

Папушой А.А.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В ТОРГОВОЙ СЕТИ Г.МИНСКА

Научный руководитель: канд. хим. наук Борщенская Т.А.

Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Хлеб и хлебобулочные изделия относятся к продуктам массового употребления, входят в состав ежедневного суточного рациона большинства населения Республики Беларусь. Хлебобулочные изделия обладают высокими показателями пищевой ценности и обеспечивает организм: сложными углеводами (крахмалом и пищевыми волокнами), белками, витаминами (В1, В2, В5, РР, микро- и макроэлементами, таких как Mg, Se, Fe. Представляет интерес сравнительный анализ пищевой ценности, наличие пищевых добавок в хлебобулочных изделиях, пользующихся наибольшей популярностью у жителей г.Минска.

Цель: изучить пищевую ценность, наличие пищевых добавок в различных сортах хлеба и хлебобулочных изделий, реализуемых в торговой сети г. Минска.

Материалы и методы. Материалы: рецептура различных сортов хлеба и хлебобулочных изделий. Методы: аналитический, анкетно-опросный, статистический.

Результаты и их обсуждение. В работе проанализированы 20 рецептуры хлеба и хлебобулочных изделий (10сортс ржаного, 10- пшеничного хлеба), реализуемых в торговой сети г. Минска и пользующихся наибольшей популярностью у жителей г.Минска. Согласно рецептуре, приведенной на упаковке рассмотренных нами сортов хлеба, в хлебобулочных изделиях преимущественно из ржаной муки содержание белков в среднем составляет $6,5 \pm 0,43$ г, жиров $1,4 \pm 0,77$ г, углеводов $47,0 \pm 0,47$ г, калорийность (на 100гпродукта) $231,6 \pm 8,24$ г, в хлебобулочных изделиях преимущественно из пшеничной муки содержание белков составляет $8,1 \pm 0,48$ г, жиров $1,8 \pm 0,25$ г, углеводов $52,0 \pm 1,42$ г, энергетическая ценность (на 100гпродукта) - $262,0 \pm 7,18$ г.

Проведено анонимное анкетирование 54 студентов БГМУ по вопросам касающихся частоте употребления, особенностям выбора сорта хлеба и хлебобулочных изделий (всего 10 вопросов).

Выводы: в результате анализа рецептуры хлеба и хлебобулочных изделий, приведенной на упаковке, установлено, что среди рассмотренных нами сортов хлеба, изготовленного преимущественно из ржаной муки, наибольшей пищевой ценностью обладает хлеб «МАГ с семечками» (калорийность на 100г продукта - 300 ккал, содержание белков-10,0 г, жиров-8,0 г, углеводов-45г). Среди сортов хлебобулочных изделий, изготовленных преимущественно из пшеничной муки, наименее калорийным оказался «Хлеб кубанский» (калорийность на 100г продукта -220ккал, содержание белка – 7,0г, жира – 0,5г, углеводов - 44,0г).

По наличию пищевых добавок в рецептуре хлебобулочные изделия распределены на две группы:. К хлебобулочным изделиям, в составе которых отсутствуют пищевые добавки относятся: сорта хлеба: «Водар», «Бородино», «Экиманьский», «Виталюр», «Для пикника новый». К хлебобулочным изделиям, в рецептуры которых для улучшения качества пищевых продуктов, внесены пищевые добавки относятся сорта хлеба: «МАГ» с семечками, «Невский» «Крыўіцкі», «Бабулин», «Спадчына», «Батон простой», «Хала с кунжутом», "Багет "Итальянский", «Батон с изюмом», батон «Хуторянка»,» Хлеб зерновой любительский», Рожок «Воскресный», Батон «Маладосць», «Хлеб кубанский». Все пищевые добавки в рассмотренных нами сортах хлебобулочных изделий соответствуют требованиям СанПиН 13-10 РБ 2002 «Гигиенические требования к качеству и безопасности пищевых добавок и их применению».