ДП «КРИВБАССТАНДАРТМЕТРОЛОГІЯ»

ВІСНИК ЯКОСТІ

За якістю майбутнє!

№11(28) 25 листопада 2015р. www.krivbasscenter.dp.ua

Райдуга життя | стор. 2-3

Ловись, рибко! | стор. 4

Про що треба знати споживачу

Нещодавно Міністерство охорони здоров'я України оприлюднило проект Закону України "Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів", який розроблено на виконання Національного плану дій щодо впровадження Програми економічних реформ на 2010 - 2014 роки "Заможне суспільство, конкурентоспроможна економіка, ефективна держава". Закон планується ввести в дію з 2018 року.

Метою прийняття проекту акту є встановлення вимог до інформації про харчові продукти, видів обов`язкової інформації, її розміщення, обов`язків операторів ринку та гармонізація законодавства України з законодавством Європейського Союзу для забезпечення гарантування права споживачів на інформацію, а також на процедури надання інформації про харчові продукти.

Законопроект регулює відносини між органами виконавчої влади, виробниками, продавцями (постачальниками) та споживачами харчових продуктів і визначає правовий порядок надання споживачам інформації про харчові продукти, призначені для постачання кінцевому споживачу.

З одного боку, прийняття документа дозволить зменшити навантаження на операторів ринку, оскільки всі вимоги, що стосуються інформації про продукти, для покупців будуть об'єднані в одному законі, гармонізованому з нормами ЄС. Але з іншого боку, в ньому є ряд новацій.

Планується, що за обов'язкову інформацію про продукти відповідатиме оператор ринку. Він повинен забезпечити присутність і достовірність інформації відповідно до законодавства. Оператори ринку несуть відповідальність відповідно до закону за будь-які зміни, що вносяться в інформацію про продукти.

Проект закону передбачає, що виробники продуктів повинні будуть на упаковці вказувати, крім назви самого продукту, також нетто продукту; дату закінчення мінімального терміну придатності або дату «вжити до»; спеціальні умови зберігання та/або умови використання (у разі необхідності); найменування та місцезнаходження оператора ринку, що відповідає за обов'язкову інформацію про харчовий продукт; країну (для певних категорій продуктів) або місце походження; інформацію про спосіб використання (якщо використання продукту без такої інформації ускладнено); відомості про вміст спирту; позначення партії; наявність у продукті генно-модифікованих організмів, якщо їх частка перевищує 0,9% для кожного інгредієнта, що містить, складається або виробленого з ГМО, перелік інгредієнтів; їх кількість.

Крім того, необхідно буде зазначати вміст харчових волокон, білків, солі, вітамінів і мінералів. Проект закону передбачає не тільки зазначення енергетичної цінності продукту, але і розшифрування вмісту поживних речовин, жирів (з розшифруванням вмісту насичених, мононенасичених і поліненасичених жирних кислот), вуглеводів (з розшифруванням кількості цукру, поліолів і крохмалю). Незмінними залишаються вимоги до переліку використаних інгредієнтів, у тому числі харчових добавок з індексом Е.

Проект передбачає і певний розмір шрифту (він регламентований по висоті і по ширині). Якщо площа найбільшої поверхні упаковки менше 10 кв. см і на неї неможливо нанести обов'язкову інформацію в повному обсязі, тоді її необхідно розмістити на листку-вкладиші, доданому до кожної одиниці групової упаковки.

Документом пропонується визначити вимоги до назви продукту. Вона може містити тільки назви тих продуктів, які входять до його складу. Ця ж вимога стосується і фірмового найменування продукту.

Крім того, у разі ухвалення цього закону діятимуть ряд нових вимог до маркування продуктів. Зокрема, необхідність вказувати наявність речовин, які можуть викликати алергічні реакції, або таких, що не переносяться організмом людини.

Також для окремих типів (категорій) продуктів доведеться зазначати додаткову інформацію. Це стосується, наприклад, продуктів, упакованих із застосуванням газів, продуктів, що містять підсолоджувачі, гліциризинову кислоту (або її аммонієву сіль), напої з високим вмістом кофеїну або продукти з кофеїном, з фітостеролом, складні ефіри фітостеролу.

