



## (12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 107259571 A

(43)申请公布日 2017.10.20

---

(21)申请号	201710549621.9	A23L 7/10(2016.01)
(22)申请日	2017.07.06	A23L 11/00(2016.01)
(71)申请人	黑龙江澳瀚斯生物科技有限责任公司	A23L 19/10(2016.01)
地址	157000 黑龙江省牡丹江市东安区江南新城区中俄信息产业园孵化中心3号楼2楼	A23L 19/00(2016.01)
		A23L 17/60(2016.01)
		A23L 31/00(2016.01)
		A23L 33/10(2016.01)
(72)发明人	邱成飞 牟书才 李伟 安柏晶 肖春萍 王海峰	
(74)专利代理机构	北京超凡志成知识产权代理事务所(普通合伙) 11371	
代理人	刘书芝	
(51) Int. Cl.		
	A23L 33/125(2016.01)	
	A23L 25/00(2016.01)	

权利要求书2页 说明书11页

---

(54)发明名称

一种代餐食物及其制备方法

(57)摘要

一种代餐食物及其制备方法,属于食品领域。制作代餐食物的原料主要包括杂粮、果蔬、既食又药、豆类、菌类、藻类以及新资源食品。代餐食物通过将各组分混合而成。本发明提供的代餐食物具有营养成分均衡,食用、携带以及储存比较简便的优点,并且其还具有药用价值和潜力。

1. 一种代餐食物,其特征在于,制作所述代餐食物的原料包括按重量份数计的以下组分:

L-阿拉伯糖0.001-5份、阿萨伊果0.001-5份、白扁豆0.001-5份、白芝麻1-10份、百合0.001-5份、板栗0.001-5份、蚕豆0.001-5份、糙米1-10份、草菇0.001-5份、茶树菇0.001-5份、茶树花0.001-5份、大麦苗粉0.001-5份、代代花0.001-5份、丹凤牡丹花0.001-5份、蛋白核小球藻0.001-5份、低聚木糖0.001-5份、冬瓜粉0.001-5份、杜仲雄花0.001-5份、钝顶螺旋藻粉0.001-5份、茯苓0.001-5份、枸杞0.001-5份、海带粉0.001-5份、荷叶0.001-5份、核桃仁0.001-5份、黑大豆1-5份、黑米0.001-5份、黑木耳0.001-5份、黑芝麻0.001-5份、红薯粉0.001-5份、红松种仁0.001-5份、红小豆0.001-5份、红枣0.001-5份、胡萝卜粉0.001-5份、花生1-10份、槐花0.001-5份、黄大豆1-5份、黄瓜粉0.001-5份、黄精0.001-5份、灰树花0.001-5份、火麻仁0.001-5份、姬松茸0.001-5份、金银花0.001-5份、菊粉1-10份、菊花0.001-5份、决明子0.001-5份、壳寡糖0.001-5份、苦瓜粉0.001-5份、莱菔子0.001-5份、莲子0.001-5份、龙眼0.001-5份、裸藻0.001-5份、绿豆0.001-5份、猕猴桃粉0.001-5份、魔芋粉0.001-5份、木瓜粉0.001-5份、柠檬粉0.001-5份、牛肝菌0.001-5份、糯米0.001-5份、苹果粉0.001-5份、葡萄粉0.001-5份、奇亚籽0.001-5份、芹菜粉0.001-5份、桑椹0.001-5份、沙棘粉0.001-5份、山药粉0.001-5份、山楂0.001-5份、黍米0.001-5份、松花粉0.001-5份、酸枣仁0.001-5份、桃仁0.001-5份、乌梅0.001-5份、香菇0.001-5份、香蕉粉0.001-5份、小米0.001-5份、杏鲍菇0.001-5份、杏仁0.001-5份、燕麦1-10份、薏苡仁1-10份、银耳0.001-5份、玉米0.001-5份、玉竹0.001-5份、圆苞车前子壳0.001-5份、榛子0.001-5份、重瓣红玫瑰花0.001-5份、竹荪0.001-5份、竹笋0.001-5份、紫菜粉0.001-5份、紫苏0.001-5份。

