

# Влијание на видот на месо врз нутритивниот квалитет и одржливоста на животната средина

Студент: Надица Бајрактарова

Ментори: Проф. д-р Димитар Наков, Проф. д-р Ацо Кузелов



# Вовед

- ▶ Месото е важен извор на протеини и минерали;
- ▶ Производството има значајно влијание врз животната средина;
- ▶ Потребен е баланс меѓу исхрана и одржливост;
- ▶ Да се анализира влијанието на различни видови месо.



# Цел на истражувањето

- ▶ Да се утврди хемиски и нутритивен состав на различни видови месо;
- ▶ Да се процени нивното влијание врз одржливоста;
- ▶ Да се препознае најповолниот вид месо за здравје и екологија.



# Материјал и методи

- ▶ Материјал: пилешко, свинско и јунешко месо;
- ▶ Анализирани параметри:
  - ▶ Вода, масти, протеини, пепел;
  - ▶ рН вредност, боја, масни киселини;
  - ▶ Способност за задржување вода;
- ▶ Лабораториски услови.



# Пилешко месо

- ▶ Ниска содржина на масти;
- ▶ Висока содржина на протеини и вода;
- ▶ Поволна рамнотежа на масни киселини;
- ▶ Најдобра нутритивна вредност;
- ▶ Ниско еколошко влијание.



# СВИНСКО МЕСО

- ▶ Умерена содржина на масти;
- ▶ Добра рамнотежа на масни киселини;
- ▶ Добри сензорни својства (соčnost, вкус);
- ▶ Средно еколошко влијание.

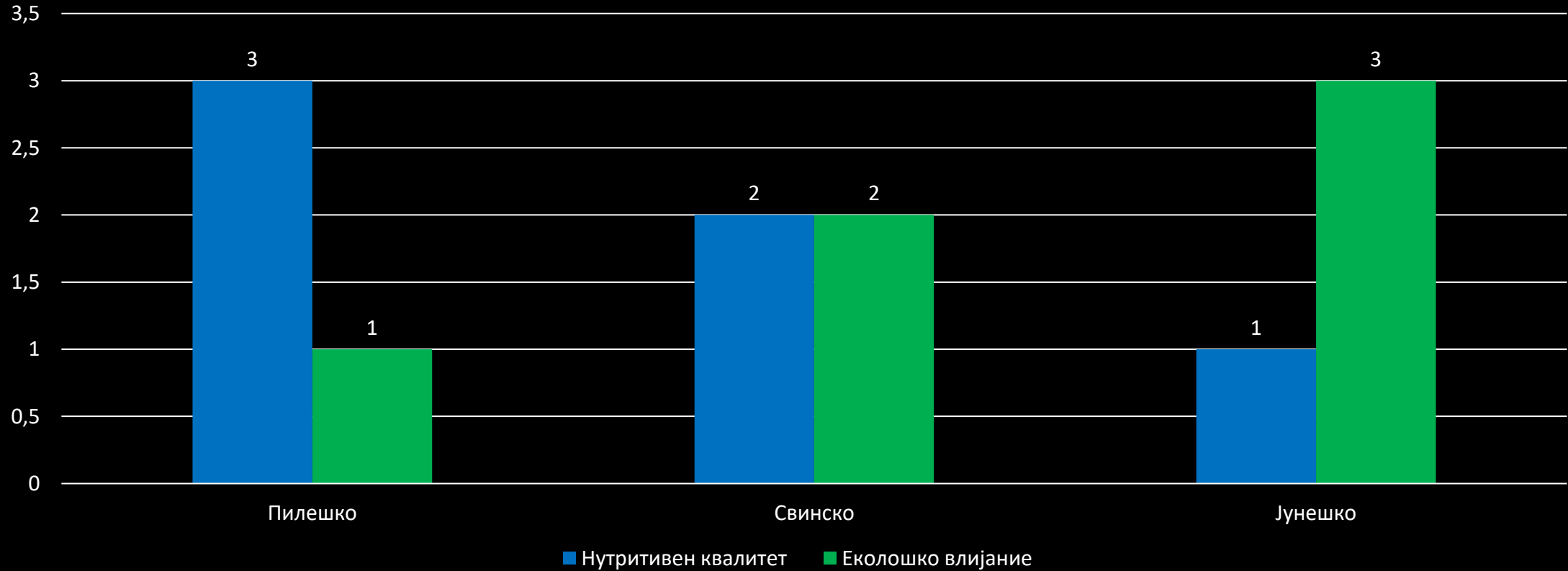


# Јунешко месо

- ▶ Висока содржина на заситени масни киселини;
- ▶ Богато со железо и цинк;
- ▶ Помалку диетално;
- ▶ Највисоко влијание врз животната средина.



## Нутритивен квалитет и еколошко влијание по вид месо



- ▶ **Нутритивен квалитет:** Висок = 3, Среден = 2, Вкусно, но масно = 1
- ▶ **Еколошко влијание:** Ниско = 1, Средно = 2, Високо = 3



# Одржливост и препораки

- ▶ Намалување на потрошувачката на црвено месо;
- ▶ Зголемување на пилешко и растителни протеини;
- ▶ Поддршка на локално и етичко производство;
- ▶ Свесен избор на потрошувачите.



# Заклучок

- ▶ Видот месо влијае на здравјето и екологијата;
- ▶ Пилешкото е најповолно по квалитет и одржливост;
- ▶ Свинското е умерено решение;
- ▶ Јунешкото треба да се консумира поретко;
- ▶ Балансирана исхрана = одговорен пристап кон природата.





**Ви благодарам на вниманието!**

VI СТУДЕНТСКА КОНФЕРЕНЦИЈА „КРИТИЧНИ ПРАШАЊА ВО ЗЕМЈОДЕЛСТВОТО И ЖИВОТНАТА СРЕДИНА“  
12 НОЕМВРИ, ШТИП