А ось на заморожених продуктах необхідно буде на маркуванні зазначати дату першого заморожування (якщо продукт був заморожений більше одного разу). Нові вимоги передбачаються і в м'ясній галузі. Так, при маркуванні фаршу необхідно буде зазначати не тільки його склад, а й вміст жирів у відсотках і вміст колагену в білку м'яса також у відсотках.

В окремій статті проекту закону планується прописати вимоги до інформації про продукти, продаж яких здійснюється за допомогою засобів дистанційного зв'язку.

Слід зауважити, що проект Закону України погоджено без зауважень із Мінфіном та Держпідприємництвом та із зауваженнями, які враховані - з Мінекономрозвитку, Мінагрополітики та Мін`юстом. Також проект Закону доопрацьований з урахуванням зауважень Антимонопольного комітету України.

Райдуга життя

Безалкогольні напої – один із найулюбленіших продуктів із групи напоїв. Їх вживають і дорослі і діти незалежно від пори року або часу доби. Для початку необхідно визначити, що слід розуміти під безалкогольними напоями (БАН). До цієї групи відносять мінеральні води (підсолоджені або з ароматизаторами); прохолодні напої (лимонад і ін.), ароматизовані фруктовим соком або есенцією, до складу яких входять питна вода з цукром або без, а також барвники; БАН спеціального призначення (дієтичні, діабетичні, тонізуючі, для спортсменів тощо); квас; готові до вживання напої на основі чаю чи молока.

Світова тенденція споживання газованої води свідчить про падіння попиту. Серед причин, які мають істотний вплив, дослідники виділяють інтенсивну пропаганду здорового способу життя і зростання цін на тлі кризових явищ.

У цілому виробництво безалкогольних напоїв досягло свого піку в 2007-2008 роках, а з 2011 року спостерігалося падіння високими темпами протягом трьох років поспіль. Обсяги виробництва деяких сегментів протягом 2013-2015 років також продемонстрували загальну тенденцію спаду. Сезонність попиту - головна відмітна риса ринку: літній період завжди відрізняється зростанням споживання даного продукту. За даними статистики, протягом усього року компанії випускають менше 50% обсягу продукції, яка виробляється в піковий час (квітень-серпень). Мінеральні води залишаються беззаперечним лідером ринку. Солодкі газовані напої також займають суттєву частку ринку, але вони завжди будуть на другому місці. Динамічне зростання мають енергетичні напої, бо вони функціональні і підходять для декількох ніш: молодь і більш доросле покоління.

Квас, соки і холодні чаї сприймаються як альтернатива і тому користуються популярністю у незначних категорій. Однак аналітики відзначають, що пропаганда здорового способу життя буде робити істотний вплив на зростання сегменту «Соки».

Цільова аудиторія ринку безалкогольних напоїв різноманітна. Незважаючи на те, що продукція підходить для всього населення, маркетологи і компанії-виробники надають перевагу роботі з конкретними категоріями, на чиї інтереси вони орієнтуються. У цілому ринок відрізняється низьким рівнем попиту, який потребує штучного стимулювання (реклами).

Міжнародні компанії-лідери орієнтуються на покоління молодих людей. Це одразу помітно, адже продукт міжнародних брендів легко впізнати: яскраві кольори етикетки, незвичний дизайн самої упаковки, однак перевага віддається ПЕТ-пляшці. У рекламі вони представлені як елемент життєвого стилю: активного і динамічного. Надвичайно життєрадісний та позитивний імідж обумовлений веселістю та розвагами, герої роликів завжди оточені друзями, їхнє життя постійний рух і сповнене задоволеннями та пригодами. Ефект посилюється фоновою музикою відомих виконавців, чиї слухачі неодмінно відреагують покупкою напою (Coca-Cola, Pepsi). Знаючи, що такі маркетингові кроки окупляться, компанії не бояться вкладати кошти і в індустрію розваг (концерти, кіно, комп'ютерні ігри). Маркетологи вітчизняних виробників через таку конкуренцію не можуть розраховувати на молодь, проте з не меншим успіхом вони утримують дві, більш чисельні категорії: старше покоління і діти, чиї потреби оплачуються з гаманців батьків. Для перших випускаються спеціальні лінії з традиційними смаками з «молодості»: «Крем-брюле», «Квас», «Дюшес», «Тархун», «Байкал», «Ситро». Для посилення ефекту бренд-менеджери розробляють спеціальні етикетки в стриманих колірних тонах з позначками «ДСТУ» згадкою про збережену рецептуру, а сам напій розливається в скляну тару. Для дітей та їх батьків в хід пішли дві інші стратегії. По-перше, продукція для молодшого покоління повинна бути корисною, тому тут виграють категорії «Соки» і «Вітамінізовані напої». По-друге, бренд для дітей розробляє «героя»: казкова тварина або анімований персонаж (фрукт /ягода), а сама реклама представлена як невеликий пригодницький мультфільм. Упаковку виконують в яскравих кольорах, і обсяг її не великий. Для дітей випущена спеціальна серія напоїв під ТМ «Живчик» - це унікальне явище для вітчизняного ринку, оскільки у своїй ніші у продукції немає конкурентів. У «Живчика»безліч смаків (яблуко, апельсин, вишня та ін.), а тому він дуже подобається дітям. Батьки ж роблять вибір на користь продукту через вміст соку, ехінацеї, артезіанської води і вітамінів.

