

ЦІННИЙ ПРОДУКТ ТВАРИННОГО ПОХОДЖЕННЯ – МОЛОКО

*Штена О.Г., Радіонова А.В.
Полтавський ДПУ імені В.Г. Короленка*

Стан здоров'я молодого покоління сьогодні викликає чималу тривогу за подальшу долю людства. Не останню роль у поглибленні цієї проблеми грає відсутність у сучасних сім'ях навичок здорового харчування, не сформованість, на фоні розмаїття продуктів у супермаркетах, уміння обирати для повсякденного вжитку саме ті, що здатні оптимально і гармонійно забезпечити потреби організму.

Наші предки мали більш тісний зв'язок з природою, розуміли необхідність безпосереднього спілкування з нею, користувалися природними дарами, не завдаючи шкоди навколишньому середовищу. Актуальна сьогодні для українців проблема здорового харчування може знайти вирішення за допомогою залучення вікових надбань людства, що здавна вміло використовувати характерні для господарства нашої країни продукти з максимальною користю для організму.

Одним із головних продуктів, що супроводжує людину від моменту народження протягом всього життя, є молоко. Аналізуючи історію його продукування та застосування у різних народів, можемо зробити висновок, що тут мають свої секрети і особливості.

Корова та бик у деяких давніх цивілізацій вважалися престижними тваринами. Так, біля Перської затоки була знайдена кам'яна скульптура бика. Знахідці близько 4 тисячоліть. В стародавній Індії вождя племені називали "гопаті" – "власник корів", і навіть слово "війна" – з індійського перекладається як "завоювання корів". Проте необхідно зазначити, що деякі племена Південної Нігерії розводять велику рогату худобу лише як атрибут багатства, а також для релігійних цілей. Молока та м'яса вони не вживають.

Близько 6 тисяч видів тварин на земній кулі здатні давати молоко. Різні народи вживають молоко вівці, кобили, кози. Однак більша частина людства надає перевагу коров'ячому молоку. Молоко та молокопродукти є традиційними для українців. Калорійність 1 кг молока корови у залежності від жирності складає близько 2700-3100 кДж.

Склад молока залежить від віку тварини, місяця лактації, кормів. За вмістом поживних речовин коров'яче молоко є унікальним продуктом. Воно містить 20 амінокислот, макро- та мікроелементи, більш як 20 вітамінів, а також ферменти, пігменти, фосфатиди, лимонну та фосфорну кислоти. Білок молока – найбільш повноцінний з усіх відомих, він необхідний для росту, підвищення апетиту, попередження багатьох захворювань, а останні дослідження вчених передбачають, що недостатність повноцінного білка призводить до розвитку злоякісних пухлин.

Важко переоцінити молоко з огляду на вміст вітамінів. Воно є цінним продуктом харчування, що містить необхідні для здоров'я людини речовини, чудового засвоюються організмом і продукти переробки молока – сир, сметана, масло, молозиво, вершки. Молоко – це перша їжа новонародженого, і від того як довго мати годує малюка власним молоком залежить його чутливість до багатьох захворювань, такі діти мають більш високий імунітет. 95% молочного жиру легко засвоюється організмом. Відомо, що вершкове масло – продукт переробки молока – смакували ще у III – IV тисячолітті до н.е., про це є згадки у древньогрецьких та давньоіндійських книгах, уміли готувати його і скіфи.

Однак, прикрим є той факт, що учні молодших класів міських шкіл, відповідаючи на запитання тесту щодо походження молока, досить переконливо запевняли у його промисловому походженні (наприклад, як пива чи газованих напоїв). Ще більш прикро для нас, що школярі, за спостереженнями педагогів, саме цим сумнівного складу напоєм надають перевагу в повсякденному житті. З огляду на це, учителям – предметникам варто більше уваги звертати на такий аспект екологічного виховання, як пропаганда натуральних продуктів харчування, що традиційно складала основу національної кухні, і зокрема – молока.

ТРАДИЦІЙНО УКРАЇНСЬКИЙ ПРОДУКТ СВИНАРСТВА – САЛО.

Пивовар Н.М., Пилипенко С.В.

Полтава

Важко переоцінити значення ссавців у житті людини. Свійські тварини є джерелом високоякісних харчових продуктів. Серед них велике значення належить свійським свиням. Домашні свині походять від різних підвидів європейського й азійського кабана. У порівнянні з дикими предками їх зовнішній вигляд, плідючість та продуктивність сильно змінилися. Але вони зберегли все ж багато природних властивостей. У них слабкий зір, але гострий слух та нюх. Свині зберігають інстинкт гуртової поведінки. З великих домашніх тварин свині мають найвищу плодючість. За один опорос вони приносять 10-12 поросят, а рекордисти по 22 і, навіть, по 28 поросят. Причому, у свиней бувають по два опороси в рік. Свині дуже скороспілі і при правильному утриманні вони вже в 6-7 місяців досягають 100-110 кг. Свині добре засвоюють поживні речовини і, тому використовують порівняно мало кормів на кілограм приросту.

На жаль, за словами академіка В.Ф.Коваленка, в останні роки поголів'я свиней в Україні не дотягує і до восьми мільйонів. Для порівняння в 1990-1991 роках ця цифра перевищувала 20 мільйонів. Майже на половину скоротилося поголів'я свиней і у громадському секторі. З великим трудом вдається вижити племінним заводам. Можна лише констатувати, що в Україні поки що