



شیرین کننده ها

در صنایع غذایی

ویژه مدیران و مسئول فنی صنایع تولیدی

معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تبریز

آدرس: تبریز- میدان راه آهن، جاده سننو، روبه روی پارک شنبه غازان

تلفن: ۰۴۱-۳۴۴۲۱۹۲۴

<http://fda.tbzmed.ac.ir>

○ بهبود آگاهی جامعه از طریق سازماندهی کمپین

های ملی و همچنین نظارت و ارزیابی مداوم و همکاری

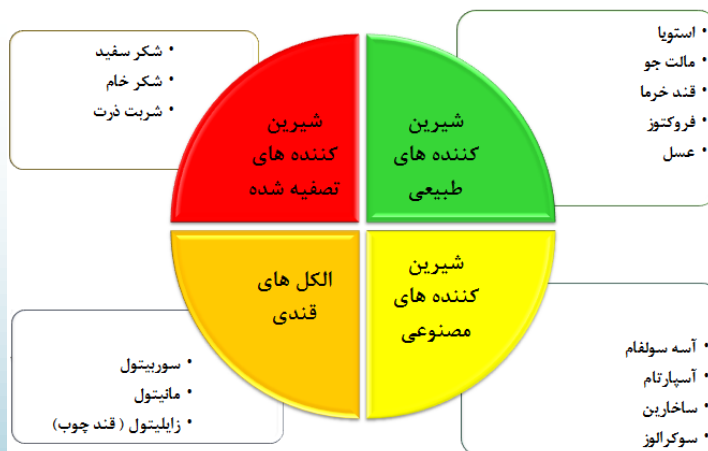
مدیران و مسئولین فنی واحدهای تولیدی با کاهش

مقادیر مصرفی قند، نمک و اسیدهای چرب ترانس، می

تواند نقش مهمی در هدایت برنامه های سلامت محور

جامعه ایفا کند.

انواع شیرین کننده ها در صنایع غذایی و آشامیدنی



❖ مریای کم کالری

مربا معمولا دارای ۵۰-۷۰ درصد قند می باشد.

انرژی حاصل از مربا را می توان با شیرین کننده های جایگزین

مانند فروکتوز، سوربیتول و ... کاهش داد.

افزودن شیرین کننده طبیعی استویا با افزایش میزان پالپ

میوه بسیار آسان و امکان پذیر می باشد .

❖ بررسی تاثیر جایگزینی شیره خرما بر ویژگی های بستنی نرم

فرما دارای شیرینی طبیعی و طعم متمایزی مطبوعی است.

علاوه بر طعم و مزه فوب به عنوان یک غذای ساده سهل الهضم

مورد توجه است.

از قند فرما می توان به عنوان شیرین کننده طبیعی در محصولات

یافت، نوشابه سازی، قنادی و.... استفاده نمود.

در مجموع با توجه به نتایج آزمون های فیزیکی و مسی نمونه های

های ۵۰ درصد شیره فرما در ترکیب با ۵۰ درصد شکر ضمن مفظ و

بهبود ویژگی های فیزیکی از نظر مصرف کنندگان نیز قابل قبول بوده

است. با امکان تولید این محصول علاوه بر افزایش ارزش تغذیه ای

حاصل از ترکیب فرما و اجتناب از عوارض مصرف ساکارز که با

کاهش آن بدست می آید با استفاده از شیره فرمای درجه ۲ و ۳ که

مناسب تازه فوری نمی باشد، سبب ایجاد ارزش افزوده و جلوگیری از

دور ریز این محصول می گردد.

نوشیدنی‌ها و پودرهای نوشیدنی

در نوشیدنی‌های غیرالکلی بدلیل نداشتن مشکلی فاص در بافت و

سافتار آن به سهولت می‌توان از جایگزینی شیرین کننده‌ها به جای شکر استفاده نمود.

در فرمولاسیون پودرهای نوشیدنی می‌توان از ترکیب فروکتوز و استویا به عنوان شیرین کننده‌های طبیعی استفاده نمود که در مقایسه با ساکارز باعث کاهش کالری محصول فواید شد.

مزایای استفاده از جایگزین‌های شکر در نوشیدنی‌ها

افزایش شیرینی

قابلیت بالای انحلال در آب

تشدید طعم میوه و مرکبات



اصلاح میزان شکر مورد استفاده در تولید مواد غذایی

بررسی امکان تولید بیسکویت رژیمی

استویوزید نوعی شیرین کننده طبیعی است که از برگ‌های گیاه استویا استخراج میگردد.

فاقد نقش کالری زایی می‌باشد و اثری بر افزایش سطح گلوکز فون ندارد.

شیرین کنندگی ۲۰۰-۳۰۰ برابر شکر را دارا می‌باشد.

از نقطه نظر سلامتی مصرف آن برای انسان عاری از هرگونه فطری بوده و اثرات جلوگیری کننده روی رشد میکروارگانیسم‌های دهان را دارد.



استویا بر فلاف اسپارتام می‌تواند در فرآورده‌های پخت مورد استفاده قرار گیرد زیرا گلیکوزیدهای آن در مین فرایند پخت شکسته نمی‌شوند بدلیل نزدیک بودن خصوصیات بیسکویت ماوی ۵۰ درصد استویوزید به نمونه ماوی ۱۰۰ درصد شکر و همچنین پذیرش بیشتر این محصول در بین ارزیاب‌ها می‌توان این فرمولاسیون را به عنوان بهترین سطح جایگزینی شکر در تولید بیسکویت معرفی کرد

تغییر فرهنگ زندگی، کم شدن تمرک بدن‌های افراد و بروز مشکلاتی نظیر پاقی و فشار خون از یک طرف و شیوع بیماری‌های قلبی عروقی از طرف دیگر نشان می‌دهد که توجه به تولید فرمولاسیون‌های غذایی کم کالری ضروری می‌باشد.

با این اوصاف صنعت غذا تصمیم گیرنده و نقش موثری در اتفاقی که در آینده ممکن است به وقوع بپیوندد می‌تواند داشته باشد و بدون تغییر اساسی در صنعت غذا در جهت کاهش میزان قند اتفاق فاصی نخواهد افتاد.



راه کارهای پیشنهادی جهت کاهش میزان قند

- اصلاح فرمولاسیون مواد غذایی از نظر کاهش میزان قند
- بالا بردن سطح آگاهی مردم نسبت به فرید محصولات با شکر کم
- تشویق تولید کنندگان و ارائه مجوزهای بهداشتی جهت تولید محصولات سلامت محور از جمله تولید محصولات غذایی با استفاده از قندهای طبیعی و جایگزین کم کالری مانند استویا