Кожна з лінійки напоїв індивідуальна за смаковими якостями, формою і колірній гамі. У залежності від сировини, що використовують, технології виробництва і призначення напої поділяють на наступні групи: напої, які містять соки; напої на зерновій сировині; напої на пряно-ароматичній рослинній сировині; напої на ароматизаторах (есенціях і ароматних спиртах); напої шумування; напої спеціального призначення; штучно мінералізовані води.

Рідкі напої за ступенем насичення двоокисом вуглецю поділяють на сильногазовані; середньогазовані; слабогазовані; негазовані. А за способом обробки рідкі напої поділяються так: непастеризовані; пастеризовані; напої з застосуванням консервантів; напої без застосування консервантів; напої холодного розливу; напої гарячого розливу.

Для приготування напоїв у домашніх умовах випускають сиропи. Сиропи плодові та ягідні натуральні виготовляють шляхом уварення з цукром натуральних, консервованих, концентрованих або інших плодових та ягідних соків. Вони бувають стерилізовані або не стерилізовані, масова частка сухих речовин не менша 68%.

Крім того, існують безалкогольні напої з низькою калорійністю; напої, які є водними розчинами цукру з додатком продуктів переробки плодово-ягідної сировини, пряно-ароматичної сировини (настої трав, коренів, цедри цитрусових плодів тощо), з ароматичних речовин (есенції, ефірні масла); барвників, органічних кислот (лимонна). Існує великий асортимент сухих напоїв як шипучих, так і нешипучих. Їх виготовляють із цукру, винокам'яної кислоти, соди, есенцій, екстрактів та барвників.

Асортимент безалкогольних напоїв дуже великий, тому існує велика розмаїтість сировини, з якої одержують ці напої. Будь-яка сировина повинна відповідати вимогам діючої нормативної документації на конкретну продукцію.

Вода повинна відповідати вимогам ГОСТ 2874 “Вода питна”. Крім того, до води пред'являють додаткові вимоги, вона повинна мати визначену жорсткість та лужність. Для виготовлення безалкогольних напоїв використовують цукор-пісок (ДСТУ 4623:2006), цукор-рафінад (ДСТУ 4623:2006) або рідкий цукор – майже хімічно чисту сахарозу. Для людей, хворих на цукровий діабет, виготовляють безалкогольні напої на сорбіті або ксиліті (цукрозамінники).

Останніми роками випускають низькокалорійні безалкогольні напої, у яких замість цукру використовують замінники цукру – аспартам, сахарин, цикламати натрію чи калію, іноді використовують суміш підсолоджувачів.

Плодово-ягідні напівфабрикати забезпечують смакові особливості напоїв. Соки плодово-ягідні натуральні (ГОСТ 656) повинні мати колір та смак відповідні до сировини, з якої їх отримали.

Соки плодові та ягідні натуральні концентровані (ГОСТ 18192 – 72) є густою прозорою рідиною. Масова частка сухих речовин становить 54-70%. Перед використанням їх змішують з водою у співвідношенні 1:200.

Екстракти плодові або ягідні (ДСТУ 7482:2013) за зовнішнім виглядом –прозора рідина без осаду. Бувають і непрозорі екстракти, в залежності від сировини, з якої їх одержують (гранатовий, чорничний, горобиновий тощо).

