

Анализ частоты появления дефектов указал на преимущество x_2 (потертости отдельных участков корпуса до стирания эмали до грунтового слоя — 90 ответов), дефекта x_3 и x_4 заняли соответственно второе (82 ответа) и третье (81 ответ) места.

<http://edoc.bseu.by>

*Е.В. Скурко
БГЭУ (Минск)*

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОПТИМИЗАЦИИ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Исходя из результатов изучения фактического питания студентов ФЭУТ, которое является недостаточным и некачественным, нами предлагаются следующие рекомендации по его оптимизации:

1) с целью обеспечения рекомендуемой нормы и сбалансированности белкового компонента питания следует увеличить потребление продуктов животного происхождения, в частности, мясопродуктов, рыбпродуктов, молока и молочных продуктов;

2) для удовлетворения потребности в жировом компоненте и обеспечения его сбалансированности целесообразно увеличить количество потребляемого животного жира, прежде всего за счет сливочного масла, а также растительных масел. Суточное потребление сливочного масла довести до 30 г, растительного — до 25 г;

3) удовлетворение потребностей в углеводах и их сбалансированности необходимо в первую очередь осуществлять за счет повышения в рационе питания доли продуктов растительного происхождения и прежде всего за счет введения в рацион свежей плодовоовощной продукции, плодово-ягодных и овощных соков, что позволит компенсировать как недостаток углеводов, так и ряда витаминов, имеющих важное значение для нормальной жизнедеятельности молодого организма;

4) правильно организованный и сбалансированный всеми пищевыми и биологически активными веществами ежесуточный рацион питания студентов должен включать следующие 6 групп продуктов: первая — молоко и молочные продукты; вторая — мясо, птица, рыба, яйца; третья — хлебобулочные, крупяные, макаронные и кондитерские изделия; четвертая — жиры; пятая — картофель и овощи, в том числе зеленые; шестая — фрукты и ягоды;

5) для студентов оптимальным режимом питания является четырехкратный прием пищи с промежутками между приемами, не превышающими 4—5 ч. При возможности следует соблюдать время приема пищи, т.е. завтрак, обед и ужин должны быть строго в определенное время. Желательно, чтобы продолжительность при-

ема пищи составляла не менее 20—30 мин. Соблюдение режима питания оказывает не только благоприятное влияние на здоровье, но и на успеваемость. Так, некоторыми исследованиями установлено, что если студенты приступают к занятиям натощак, то они хуже усваивают учебный материал. 60 % студентов, которые учатся удовлетворительно, питаются всего 2 раза в день, в то время как успевающие на “хорошо” в 80 % случаев придерживаются трехразового питания;

б) наиболее приемлемой формой организации рационального питания студентов следует считать питание студентов в предприятиях общественного питания. Для обеспечения поступления в организм всех необходимых пищевых и биологически активных веществ в оптимальных соотношениях необходимо в студенческих столовых организовать комплексные приемы пищи, т.е. комплексные обеды.

Ю.А. Тихоновецкая
БГЭУ (Минск)

ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕН, АССОРТИМЕНТА, ПОСТАВЩИКОВ КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ, САХАРА, МЕДА, РЕАЛИЗУЕМЫХ В ТОРГОВОЙ СЕТИ г. МИНСКА В 1998 И 2002 гг.

Цель исследования состоит в определении ассортимента, цен и поставщиков таких товарных подгрупп, как натуральный и искусственный мед, сахар, конфеты, шоколад, шоколадные батончики, шоколадные наборы, карамель, ирис, драже, халва, пряники, торты, печенье, рулеты, кексы, зефир, вафли, мармелад, жевательная резинка.

Источниками информации являются: универсамы “Юбилейный”, “Заславль”, “Центральный”, “Столичный”, ТД “На Танковой”, гастроном “Озарение”.

В результате исследования установлено, что ассортимент данной товарной группы в 2002 г. значительно расширился по сравнению с 1998 г., а именно: меда — в 1,5 раза; конфет — в 2,2 раза; шоколадных наборов — в 2,8 раза; карамели — в 2,1 раза; тортов — в 1,3 раза; печенья — в 2,2 раза; вафель — в 2,2 раза; мармелада — в 7,5 раза.

Сравнительный анализ средних цен в 2002 г. по сравнению с 1998 г. показал, что на основную массу товаров данной группы цены снизились либо остались на уровне 1998 г.

Рассмотрим динамику изменения основных стран-импортеров продукции рассматриваемой товарной группы.