ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ ɈqddɎqɐè

Разработа рецептуры специализированного питания для спортсменов

Содержание

Введение ______________________________ 7.

1. Литературный обзор______________________ 9.

1.1 Состояние рынка спортивного питания------------------------------- 9.

1.2 Специализированные питки--- 12.

питок как источник функциальных ингредиентов------ 13.

Классификация специализированных продуктов для питания спортсменов______________________ 17.

Особенности питания спортсменов лейболистов ----------------- 21.

1.3.1 лейбол и его характеристика----------------------------------- 22.

1.3.2 Энергетические траты и суточя потребность в энергии-- 24.

Ингредиенты в питании спортсменов лейболистов-------------- 24.

Белки и аминокислоты______________________ 26.

Жиры______________________ 29.

Угледы______________________ 33.

Витамины______________________ 41.

1.4.5 Минеральные вещества--- 43.

2. Объекты и методы исследования --------------------------------------- 46.

Объекты исследований______________________ 46.

Методы исследования--- 47.

Результаты исследований и их обсуждение----------------------------- 47.

Статистическая обработка результатов-------------------------------- 49.

Определение органолептических и физико-химических покателей______________________ 50.

Определение микробиологических покателей питка------ 51.

3. Эксперименталья часть______________________

Разработка рецептуры специализированного питка 52.

растительной основе для спортсменов-лейболистов------------------- 55.

ŋqdqɐeɎ bɆ dədɆbɎɜə d ɕɔɑbɔɐ ɈqddɎqɐè