У склад напоїв обов'язково додають харчові кислоти, їх можуть використовувати різні: лимонну, винокам'яну, dL-винну, ортофосфорну, аскорбінову або молочну. Аскорбінову кислоту використовують для вітамінізації напоїв, а інші – для надання напоям кислого смаку.

Тепер що стосується бульбашок. Робить воду шипучою – вуглекислий газ. У безалкогольних напоях використовують рідкий CO2 (ДСТУ 4817:2007). Рідкий діоксид вуглецю або рідка вуглекислота являє собою безбарвну рідину, що має злегка кислуватий смак і запах газу. Він на 50% важчий за повітря, тому його можна переливати з однієї ємності в іншу. А у звичайних умовах це газ, який добре розчиняється у воді. Отримують його з димових газів, які утворюються при спалюванні коксу, вугілля та природного газу; також при прожарюванні вапняку і при реакціях зброджування (виробництво вина, пива).

Для забарвлювання безалкогольних напоїв використовують ще й барвники. Поділяються вони на натуральні, які виготовляють із різної натуральної сировини: винограду, чорної смородини, буряку, чорноплідної горобини тощо (колер – палений цукор (коричневий, карамельний), енобарвник - з вичавок винограду червоних сортів, сафлоровий жовтий (з насіння сафлори), барвники з бузини, чорниці, вишні тощо) і штучні (тартразін Ф та індигокармін). Індигокармін виготовляють шляхом сульфатування органічного барвника індиго з наступною нейтралізацією. За зовнішнім виглядом – синьо-чорна паста. Тартразін Ф – порошок жовтогарячого кольору, без смаку та запаху.

Ще один важливий компонент напою - ароматичні речовини. Це можуть бути настої, екстракти, есенції, розчини запашних речовин, які в залежності від способу виробництва поділяються на ті, що виготовляють з натуральної сировини, з синтетичних запашних речовин або комбіновані, які отримують з суміші натуральних та штучних запашних речовин. Часто використовують ефірні масла, які є продуктом екстракції або перегонки летких ароматичних речовин ефіро-олійної сировини з водяною парою: лавра, евкаліпту, троянди, цитрусових плодів, гвоздики тощо. Іноді використовують прянощі, мед і інші продукти бджільництва.

В останні роки дуже широко використовують концентрати або концентровані основи безалкогольних напоїв. Звичайно концентрати є густою рідиною з інтенсивним специфічним смаком та ароматом речовин, що до неї входять. Дуже часто це імпортні концентрати, які становлять суміш смакових та ароматичних речовин, у тому числі і барвники.

Хто ж є основними гравцями на українському ринку безалкогольних напоїв? Більше 91% займає продукція мінеральної та газованої солодкої води. Інші показники припадають на квас та кислі напої. Та все ж найбільшими гравцями є лідери виробництва - «Кока-Кола Україна Лімітед», «Оболонь», «PepsiCo».

Coca-Cola Company - найбільша корпорація та світовий лідер за багатьма показниками. Марка об'єднує близько 450 брендів (це більше 2800 напоїв), багато з яких є лідерами солодких негазованих напоїв.

Окремо варто згадати про феномен даного бренду, що виник на пострадянському просторі. «Coca-Cola», «Sprite», «Fanta» з'явилися одночасно на ринку, але при цьому були сприйняті як альтернатива один одному - так компанії вдалося створити ілюзію вибору для покупця.

«Coca-Cola» - напій, який відомий завдяки своїй унікальній «секретній» рецептурі. Третина українців виділяють смак Colas як найбільш бажаний і впізнаваний - він обганяє навіть традиційну фруктову палітру.

