

Продукты детского питания (ПДП) на фруктово-ягодной и овощной основе



ПДП на фруктово-ягодной и овощной основе представлены консервами. Их производят из высококачественных свежих плодов и овощей. Готовые продукты отличаются прекрасными вкусовыми свойствами, наиболее благоприятным сочетанием белков, жиров и углеводов (1:1:2 до 4), а также высоким содержанием витаминов, железа, фосфора и других минеральных веществ.



Консервы на фруктово-ягодной и овощной основе представляют собой гомогенизированную пюреобразную массу. При их изготовлении помимо растительного сырья добавляют поваренную соль, сахар, сливочное масло, молоко, рис, муку и т.д.



Товароведная классификация консервов на фруктово-ягодной и овощной основе

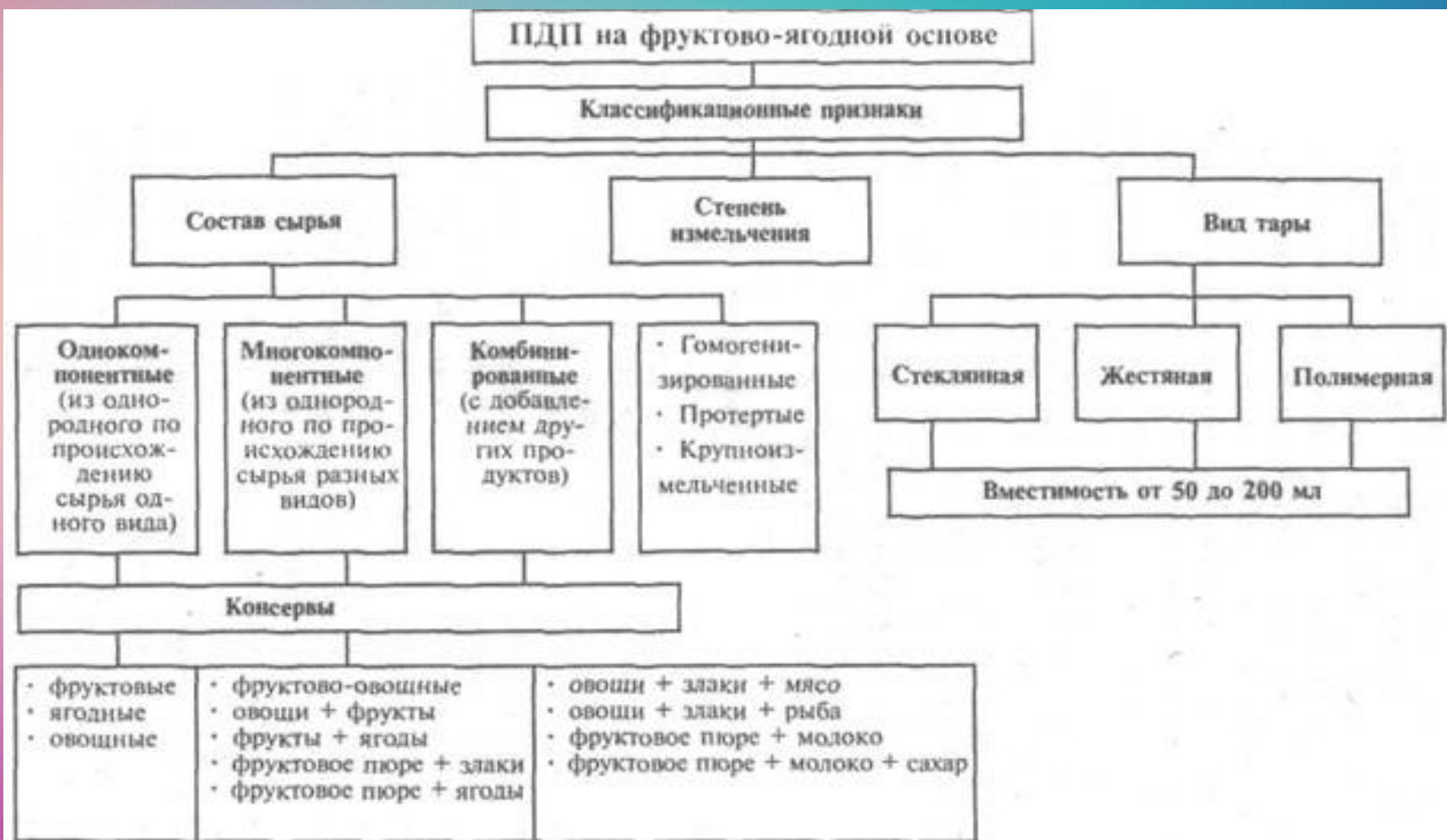


Рис. 2.3. Классификация и ассортимент ПДП на фруктово-ягодной и овощной основе

Ассортимент отечественных консервов для детского питания определен **ГОСТ 15849-89**, где приведена их классификация по видам плодовых и ягодных консервов. **К ним относятся:**

- пюре плодовые натуральные; из смеси плодов натуральные; плодовые и ягодные с сахаром; из смеси плодов и ягод с сахаром; из смеси плодов, ягод, овощей, плодовых и ягодных соков с сахаром; из плодов с крупами и молоком; из плодов со сливками — Неженка;

- кремы плодово-ягодные;
- десерты плодово-ягодные;
- соки плодовые натуральные; натуральные с сахаром; купажированные натуральные; плодовые и ягодные купажированные с сахаром; с мякотью натуральные; с мякотью и с сахаром; плодовые и ягодные купажированные с сахаром и с мякотью;

- компоты плодовые;
- консервы с добавлением витаминов.



Соки для детского питания готовят из отборного сырья — натуральных плодов и ягод: слив, вишни, черешни, яблок, абрикосов, персиков и др. Причем вид сырья определяет вид консервов

