

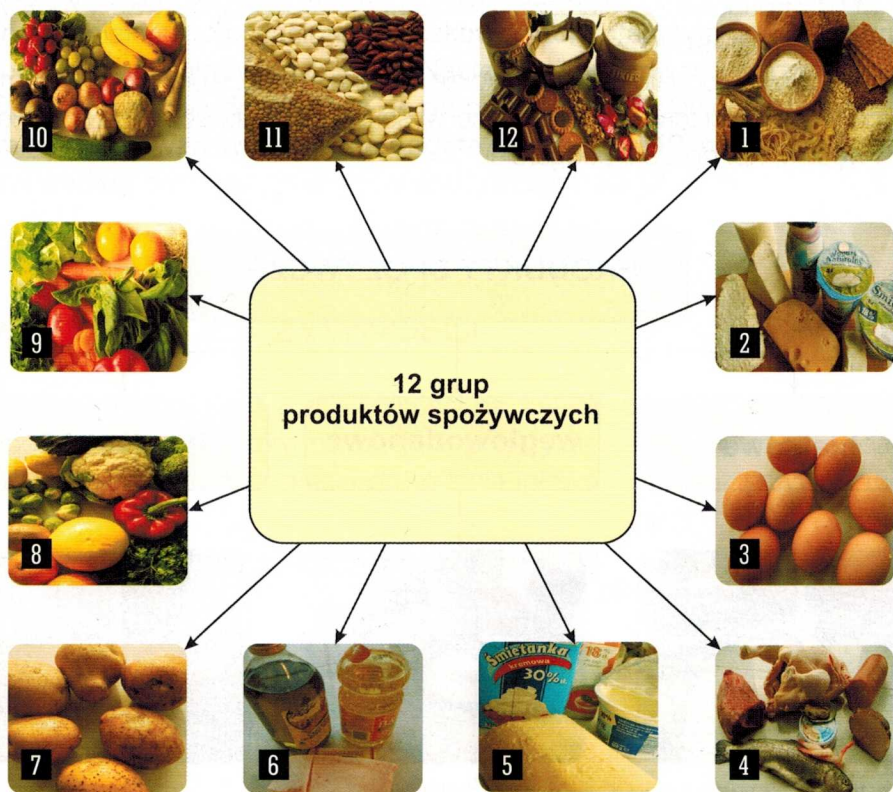
# PODZIAŁ PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH

Produkty spożywcze to surowce naturalne lub poddane obróbce, które stanowią pokarm człowieka. Ze względu na pochodzenie dzieli się je na roślinne i zwierzęce.

Produkty roślinne to zboża i przetwory zbożowe, owoce i warzywa. Rozwój technologii przetwórczej pozwolił na tworzenie produktów żywnościowych, które zawierają surowce zarówno pochodzenia roślinnego, jak i zwierzęcego. Przykładami mogą być niektóre półprodukty mrożone lub potrawy, np. pierogi z mięsem czy gołąbki. Produkty pochodzenia zwierzęcego to mięso zwierząt rzeźnych, dzicyzna, drób, dzikie ptactwo, ryby, jaja, mleko i przetwory mleczne.

Ze względu na wartość odżywczą produktów stosuje się różne podziały, których głównym kryterium jest wysoka zawartość określonych składników odżywczych. Produkty spożywcze najczęściej dzieli się na pięć lub więcej grup. Najbardziej szczegółowy jest podział na dwanaście grup:

- 1) produkty zbożowe,
- 2) mleko i produkty mleczne,
- 3) jaja,
- 4) mięso i przetwory mięsne, drób, ryby,
- 5) masło i śmietana,
- 6) inne tłuszcze,
- 7) ziemniaki,
- 8) warzywa i owoce bogate w witaminę C,
- 9) warzywa i owoce bogate w karoten,
- 10) warzywa i owoce inne,
- 11) nasiona strączkowe suche,
- 12) cukier i słodczyce.