46 причин пити воду:

Першу частину статті ми присвятили безалкогольним напоям , а далі хочемо привернути Вашу увагу до звичайної питної води. Усім відомо, що роль води в житті людини дуже велика і займає якщо не перше, то одне з перших місць. Існування живої клітини неможливо без води. Вміст води в організмі дорослої людини становить 60-65%. Усі процеси, які відбуваються в організмі, пов'язані з наявністю води, а також з розчиненими в ній речовинами. Без усіляких коментарів, коротко і просто - сорок шість причин, за якими якісна вода щодня необхідна Вашому організму. Отже, 46 причин пити воду:

1. Без води немає життя.
2. Брак води спочатку пригнічує, а потім убиває деякі життєво важливі функції організму.
3. Вода - головне джерело енергії, «грошовий» потік тіла.
4. Вода генерує електричну і магнітну енергію всередині кожної клітини тіла - вона дає силу жити.
5. Вода - сполучний матеріал архітектурного проекту клітинної структури.
6. Вода захищає ДНК від пошкоджень і підвищує ефективність її відновлювальних механізмів - вона зменшує кількість аномалій в ДНК.
7. Вода значно підвищує ефективність імунного механізму кісткового мозку, де формується імунна система (всі її механізми), включаючи ефективну протидію раку.
8. Вода - головний розчинник усіх видів їжі, вітамінів і мінералів. Вона розкладає їжу на дрібні частинки, підтримує процеси метаболізму і засвоєння.
9. Вода заряджає їжу енергією, після чого частки їжі знаходять здатність передавати цю енергію організму в процесі травлення.
10. Вода підвищує здатність організму до засвоєння життєво важливих речовин, що містяться в їжі.
11. Вода забезпечує транспортування всіх речовин в межах організму.
12. Вода посилює здатність еритроцитів до накопичення кисню в легенях.
13. Без води - неможливе дихання.
14. Вода виводить токсичні відходи з різних частин тіла, доставляє їх в печінку і нирки для остаточного видалення.
15. Вода - основний мастильний матеріал у суглобових щілинах, сприяє запобіганню артриту і болі в попереку.
16. У хребетних дисках вода створює «амортизуючі водяні подушки».
17. Вода - найбільш м'яке проносне і кращий засіб від запорів.
18. Вода оберігає артерії серця і мозку від закупорки.
19. Вода допомагає знизити ризик серцевих нападів і інсультів.
20. Вода - найважливіший елемент системи охолодження (піт) та обігріву (електризація) організму.
21. Вода необхідна для виробництва всіх гормонів, що виробляються мозком, включаючи мелатонін.
22. Вода необхідна для ефективного виробництва всіх нейротрансмітерів, включаючи серотонін.
23. Вода дає нам електричну енергію для всіх мозкових функцій, у першу чергу для мислення.
24. Вода може запобігти розладам, пов'язаним з дефіцитом уваги у дітей і дорослих.
25. Вода підвищує працездатність, поліпшує фіксацію уваги.
26. Вода - найкращий тонізуючий напій і у неї немає побічних ефектів.
27. Вода допомагає зняти втому - вона надає нам енергію молодості.
28. Вода відновлює сон.
29. Вода робить шкіру гладкою, дозволяючи зменшити ефекти старіння.
30. Вода допомагає знімати стрес, тривогу і депресію.
31. Вода викликає блиск в очах.
32. Вода допомагає запобігти глаукомі.
33. Вода нормалізує кровотворні системи кісткового мозку - вона допомагає запобігти лейкемії та лейкомі.
34. Вода абсолютно необхідна для підвищення ефективності роботи імунної системи при зміні кліматичних умов, а також для боротьби з інфекціями та утворенням ракових клітин.
35. Вода розріджує кров і не дає їй згортатися в процесі циркуляції.
36. Вода зменшує передменструальний біль і припливи (відчуття жару в клімактеричний період).
37. Вода і скорочення серця розріджують кров і створюють хвилі, які не дозволяють твердим речовинам осідати на стінці кровоносних судин.
38. Людський організм не має запасів води, здатних підтримати життєдіяльність в умовах зневоднення.
39. Зневоднення зупиняє вироблення статевих гормонів, є однією з головних причин імпотенції і втрати статевого потягу.
40. Споживання води допомагає відрізнити відчуття спраги від голоду.
41. Вода - найкращий засіб для зниження ваги. Пийте воду вчасно і худніть без особливих дієт. Крім того, ви не будете їсти, коли вам здається, що ви голодні, а насправді лише хочете пити.
42. Зневоднення - причина токсичних відкладень в організмі. Вода розчищає ці відкладення.
43. Вода поєднує функції мозку і тіла, підвищуючи здатність до досягнення цілей.
44. Вода зменшує напади ранкової блювоти у вагітних.
45. Вода допомагає запобігти втраті пам'яті при старінні, знизити ризик хвороби Альцгеймера, хвороби Паркінсона і Лоу Геріга, а також розсіяного склерозу.
46. Вода допомагає позбавитися від шкідливих звичок, включаючи потяг до кофеїну, наркотиків, алкоголю.

