

1. Значение сладких блюд в питании и их классификация.

- Сладкие блюда являются источником легкоусвояемых углеводов — сахаров.
- Однако блюда этой группы не могут быть основными в рационе и подают их обычно на десерт.
- «...еда, начатая с удовольствием вследствие потребности в еде, должна и закончится им же, несмотря на удовлетворение потребности, причем объектом этого удовольствия является вещество, почти не требующее на себя пищеварительной работы... – сахар...»

□ И. П. Павлов