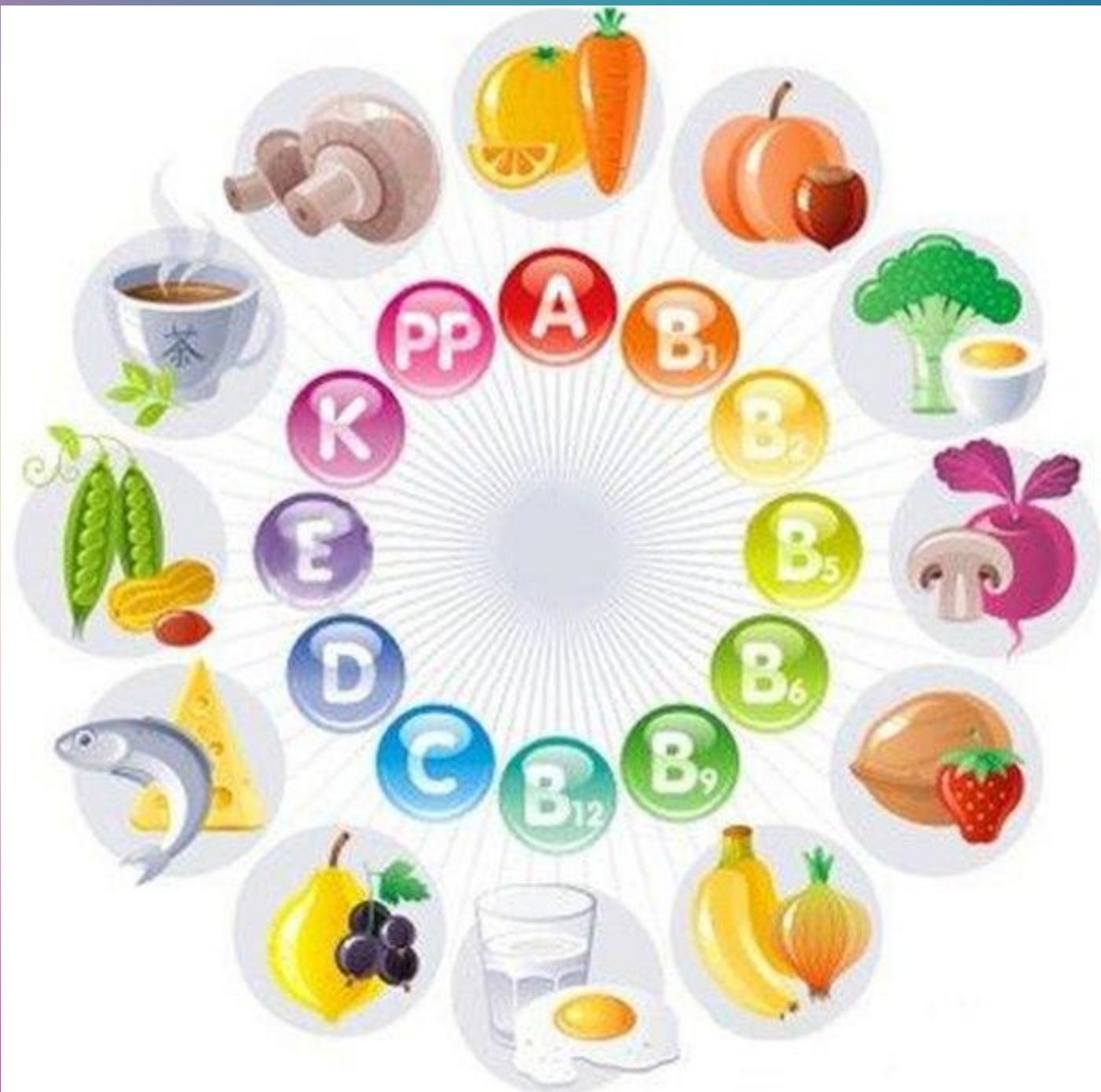


Для детского питания выпускают **соки как осветленные**, так и с **мякотью**, что обуславливает поступление в организм детей пищевых волокон, стимулирующих деятельность желудочно-кишечного тракта. По этой причине соки с мякотью вводят в рацион питания более старших детей, у которых сформировалась более устойчивая слизистая оболочка кишечника. В этой связи Институтом питания РАМН рекомендовано включать соки в рацион детей, находящихся на грудном вскармливании, но не ранее 4-го месяца жизни.



Значение **соков** в детском питании очень велико. Прежде всего **соки** — источник витаминов и многих других биологически активных веществ. Кроме того, использование соков при лечении острых инфекционных заболеваний и токсических состояний дает хорошие результаты.





Соки улучшают аппетит, утоляют жажду, способствуют снижению энергетических потребностей, которые частично компенсируются за счет потребления легкоусвояемых моносахаров, способствуют восстановлению водного и кислотно-щелочного баланса и усилению мочевыделительной функции почек. Последнее приводит к освобождению организма от инфекционных и токсичных агентов и промежуточных продуктов жизнедеятельности.



Фруктовое или фруктово-овощное пюре вводится в рацион ребенка только после того, как в течение 2—3 недель он принимал соки. Пюре имеет полужидкую консистенцию, для придания которой в качестве структурообразователей (загустителей) используют небольшие количества крахмала, пшеничной муки (рисовой, манной и т.