Rys. 13. Podział produktów spożywczych na 12 grup

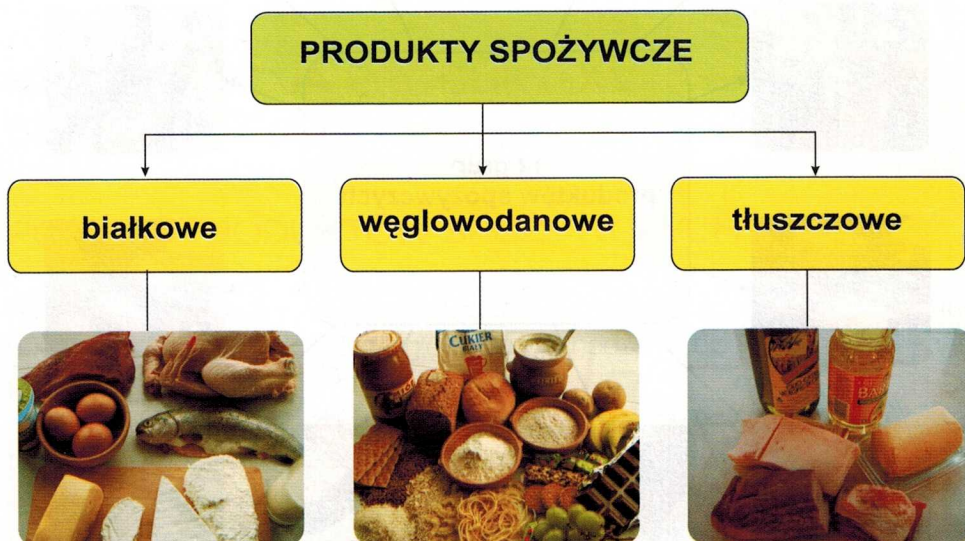
Uproszczony podział na pięć grup obejmuje:

- 1) produkty zbożowe i ziemniaki,
- 2) warzywa i owoce,
- 3) mleko i jego przetwory,
- 4) mięso, drób, ryby i ich przetwory, jaja, rośliny strączkowe,
- 5) tłuszcze.

Produkty żywnościowe można również podzielić według ich składu chemicznego. Podział ten jest jednak niezbyt ścisły, ponieważ artykuły żywnościowe zawierają na ogół wiele składników chemicznych. Wyjątkiem są produkty otrzymane wskutek specjalnej obróbki technologicznej, np. cukier, oleje roślinne, smalec.

Umownie przyjęto podział na następujące produkty:

- białkowe – zawierają duże ilości białek przyswajalnych przez organizm człowieka: mięso, drób, ryby, jaja, mleko i przetwory mleczne,
- węglowodanowe – dostarczają głównie węglowodanów: przetwory zbożowe, miód, cukier i słodczyce,
- tłuszczowe – bogate w tłuszcze: oleje roślinne, masło, słonina, smalec, margaryny oraz przetwory zawierające wysoki procent tłuszczów (tłuste mięsa i wędliny, np. boczek, podgardle).



Rys. 14. Podział produktów spożywczych ze względu na skład chemiczny

Ze względu na stopień przetworzenia żywność dzieli się na:

- naturalne produkty spożywcze – głównie warzywa, ziemniaki, owoce, jaja,
- konserwy – produkty utrwalone w różny sposób, np. mrożonki, solone śledzie, susze, marynaty,
- przetwory – produkty, które znacznie różnią się od surowca, mogą mieć też inną trwałość, np. wędliny, dżemy, sery,
- produkty pochodne – wyodrębnione czyste składniki z surowca, np. olej roślinny, cukier, krochmal,
- produkty pochodne przetworzone – otrzymane z wyżej wymienionych, np. margaryny,
- wytwory – produkty fermentacji i biosyntezy przemysłowej, np. drożdże piekarskie, kwas cytrynowy, alkohol.

### Ćwiczenie

Wynotuj z tabel składu chemicznego i wartości odżywczej produktów spożywczych warzywa i owoce wraz z zawartością witaminy C i karotenu. Pomiń ziemniaki i suche nasiona strączkowe, które stanowią oddzielne grupy w podziale produktów na 12 grup. Następnie wynotowane warzywa i owoce przyporządkuj odpowiednio do grup: 8. (warzywa i owoce bogate w witaminę C), 9. (warzywa i owoce bogate w karoten) i 10. (warzywa i owoce inne) według podziału produktów spożywczych na 12 grup.

## NOWE ŹRÓDŁA ŻYWNOSCI

Ze względu na rosnącą liczbę ludności na świecie oraz warunki klimatyczne i środowiskowe w niektórych regionach podejmuje się obecnie różne badania, które mają na celu pozyskanie pożywienia (głównie białek) z nowych źródeł.

Są to:

- organizmy jednokomórkowe (bakterie, drożdże, pleśnie),
- glony,
- nasiona i liście roślin lądowych,
- produkty uboczne przemysłu mięsnego,
- niektóre skorupiaki i ryby morskie.

Przydatność nowych białek zależy od wielu czynników. Najważniejsze z nich to:

- brak szkodliwości dla człowieka,
- wartość odżywcza,
- koszty uzyskania,
- walory smakowe.

Innym sposobem pozyskania nowych białek jest modyfikacja istniejących, które pochodzą z surowców tradycyjnych, oraz nowych – z niekonwencjonalnych źródeł.