве довольно трудно, т.к. в 100 г мяса, яиц его содержится только 0,2 г.



Содержание триптофана в продуктах питания

Цель исследования: с использованием компьютерного проектирования разработать рецептуры полезных многокомпонентных пищевых продуктов на основе сырья животного происхождения, учитывающие необходимые соотношения аминокислотного состава, для различных возрастных групп населения.

РАЗРАБОТКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ПРОДУКТА ПИТАНИЯ ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Сошкина Н.А., Бессонова Л.П.

Воронежский государственный университет
инженерных технологий, Воронеж,
e-mail: gelianta3@mail.ru

Питание беременных женщин является одним из важных факторов, определяющих как здоровье мам, так и здоровья будущего ребенка.

Поэтому задачей исследований являлось определение продуктов, полезных в питании беременных женщин, сбалансированных по аминокислотному составу, содержанию витаминов и минеральных веществ. К таким продуктам относится ряженка.

Ряженка – это кисломолочный продукт, изготовленный на основе топленого молока и заквашенный термофильными молочнокислыми стрептококками и ацидофильной палочкой. Полезные свойства ряженки обусловлены большим содержанием необходимых для нашего организма полезных веществ и лёгкостью усваивания организмом.

Для повышения пищевой и биологической ценности ряженки в работе использовали кедровый жмых. Он получается при отжиме ядер кедровых орешков. В нем остаются все минеральные вещества и витамины, находящиеся