Пийте воду і будьте здорові!

Декілька цікавих фактів про воду

Середньостатистична людина складається з води на 50-80%. Ембріон людини складається з води на 95%, дитина на 70-80%, а доросла людина на 50-70%, тобто з віком людина всихає, організм людини зашлаковується і разом зі зменшенням частки води в організмі приходять хвороби і старість.

Кров людини на 83% складається з води.Існування нашого життя без води неможливе, це ж стосується білка, який без води, також, не може існувати.

Людина може обходитися 30 діб без їжі і менше тижня без води.Середньостатистична людина, користуючись водопровідною водою, за своє життя пропускає через організм від 80кг до 100кг хімічної бруду. І саме тому так важливо бути впевненим в якості води, яку ви вживаєте.У ПАР з кранів тече вода, придатна в їжу без очищення - третя в світі по чистоті, а перше місце займає вода Фінляндії.

75 тонн води, саме стільки випиває людина за все життя.Вживання кофеїну й алкоголю призводить до обезводнення. На кожну випиту чашку кави або порцію алкоголю треба додатково випити склянку води.

85% — це відсоток хвороб, які поширюються, через воду. Від хвороб, які передаються за участі води, щорічно помирає, понад 25млн. людей.

За даними ВООЗ, кожні 8 секунд від забрудненої води помирає дитина.

Зараз вода займає 70% поверхні планети, з них придатний до вживання людиною тільки 1%. Від усіх світових водних ресурсів прісна вода - це всього 3%, з яких доступні людині тільки 1,5%.

І наостанок, природний процес очищення підземних вод, може займати декілька тисячоліть. Тож не забруднюйте воду!

Ловись, рибко!

Не секрет, що риба містить масу необхідних корисних речовин, в ідеально відповідних для організму пропорціях. Рибу і морепродукти можна вживати в їжу, як у дні нестрогих постів, так і щодня. Завдяки високому вмісту в ній кислот класу омега - 3, риба допомагає впоратися організму людини з деякими запальними процесами, забезпечує правильне функціонування мозку, знижує холестерин в крові. Риба та рибопродукти мають високу поживну цінність, зокрема багаті на повноцінні білки (17-19%), жирні кислоти, вітамін D і мінерали: фтор, йод, селен, магній, кальцій та інші. Жоден інший продукт харчування не може забезпечити організм людини такою кількістю легкозасвоюваних поживних речовин відразу.

Про користь риби можна говорити багато, а от як вибрати якісну рибу, питання цікаве. Звичайно, краще купувати живу рибу, так ви точно будете впевнені в її свіжості, але задоволення це дороге. Тому поговоримо про те, як вибрати якісну рибу, і що потрібно про неї знати.

За походженням риба поділяється на морську (лосось, макрель, тунець, оселедець, палтус, тріска, салака, інші) та прісноводну (сом, лящ, сазан, короп, форель, лин, плотва, осетер, судак та інші).

Морська риба значно багатша жирами, ніж прісноводна, містить більше ненасичених жирних кислот групи Омега-3, які позитивно впливають на обмін речовин і метаболізм організму людини, являються профілактикою атеросклерозу.

Жирність риби залежить від її виду, харчування, статі, віку, сезону лову та знаходиться в межах 0,5-30%:

-нежирна риба (до 3% жиру) — минтай, бичок, жерех, камбала, карась, окунь, судак, тріска, хек, щука, тощо;

-помірно жирна риба (від 3 до 8 % жиру) — горбуша, зубатка, зубан, короп, кета, чехоня, кубера, килька, окунь, салака, сиг, сом, ставрида, тунець тощо;

-жирна риба (від 8 до 20 % жиру) — лосось, нототенія, осетер, палтус чорний, сайра, сардина, севрюга, оселедець жирний та івасі великі, скумбрія тощо;

-дуже жирна риба (до 30% жиру) - білорибиця, мінога, вугор.

До найбільш цінних риб належать осетрові (осетер, севрюга, стерлядь, шип, калуга, білуга). В їхньому м'ясі міститься 7-12% жиру та 16-19% білка.