д.), пектины, гуаровую камедь и др. Пюре выпускают гомогенизированными, мелкоизмельченными и крупноизмельченными; рекомендуются детям соответственно 4—6, 6—9 и старше 9 мес.



Первоначально в рацион ребенка вводят **однокомпонентное пюре**, т.е. из одного вида плодов (яблочное, грушевое, персиковое, сливовое), а затем многокомпонентные, причем введение новых видов пюре проводят постепенно, начиная с 3—5 г и к 10—12 мес. увеличивая дозу до 80—100 г.



В последние годы вырабатывают **комбинированные пюре** на фруктово-зерновой основе (из фруктов с добавлением зерновых) и фруктово-молочные (из фруктов с добавлением молочных продуктов, йогурта, сливок, творога). В качестве основного фруктового сырья используют яблоки, бананы, персики, абрикосы, тропические фрукты, а зернового компонента — рисовую или овсяную муку либо хлопья, крахмал. Эти продукты обогащают витамином С, поскольку он способен разрушаться в процессе технологической обработки.



Комбинированные пюре имеют более высокую пищевую и энергетическую ценность, так как присутствие зернового компонента способствует увеличению содержания углеводов. Однако наличие зернового компонента повышает нагрузку на еще неокрепшую систему пищеварения ребенка, поэтому их рекомендуют с 6—7 мес. Такие пюре выпускают фирмы «Нестле», «Гербер», «Бэбивита», «Фруктал», «ХиПП» и др.



