



Тема: МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

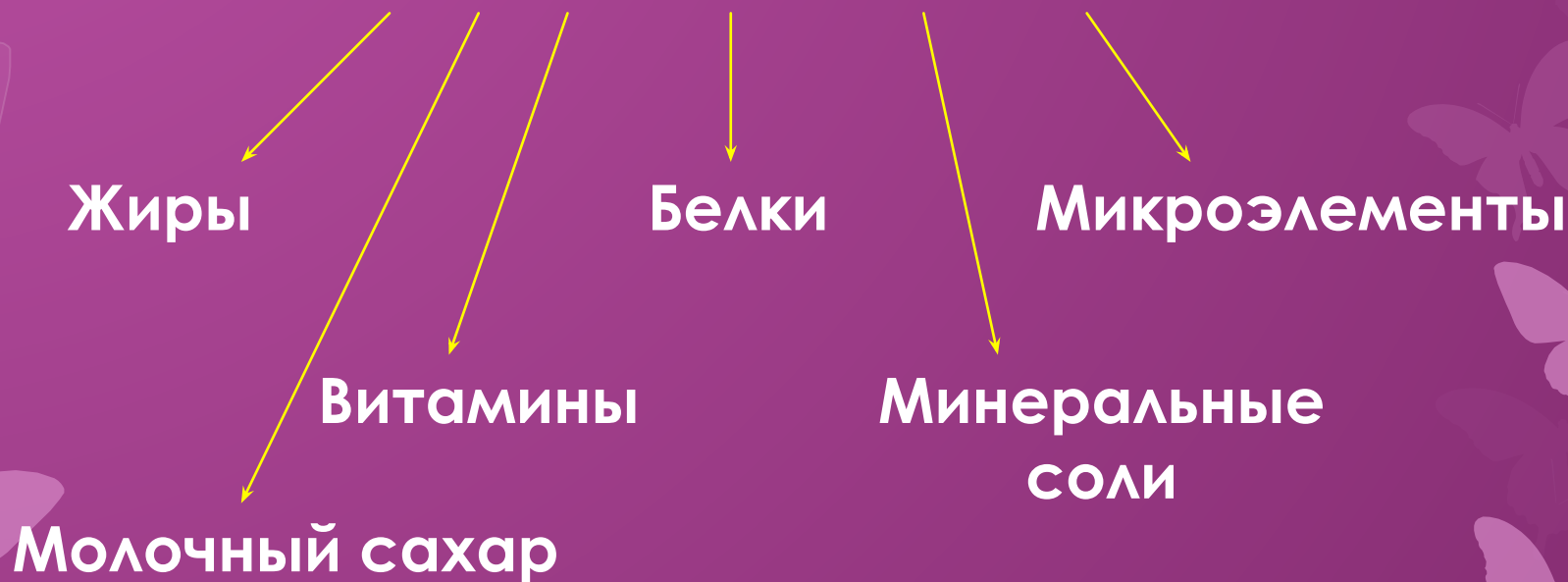
Тиханкова Т. М.

Молоко благодаря своим ценным питательным свойствам с древнейших времён играет важную роль в питании людей. По мере развития цивилизации потребление молока и продуктов, производимых из него, непрерывно возрастает.



**Ценность молока объясняется:
богатством состава и входящими
в него веществами.**

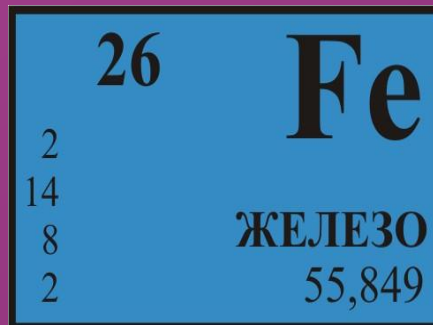
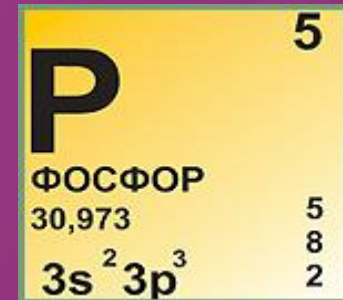
В молоке содержатся:



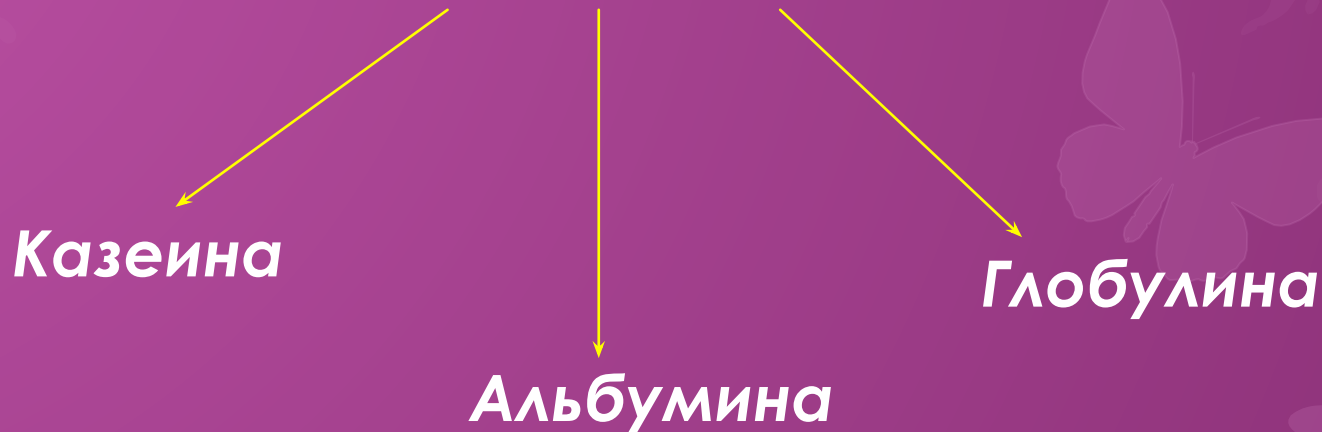


Минеральные соли молока представлены солями:

- Кальция
- Фосфора
- Магния
- Натрия
- Железа и др.



