

19-2151

НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

Л.Ю. Лаврова, Е.Л. Борцова

# ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

(учебное пособие)

---

Larisa Y. Lavrova, Ekaterina L. Bortsova

# THEORETICAL AND PRACTICAL FOUNDATIONS OF HEALTHY DIET

(manual)

19-02151

Москва  
БИБЛИО-ГЛОБУС  
2018



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ  
БИБЛИО-ГЛОБУС

Министерство науки и высшего образования  
Российской Федерации

Уральский государственный экономический университет

**Лаврова Л.Ю.**

**Борцова Е.Л.**

**ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ  
ОСНОВЫ  
ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ**

*Учебное пособие  
для студентов вузов*

Larisa Y. Lavrova,  
Ekaterina L. Bortsova

**THEORETICAL AND PRACTICAL  
FOUNDATIONS OF HEALTHY DIET**

Moscow, BIBLIO-GLOBUS, 2018

Москва  
БИБЛИО-ГЛОБУС  
2018

УДК 613.2 (075.8)

ББК 51.23я73

113

### Рецензенты:

**Пищиков Г.Б.** – доктор технических наук, профессор кафедры пищевой инженерии аграрного производства Уральского государственного аграрного университета;

**Лыжин Д.Н.** – ведущий научный сотрудник Центра социально-экономических исследований Российского института экономических исследований;

**Безматерных М.А.** – заместитель директора ХТИ по образованию, кандидат химических наук, доцент кафедры технологии органического синтеза Уральского федерального университета им. первого Президента России Б.Н. Ельцина;

**Прокопенкова И.О.** – старший научный сотрудник Центра социально-экономических исследований Российского института экономических исследований, кандидат экономических наук.

**Лаврова Л.Ю.**

П 13 Теоретико-практические основы здорового питания: учеб. пособие / Лаврова Л.Ю., Борцова Е.Л. – М.: БИБЛИО-ГЛОБУС, 2018. – 202 с.

ISBN 978-5-907063-23-5

ЮИ 10.18334/9785907063235

В пособии представлены сведения по современным научным теориям и концепциям, сформулированы основные законы рационального питания. Рассмотрены вопросы качества и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Даны инновационные подходы и направления, а также примеры практических научных исследований по расширению ассортимента продуктов здорового питания.

Учебное пособие предназначено для студентов вузов, изучающих вопросы научно-инновационной деятельности в сфере питания. Рекомендуется для специалистов предприятий пищевой промышленности и общественного питания.

ISBN 978-5-907063-23-5

© Лаврова Л.Ю., 2018

© Оформление и дизайн обложки,

ООО Издательский дом «БИБЛИО-ГЛОБУС», 2018

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	7
1. Теоретические основы здорового питания .....	10
1.1. Государственная политика в области здорового питания .....	10
1.2. Современные научные теории о питании .....	19
1.3. Концепция здорового питания и научные принципы создания функциональных пищевых продуктов .....	37
2. Нормативно-техническое регулирование качества и безопасности продовольственного сырья и пищевой продукции .....	54
3. Инновационная деятельность в индустрии питания .....	84
3.1. Основы инновации .....	84
3.2. Основные направления инновационных технологий создания продуктов здорового питания .....	90
3.3. Подходы к управлению инновационным производством ...	113
4. Практическая реализация принципов здорового питания в расширении ассортимента пищевой продукции .....	124
4.1. Использование продуктов переработки молока в производстве пищевой продукции .....	126
4.2. Использование сухой белковой композитной смеси в производстве продуктов питания .....	139
4.3. Использование продуктов переработки дикорастущего ягодного сырья Уральского региона в производстве блюд общественного питания .....	156

<b>4.4. Применение нетрадиционных видов муки в производстве хлебобулочных и мучных кондитерских изделий.....</b>	<b>176</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>194</b>
<b>Библиографический список.....</b>	<b>195</b>