

LỜI MỞ ĐẦU

Nhiều nghiên cứu trong nước và trên thế giới đã khẳng định mối liên quan chặt chẽ giữa thực phẩm và sức khỏe người tiêu dùng. Thành phần thực phẩm, thói quen ăn uống có ảnh hưởng lớn tới sự phát triển thể lực, trí tuệ của trẻ em và sự xuất hiện hoặc phòng ngừa một số bệnh mạn tính của người lớn như bệnh tim mạch, đái đường, béo phì, rối loạn chuyển hóa lipid. Khi đời sống được cải thiện, nguồn thực phẩm và các sản phẩm chế biến ngày càng phong phú thì nhu cầu tìm hiểu về thành phần thực phẩm trở nên cần thiết hơn. Gần đây, các tiến bộ mới trong nghiên cứu khoa học dinh dưỡng, khoa học thực phẩm đã từng bước trả lời những bí ẩn của thức ăn, cung cấp các căn cứ để xây dựng một chế độ ăn cân đối, hợp lý, đầy đủ chất dinh dưỡng để duy trì sức khỏe và phòng chống bệnh tật. Một số thành phần có hoạt tính sinh học trong thực phẩm như các acid béo không no, vitamin A, vitamin E, vitamin C, carotenoids, các hợp chất hóa thực vật nhóm phytoestrogen, flavonoid còn có vai trò chống oxy hóa, tăng cường khả năng miễn dịch và phòng chống ung thư đã được khám phá.

Sản xuất các nguyên liệu dinh dưỡng, xây dựng bảng thành phần thực phẩm dinh dưỡng là một công cụ quan trọng giúp cho những người làm công tác dinh dưỡng trong điều tra và xây dựng khẩu phần, phục vụ công tác nghiên cứu và giảng dạy, hoạch định chính sách và kế hoạch phát triển sản xuất thực phẩm, đáp ứng nhu cầu của nhiều đối tượng người tiêu dùng trong việc lựa chọn thực phẩm phù hợp với tình hình sức khỏe.

Bảng thành phần thực phẩm luôn luôn được các tổ chức quốc tế, đặc biệt là Tổ chức thực phẩm và nông nghiệp của Liên hợp quốc (Food Agriculture Organization - FAO) và các quốc gia quan tâm.