Молочные белки СОСТОЯТ ИЗ:



и содержат полный набор
незаменимых аминокислот
в требуемых
человеческому организму
соотношениях.

Молочный жир содержит:

```
graph TD; A[Молочный жир содержит:] --> B[Низкомолекулярные жирные кислоты]; A --> C[Полиненасыщенные жирные кислоты]; B --> D[Редко встречаются в других пищевых жирах]; C --> E[Представляют ценность, т.к. не могут синтезироваться в человеческом организме];
```

**Низкомолекулярные
жирные кислоты**

**Редко встречаются в других
пищевых жирах**

**Полиненасыщенные
жирные кислоты**

**Представляют
ценность, т.к. не могут
синтезироваться в
человеческом
организме**

В молоке содержатся:

```
graph TD; A[В молоке содержатся:] --> B[Молочный сахар- ЛАКТОЗА]; A --> C[МИКРОЭЛЕМЕНТЫ:]; A --> D[ВИТАМИНЫ:];
```

Молочный
сахар-
ЛАКТОЗА
(существенный
источник
энергии для
организма)

МИКРОЭЛЕМЕНТЫ:

- Кобальт
- Медь
- Цинк
- Марганец
- Молибден и др.

ВИТАМИНЫ:

- А
- D
- К
- В1
- В2
- В12
- РР
- С
- Н

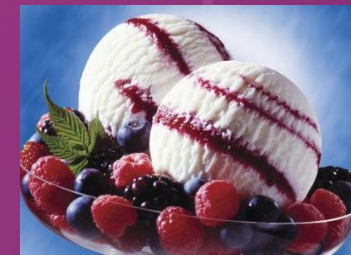
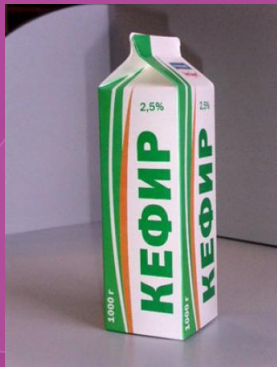
В МОЛОКЕ МНОГО ВОДЫ. Это объясняется самым главным назначением молока-питать новорождённый организм, которому необходима вода, без неё, как известно, невозможен в организме ни один физиологический процесс.



Наибольшее значение в промышленном производстве молочных продуктов у нас имеет коровье МОЛОКО.



Молоко, являясь само по себе прекрасным продуктом питания, служит сырьём для приготовления множества различных молочных продуктов, употребляемых в пищу непосредственно или применяемых в кулинарии.

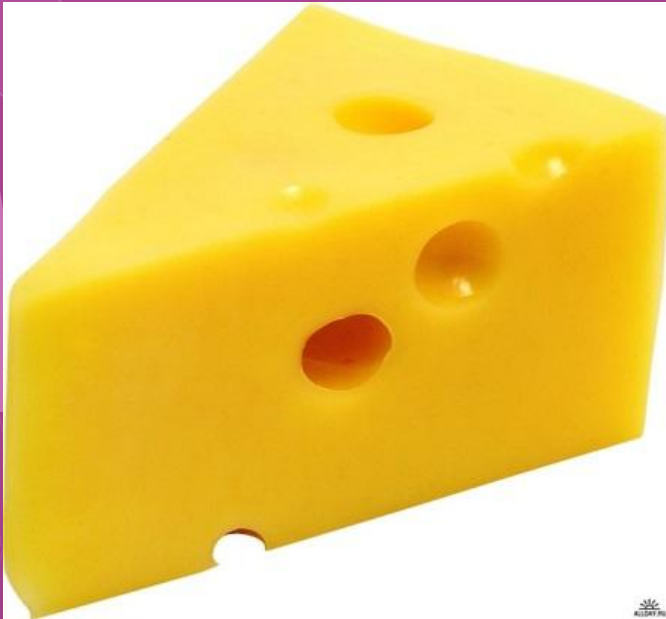


Большим спросом пользуются в нашей стране **СЛИВОЧНОЕ МАСЛО И СЫРЫ**. Для кулинарных целей и изготовления самых различных видов пищи молочная промышленность выпускает топленое масло, представляющее собой фактически **ЧИСТЫЙ МОЛОЧНЫЙ ЖИР**.





Пищевая ценность сыров обусловлена содержанием в них большого количества легкоусвояемых белков. Ассортимент сыров формируется с учётом национальных особенностей населения.



Цельномолочные продукты объединяют большой ассортимент самых различных продуктов. К цельномолочным продуктам относятся молоко, сливки, сметана, кисломолочные напитки, творог и сырково-творожные изделия. Наибольшее значение имеют питьевое молоко, кисломолочные продукты и творог.





Продукты детского питания на основе молока имеют важное значение для кормления детей раннего возраста, особенно при отсутствии у матерей собственного молока.

Молочные консервы-концентрат молока.



Из молока можно
приготовить много вкусных и
полезных продуктов.



**Систематическое употребление
питьевого молока, кисломолочных
напитков необходимо для правильного
питания. Эти продукты справедливо
называют напитками здоровья!**

