



## ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ИЗ НАЦИОНАЛЬНЫХ КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ НАВВАТА

**Файзибоев Пирмамат Нормаматович**  
Самаркандский государственный  
медицинский университет  
д.м.н. доцент кафедры Гигиены

**Карабаев Азамат Худойбердиевич**  
1 курс Магистр кафедры гигиены

**Миртозаев Ислон Рўзимурот ўгли**  
1 курс Магистр кафедры гигиены

***Аннотация:** Неинфекционные заболевания вызываются, в основном, нездоровым питанием, связанным с производством пищевой продукции с высоким содержанием соли, сахара, трансжирных кислот, вредных добавок и поведенческими факторами риска, которые сопутствуют экономическим преобразованиям, быстрой урбанизации и образу жизни в 21-м веке.*

*Целью работы явилось оценка факторов риска загрязнений кондитерских изделий наввата и их снижения, путем разработки и внедрения современной системы контроля критических точек*

***Ключевые слова:** неинфекционные заболевания, нездоровое питание, кондитерские изделия, сахар, наввот, виноградный сок, сахарный сироп, специи, моносахариды, фруктоза, глюкоза..*

**Актуальность темы.** Проблема безопасности пищевых продуктов мультидисциплинарна, поскольку она включает политический, социальный, экономический и медицинский аспекты. Для Узбекистана она имеет особую актуальность и важность в связи с происходящими в последние 10-15 лет изменениями во всех сферах жизни человека и перехода страны на новые политические и экономические (рыночные) отношения.

В настоящее время в Узбекистане, как и в развитых странах, основная доля заболеваемости и преждевременной смертности составляют неинфекционные заболевания. В 2018 г. неинфекционные заболевания послужили причиной смерти в 94,8% случаев, внешние причины (несчастные случаи, отравления, травмы) составили 3,6%, инфекционные заболевания – 1,6%. Группу неинфекционных заболеваний составили: сердечно-сосудистые заболевания (63,9%), новообразования (8,9%), заболевания органов дыхания (5,5%), заболевания органов пищеварения (5,5%), прочие (11,3%) [37]. Неинфекционные заболевания вызываются, в основном, нездоровым



питанием, связанным с производством пищевой продукции с высоким содержанием соли, сахара, трансжирных кислот, вредных добавок и поведенческими факторами риска, которые сопутствуют экономическим преобразованиям, быстрой урбанизации и образу жизни в 21-м веке.

### **Цель исследования:**

Конечной целью работы явилось оценка факторов риска загрязнений кондитерских изделий навята и их снижения, путем разработки и внедрения современной системы контроля критических точек.

### **Объект и методы исследования:**

Навот, виноградный сок, сахарный сироп и специи. На предприятиях подготовке сырья и готовой продукции новвотов было использовано лабораторных испытаниях гигиенические и бактериологические методы.

### **Результаты исследования:**

Нават готовят из виноградного сока с сахарным сиропом и иногда — с пряностями. В результате уваривания происходит кристаллизация сахара на нитях или палочках. Научным языком этот продукт представляет собой перекристаллизированную сахарозу, образованную из насыщенного сиропа.

Оттенок навята может отличаться: от белого до насыщенно-коричневого. Такое разнообразие оттенков достигается за счёт различной продолжительности варки или добавлением шафрана, мёда.

В Узбекистане и Иране местные жители редко занимаются самостоятельным вывариванием и изготовлением навята. Но почти в каждом селении есть мастер, который передаёт своё искусство из поколения в поколение и продаёт продукцию на местном рынке.

### **Традиционный рецепт приготовления сладости:**

В котле смешивают 1 кг белого сахара и 400 мл свежесжатого виноградного сока. Уваривают массу до получения сахарного сиропа с влажностью 16–18 % (по весу это почти вдвое меньше от первоначального). Процеживают через сито с мелкими ячейками. Переливают сироп в специальную ёмкость с натянутыми нитями. Здесь при поддержании постоянной температуры будет происходить процесс кристаллизации, который займёт не менее 3 дней.

Кристаллы извлекают и подсушивают на открытом воздухе. Нити обрезают.





По традиционной технологии в нават добавляют только два вспомогательных ингредиента:

Шафран — придаёт кристаллам насыщенный золотистый цвет и пряный, с лёгкой горчинкой вкус. Натуральный мёд. Используется редко. Даёт обволакивающую мягкость во вкусе, слегка подкрашивает.