Смачні і поживні також лососеві риби (сьомга, кета, горбуша, білорибиця, форель, нерка та інші). М'ясо у них рожеве або червоне, пружне, з прошарками жиру, містить в середньому 8-13% жиру та 16-22% білка. Велику групу серед промислових видів риби складають оселедцеві, в м'ясі яких міститься 6-19% білка і до 25% жиру. Необхідно пам'ятати, що жир оселедцевих під впливом кисню швидко окислюється і набуває неприємного запаху, тому їх слід зберігати в герметичній упаковці або в розсолі.

М'ясо скумбрієвих порід ніжне і смачне, без дрібних кісток, містить в середньому 19-23 % білка і до 24 % жиру. До цінних видів риби відноситься і корюшка, яка містить 1,7-3,0% білка та 16-17 % жиру. М'ясо риби сімейства ставридових містить 3-4 % жиру та 12-20% білка.

Велику харчову цінність має ікра риби. В ікрі осетрових і лососевих риб міститься, близько 30% повноцінних білків і 10-13% легкозасвоюваних жирів. Взагалі ікра багата замінною амінокислотою — лецитином, вітамінами А, Е, D і групи В, фосфором, залізом та іншими мінеральними речовинами. Проте не слід забувати, що в ній міститься і велика кількість холестерину.

Продукти моря (креветки, краби, кальмари мідії, рапани, равлики, морський гребінець тощо) багаті білком, вітамінами, мікроелементами, особливо йодом. Найціннішими з ракоподібних є креветки, краби і раки, в м'ясі яких міститься до 15% білка і близько 2% жиру.

Рибу та рибопродукти поділяють на види: жива риба; охолоджена риба; заморожена риба; солона риба; в'ялена, сушена і копчена риба; баличні вироби; рибні пресерви і консерви; ікра рибна; морепродукти.

Усі вищезазначені види риби і рибопродуктів виготовляють за національними стандартами, міждержавними та галузевими стандартами та технічними умовами, якими передбачені обов'язкові вимоги до їхньої якості та безпеки.

Рибу та оселедці залежно від вмісту солі випускають:слабосолоні (вміст солі 6-9%); середньосолоні (вміст солі 9-13%); сильносолоні (вміст солі 13-17%).

Якість рибопродуктів залежить від якості використаної риби та додержання технологічного процесу виробництва, зокрема для соленої риби - процесу дозрівання риби. Глибина біохімічних і хімічних процесів, що при цьому відбуваються у м'язовій тканині риб, формує її споживчі властивості. При цьому можна говорити про недозрілу, дозрілу та перезрілу рибу, кожна з яких має свої ознаки. Які ж характерні відмінності недозрілих, дозрілих та перезрілих солоних оселедців? Недозрілі оселедці: в очах червоні плями, зябра мають червоно-коричневий колір, колір м'язів повздовж хребта червоний або червоно-коричневий, важко відділяється від кісток.

У дозрілих оселедців, колір очей сірий, відсутні червоні плями та крапки, зябра світло- або сірого кольору, м'ясо по всій тушці і вздовж хребців має сірий колір, не дуже легко відділяється від кісток.

Перезрілі оселедці мають запалі очі сірого кольору, зябра темно-сірого кольору, м'язи по всій тушці і вздовж хребта відділяються від кісток, на реберних кістках немає м'яса, має драглеподібну консистенцію, вона легко розпадається при надавлюванні.

Як обрати якісні рибу та продукти з риби? Якісна риба має наступні ознаки: очі опуклі з прозорою рогівкою, зябра яскраво-червоні або рожеві, слиз прозорий, луска глянцева; м'ясо сіро-білого кольору, щільне, не дуже легко відділяється від кісток; бульйон прозорий, з приємним ароматом.

Неякісна риба має бурі, сірувато-червоні зябра, сірувато-червоні очі — запалі, почервонілі, луска легко злущується, м'ясо мляве, легко відокремлюється від кісток, на реберних кістках немає м'яса, при натисканні пальцем ямка на ньому не вирівнюється, вздовж хребта-червонувате, запах неприємний гнильний. Після варіння бульйон непрозорий, з неприємним запахом.