Разновидностью комбинированных пюре являются продукты на фруктово-молочной основе. В качестве основного сырья используют яблоки, персики, абрикосы, сливы и др., а молочного — йогурт, сливки, творог. Для придания соответствующей консистенции в качестве загустителя используют крахмал или пшеничную муку. Пищевая ценность таких продуктов существенно повышается за счет присутствия молочных продуктов как источников белка и жира. Такие консервы выпускают фирмы «Бо-на/Нестле», «Нутриция», «Ваден Берг Фудс», «Хайнц». Их рекомендуют детям с 6—7 мес. жизни.



В более старшем возрасте целесообразно вводить **десерты** — сложные комбинированные продукты, включающие не только фрукты, но и злаки (рис, манную крупу), загустители (крахмал, гумми), сахар, ароматизаторы. Их выпускают многие фирмы («Хайнц», «Гербер» и др.).

Вслед за фруктовыми пюре с 5—6 мес. в рацион детского питания рекомендуется вводить **овощное пюре**. В качестве первого прикорма дают однокомпонентные пюре из моркови, картофеля, кабачков и др. Затем постепенно вводят многокомпонентные пюре, например из моркови и цветной капусты, из моркови и тыквы и т.д.



Начиная с 6—7-месячного возраста в рацион питания вводят пюре из томатов, фасоли, зеленого горошка и т.д., которые имеют более плотную консистенцию.

Таким образом, с учетом возраста ребенка в рацион питания вводят различные продукты, обладающие **высокой пищевой ценностью**, что способствует обеспечению детского организма необходимыми для роста и развития питательными веществами, а также постепенному переводу его на обычную (твердую) пищу.



Продукты на плодовоовощной основе используют, как правило, в качестве первого прикорма начиная с 4 мес. жизни ребенка. Многие зарубежные фирмы делят свою продукцию на стадии или этапы в зависимости от возраста, в котором они рекомендуются:

1-я стадия — дети от 3 до 6 мес;

2-я стадия — с 6 до 9 мес;

3-я стадия — с 9 мес.



Крупнейшим производителем продуктов детского питания на фруктово-ягодной и овощной основе в нашей стране является **АЗОВСКИЙ КОМБИНАТ** детского питания, который выпускает фруктовые пюре в следующем ассортименте: из яблок и слив с сахаром (с 5 мес), из слив с сахаром (с 4 мес), из черешни и яблок с сахаром (с 4—5 мес). Все эти виды консервов обогащены витамином С; фруктово-овощные пюре: из тыквы и яблок (с 4—5 мес), из моркови и яблок (с 4—5 мес).



Завод детского питания «Фаустово» (Московская обл., Воскресенский район) совместно с компанией «Сивма» («ХиПП», Австрия) разработали и производят фруктово-ягодные и овощные суфле, в состав которых входят избитые яичные белки. Суфле выпускаются под единой торговой маркой «Бабушкино лукошко» в следующем ассортименте: из кабачков и яблок; из моркови и яблок; из тыквы и яблок; из яблок, моркови и черной смородины; из яблок, моркови и черноплодной рябины, из яблок, свеклы и черноплодной рябины; из яблок, тыквы и облепихи.



Содержание белков, жиров, углеводов, железа, минеральных солей в пюре выше в 1,5—2 раза, чем в обычных детских консервах, а витамина С — в 2—3 раза. Эти виды суфле одобрены Министерством здравоохранения РФ, прошли клиническую апробацию в Институте питания РАМН и рекомендованы для детей с 5—6 мес. жизни.



ВНИИ КОП разработал **рецептуры и технологию** производства **нектаров и пюре** на основе полуфабрикатов тропических плодов (бананов, гуавы, манго, папайи) с добавлением небольшого количества сахара (2—6%). Поставку этих полуфабрикатов осуществляет совместное российско-индийское предприятие. Новые продукты прошли клиническую апробацию и в Институте питания РАМН, Институте педиатрии РАМН и рекомендованы в производство. Консервы из бананов предназначены для питания детей с 4-месячного возраста; гуавы, манго и папайи — с 9-месячного.