Калорийность навата составляет 390 ккал на 100 г продукта. Для сравнения энергоёмкость других видов сахара:

Вид сахара    Ккал на 100 г

Белый или свекольный    360

Тростниковый    380

Кленовый    260

Фруктовый (фруктоза)    399

Кандис (английский леденцовый сахар, схожий с набатом)    394

Хотя узбекская сладость и является сахаром, она полезнее привычного для россиян белого или тростникового.

Справка. Нават состоит из моносахаридов — фруктозы (40 %) и глюкозы (60 %), тогда как белый свекловичный сахар — из единственного дисахарида сахарозы. Натуральная фруктоза является незаменимым природным источником энергии, не требующим для усвоения участия инсулина.

## Резюме:

1. Коренные жители Узбекистана уверены, что нават — один из источников их традиционного долголетия.

2. Кроме того, местные жители утверждают, что регулярное употребление этой сладости способствует: устранению проблем с пищеварением; лечению воспалительных процессов в организме (особенно «женских» проблем); улучшению лактации и увеличению количества молока у матери.

3. Узбекский нават ценен для диабетиков. Ведь почти наполовину состоит из фруктозы, которая не требует инсулина для усвоения.



## Использованная литература:

1. Normamatovich F. P., Sagatbaevich K.A., Chorshanbievich K.N. A PLACE IN THE NUTRITION OF THE POPULATION OF UZBEKISTAN FROM NATIONAL CONFECTIONERY, “NAVAT” // World Bulletin of Public Health. - 2022. – Т. 10. – С. 79-80.
2. Fayziboev, P.N. Justification of the use of the international system of HACCP for the prevention of bacterial contamination of confectionery / P.N. Fayziboev//New Day in Medicine. - 2019. – No. (26). – END GPRXUM.
3. Normamatovich F. P. The value of confectionery products in human nutrition // Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022.- Т.3. - №. 4. – С.703-707.
4. Normamatovich F. P., Jurakulova R. D. The importance of the international hasp system in the production of quality and safe confectionery products // ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2021. – Т. 11. - №. 10. – С. 1184-1186.
5. ПН Файзибоев. JUSTIFICATION OF THE USE OF THE INTERNATIONAL SYSTEM OF HACCP FOR THE PREVENTION OF BACTERIAL CONTAMINATION OF CONFECTIONERY // Новый день в медицине. –2019. –№. 2. –С. 310-312.
6. Fayziboev Pirmamat Normamatovich1, Tukhtarov Bahrom Eshnazarovich 2 The biological diversity of the diet of children with dental caries MGA EUROPEAN JOURNAL OF MOLECULAR CLINICAL MEDICINE, p.3772-3785
7. Normamatovich F.P. et al. RATIONALE FOR THE APPLICATION OF THE HACCP SYSTEM IN THE PRODUCTION OF FUNCTIONAL FOOD PRODUCTS //European Journal of Molecular & Clinical Medicine. – 2021. – Т.3. – С.1535-1539.
8. Tukhtarov B. E. Abdumuminova R. ENVIRONMENTALLY FRIENDLY PRODUCT IS A PLEDGE OF OUR HEALTH! NBRSSGGNFPN EUROPEAN JOURNAL OF MOLECULAR CLINICAL MEDICINE 2020 (07), 1329-1333
9. Файзибаев П. Н., Сатаров А. А. Гигиеническая оценка плодоовощной продукции выращенных в условиях маловодья //Врач-аспирант. –2009. – Т. 37. –№. 10. –С. 893-897.
10. Особенности эпидемиологии и профилактики бруцеллеза в Республике Узбекистан / М.Ф. Абдукахарова, П. Н. Файзибоев, Н. С. Саидкасимова [и др.] // Инфекция и иммунитет. – 2017. - № 5. – С. 391- EDN XVJTBVJ.



11. О распространённости заболеваемости туберкулезом в Республике Каракалпакстан / А.Ю.Мустанов, М.Ф. Абдукахарова, П. Н. Файзибоев [и др.] // Инфекция и иммунитет. – 2017. - № 5. – С. 841- EDN XVJTBVJ.
12. Неъматова Н. Ў., Файзибоев П. Н. Парентерал вирусли гепатитлар В, Сва ОИВ-инфекциясининг эпидемиологик хусусиятлари //Замонавий инфектология: юқумлиичак, вирусли ва паразитар касалликларни даволашга замонавий ёндашув, Тошкент. –2016. –Т. 157.4
13. Файзибоев П. Н. ОЦЕНКА БИОЛОГИЧЕСКОГО РАЗНООБРАЗИЯ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ //Экономика и социум. –2021. – No. 10 (89). –С. 1131-1146.
14. Грибова Н.А. Применение новой пищевой добавки для приготовления кондитерских изделий//Сервис в России и за рубежом. 2014. № 2.

