

Содержание

Введение	3
Глава 1. Питание человека и его здоровье	6
1.1. Исторические аспекты питания человека	6
1.2. Теории питания	9
1.3. Основы физиологии пищеварения и обмена веществ	18
1.4. Питание и заболеваемость	24
1.4.1. Питание при ожирении	29
1.4.2. Питание при сахарном диабете	31
1.4.3. Питание при сердечно-сосудистых заболеваниях	33
1.4.4. Питание при аллергических заболеваниях	36
1.4.5. Питание при заболеваниях органов пищеварения	36
1.4.6. Питание при онкологических заболеваниях	39
1.4.7. Йододефицитные состояния	41
1.4.8. Железодефицитные состояния	43
Глава 2. Виды питания	46
2.1. Лечебное питание	48
2.2. Лечебно-профилактическое и профилактическое питание	60
2.3. Специализированное питание	67
2.3.1. Питание спортсменов	67
2.3.2. Питание беременных и кормящих матерей	73
2.3.3. Функциональное питание	79
Глава 3. Основные категории функционального питания	86
3.1. Функциональная роль минеральных элементов	88
3.2. Характеристика функциональных свойств пищевых волокон	103
3.3. Функциональные свойства аминокислот, протеинов и пептидов	106
3.4. Фосфолипиды как компоненты продуктов функционального назначения	113
3.5. Витамины как компоненты продуктов функционального питания	115
3.5.1. Жирорастворимые витамины	115
3.5.2. Водорастворимые витамины	117
3.6. Бифидобактерии, молочнокислые бактерии и другие микроорганизмы как основа биологически активных добавок и продуктов функционального питания	123
3.7. Гликозиды как категория продуктов функционального питания	131
3.8. Другие функциональные ингредиенты	132
3.9. Негативные последствия избыточного поступления в организм компонентов, входящих в состав продуктов функционального питания	136

Глава 4. Пищевые и биологически активные добавки	140
4.1. Классификация биологически активных добавок и оценка их использования в питании человека	140
4.2. Функциональные классы пищевых добавок	145
4.3. Способы и методы введения функциональных добавок в продукты питания.....	155
Глава 5. Способы обработки сырья и получения биологически активных веществ	161
5.1. Методы переработки сырья	161
5.2. Генетически модифицированные источники пищи	163
5.3. Способы обработки сырья сжиженными и сжатыми газами	169
5.4. Технология получения сухих экстрактов	179
Глава 6. Технология продуктов детского питания на основе животного и растительного сырья.....	184
6.1. Специализированное питание новорожденных и детей младшего возраста	185
6.2. Технология производства продуктов детского питания на молочной основе	193
6.3. Технология производства продуктов детского питания на мясной основе	199
6.3.1. Состояние производства мясных продуктов детского питания	208
6.3.2. Технология производства мясных и мясорастительных консервов, рубленых полуфабрикатов, кулинарных и колбасных изделий для детского питания.....	210
6.4. Технология производства сухих смесей для детского питания	224
6.5. Технология производства рыбо-растительных консервов для детского питания	225
Глава 7. Питание людей пожилого возраста	230
7.1. Анализ специальных требований к пищевым продуктам геродиетического профиля	230
7.2. Теоретические предпосылки компьютерного проектирования продуктов для питания людей пожилого и преклонного возраста	238
7.2.1. Анализ существующего ассортимента мясных и молочных продуктов с позиции адекватности требованиям геродиетического питания.....	242
7.2.2. Анализ сырья растительного и животного происхождения, предназначенного для производства продуктов геродиетического питания	245
7.2.3. Моделирование рецептур геродиетических продуктов.....	250
Приложения.....	260
Список рекомендуемой литературы	278