Морожену рибу краще розморожувати в солоній воді - це прискорить процес розтавання і зменшить втрати мінеральних речовин. Філе рекомендується розморожувати при кімнатній температурі. Розморожену рибу швидко піддають тепловій обробці, щоб уникнути можливої інтоксикації.

Фальсифікація соленої рибної продукції може здійснюватись виробником або продавцем за рахунок підміни одних видів риби іншими.

Наприклад, солоні тихоокеанські оселедці можуть реалізовуватись як атлантичні або азово-чорноморські. Визначити таку фальсифікацію можна за забарвленням плівки, що вистилає черевну порожнину - у тихоокеанських оселедців вона темна, а в інших світла.

Фальсифікація якості солоної рибної продукції може відбуватися за рахунок пересортування (рибу другого сорту реалізують як рибу першого сорту); використання для посолу некондиційної сировини; порушення технології виробництва (випуск у реалізацію недозрілих або перезрілих оселедців).

Як вибрати якісну заморожену рибу? Як відомо, гниє риба з голови. Тому краще купувати заморожену рибу з головою, оскільки деякі виробники, приховуючи зіпсованість продукту, частенько просто видаляють цю частину. Але варто звернути увагу на зябра й очі риби. Плавники і зябра повинні бути щільно притиснуті до тіла риби, а очі повинні бути опуклими саме цим, і відрізняється якісна риба. Якщо ці ознаки абсолютно протилежні - то це вказує на те, що рибу заморозили не свіжу, а через якийсь проміжок часу. Про це також говорить надзвичайна худорба (запале черевце) і місцями відсутня луска, що обсипалася.

Зверніть увагу на форму риби. Якщо у продукту відсутні плавники або хвіст, і виглядає вона не дуже, це вказує на те, що риба зберігалася в неналежних умовах або піддавалася повторному заморожуванню. Колір риби повинен бути рівномірний. Не повинні виднітися темні або світлі ділянки, це пряма вказівка на те, що риба зіпсована. Жовті плями на черевці - явна ознака неякісної риби, таким продуктом і отруїтися не довго. Ще один нюанс при виборі якісної риби - її запах. Риба повинна пахнути рибою, і не повинна мати сторонніх запахів (для зіпсованої риби характерний запах аміаку).

Обов'язково попросіть продавця показати сертифікат на дану рибу. Термін зберігання з моменту заготівлі не повинен перевищувати трьох місяців. Це правило поширюється і для риби в упаковці. Якщо термін придатності вказаний більше, не виключено додавання консервантів. Якщо ми заговорили про упаковку, то вона повинна бути цілою, без пошкоджень, і обов'язково прозорою, щоб покупець бачив те, що купує.

Основним порушенням якості риби є її повторне розморожування. Досить часто з цим можна зустрітися в супермаркетах. Таку рибу купувати не бажано. Можливо, вона не принесе шкоди здоров'ю, але ймовірність отруєння також велика. Заморожена якісна риба має однотонний природний колір (без жовтизни), вона рівна без непривабливих крижаних наростів - одним словом, красива.

Вибираючи якісну рибу, втім, як і будь-які інші продукти, спочатку її розгляньте, пощупайте і понюхайте. І, безумовно, прислухайтеся до своєї інтуїції і здорового глузду.

"Вісник якості" засновано в 2013р.
Свідоцтво про державну реєстрацію № 2024-762р, серія ДП від 09.07.2013р.
Видавець: ДП «КРИВОРІЗЬКИЙ НАУКОВО-ВИРОБНИЧИЙ ЦЕНТР СТАНДАРТИЗАЦІЇ, МЕТРОЛОГІЇ ТА СЕРТИФІКАЦІЇ»
Адреса видавця: вул.Орджонікідзе, буд. 23, м. Кривий Ріг,
Дніпропетровська обл.50005 тел. (056)407-08-05

Редактура, дизайн, верстка ФОП Зуєва О.О.
Віддруковано в друкарні СТПРЕСС
м.Кривий Ріг, вул Окружна,12 тел.(056) 404-35-88
Свідоцтво про реєстрацію Держкомтелерадіо України ДК №2794 від 19.03.2007р.
Відповідальність за якість друку несе друкарня.
Друк офсетний. Обсяг 2,0 друк. аркуша. тираж 30 000прим.