2. 根据权利要求1所述的代餐食物,其特征在于,所述L-阿拉伯糖0.66份、所述阿萨伊果0.19份、所述白扁豆0.025份、所述白芝麻4份、所述百合0.05份、所述板栗0.11份、所述蚕豆0.0202份、所述糙米3份、所述草菇0.018份、所述茶树菇0.025份、所述茶树花0.0118份、所述大麦苗粉0.024份、所述代代花0.001份、所述丹凤牡丹花0.001份、所述蛋白核小球藻0.025份、所述低聚木糖0.88份、所述冬瓜粉0.5份、所述杜仲雄花0.018份、所述钝顶螺旋藻粉0.05份、所述茯苓0.05份、所述枸杞0.05份、所述海带粉0.05份、所述荷叶0.025份、所述核桃仁0.09份、所述黑大豆1.44份、所述黑米1.12份、所述黑木耳0.025份、所述黑芝麻1.24份、所述红薯粉1.25份、所述红松种仁0.001份、所述红小豆0.66份、所述红枣1份、所述胡萝卜粉1份、所述花生3.5份、所述槐花0.018份、所述黄大豆1.5份、所述黄瓜粉0.08份、所述黄精0.001份、所述灰树花0.025份、所述火麻仁0.001份、所述姬松茸0.025份、所述金银花0.015份、所述菊粉5.33份、所述菊花0.025份、所述决明子0.001份、所述壳寡糖0.001份、所述苦瓜粉0.022份、所述莱菔子0.001份、所述莲子0.05份、所述龙眼0.001份、所述裸藻0.001份、所述绿豆0.33份、所述猕猴桃粉0.19份、所述魔芋粉0.5份、所述木瓜粉0.025份、所述柠檬粉0.025份、所述牛肝菌0.025份、所述糯米0.001份、所述苹果粉1份、所述葡萄粉0.31份、所述奇亚籽0.025份、所述芹菜粉0.11份、所述桑椹0.05份、所述沙棘粉0.022份、所述山药粉1份、所述山楂0.1份、所述黍米0.001份、所述松花粉0.025份、所述酸枣仁0.018份、所述桃仁0.001份、所述乌梅0.001份、所述香菇0.001份、所述香蕉粉1份、所述小米0.26份、所述杏鲍菇0.025份、所述杏仁0.001份、所述燕麦2.66份、所述薏苡仁3份、所述银耳0.075份、所述玉米0.2份、所述玉竹0.001份、所述圆苞车前子壳0.025份、所述榛子0.001

份、所述重瓣红玫瑰花0.025份、所述竹荪0.018份、所述竹笋0.1份、所述紫菜粉0.4份、所述紫苏0.001份。

3. 根据权利要求1或2所述的代餐食物,其特征在于,所述代餐食物为粉剂。

4. 一种如权利要求1~3中任一项所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,将所述原料中的各组分混合。

5. 根据权利要求4所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,将所述原料中的各组分在槽型混合机内混合60分钟。

6. 根据权利要求4所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,在混合原料中的各组分之前,原料中的糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻分别破碎为粉末。

7. 根据权利要求6所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,破碎原料中的各组分之前,将原料中的糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻通过低温烘焙处理。

8. 根据权利要求7所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,低温烘焙糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻的条件为:烘焙温度100~130℃、烘焙时间为2~4小时。

9. 根据权利要求7所述的代餐食物的制备方法,其特征在于,低温烘焙糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻的条件为:烘焙温度110~120℃、烘焙时间为2.5~3小时。

10. 根据权利要求4所述的代餐食物,其特征在于,将所述原料中的各组分混合之后,用水调制为糊状。

## 一种代餐食物及其制备方法

### 技术领域

[0001] 本发明涉及食品领域,具体而言,涉及一种代餐食物及其制备方法。

### 背景技术

[0002] 随着人们生活水平的提高、生活节奏的加快,以及餐后运动量减少,饮食不规律,各种因不良饮食习惯引起的病症人群不断增多。基于健康的需求,人们往往通过节食来控制饮食。通过抑制食欲易造成营养不良、抵抗力低下,对身体健康带来很大的威胁。人体机体的代谢涉及多步骤、途径,并且相互影响,同时存在着复杂的反馈调节机制。虽然目前市场上也有维生素或矿物质组成的营养补剂,但这些营养补剂是饮食之外的补充剂,功能单一。

### 发明内容

[0003] 本发明的第一方面,提供了一种代餐食物,其具有药食两性的功效。代餐食物的营养均衡,可作为肥胖患者的食物替代物。

[0004] 本发明的第二方面,提供了一种上述代餐食物的制备方法。所述的制备方法工艺简单,易于操作,适于批量生产代餐食物。

[0005] 本发明是这样实现的:

[0006] 一种代餐食物。制作代餐食物的原料包括按重量份数计的以下组分:

[0007] 菊粉1-10份、白芝麻1-10份、花生1-10份、糙米1-10份、薏米1-10份、燕麦1-10份、黄大豆1-5份、黑大豆1-5份、红薯粉0.001-5份、黑芝麻0.001-5份、黑米0.001-5份、红枣0.001-5份、胡萝卜粉0.001-5份、山药粉0.001-5份、苹果粉0.001-5份、香蕉粉0.001-5份、低聚木糖0.001-5份、L-阿拉伯糖0.001-5份、红小豆0.001-5份、冬瓜粉0.001-5份、魔芋粉0.001-5份、紫菜粉0.001-5份、绿豆0.001-5份、葡萄粉0.001-5份、小米0.001-5份、玉米0.001-5份、阿萨伊果0.001-5份、猕猴桃粉0.001-5份、芹菜粉0.001-5份、板栗粉0.001-5份、山楂0.001-5份、火麻仁0.001-5份、核桃仁0.001-5份、竹笋0.001-5份、枸杞0.001-5份、白扁豆0.001-5份、酸枣仁0.001-5份、大麦苗粉0.001-5份、奇亚籽0.001-5份、沙棘粉0.001-5份、莲子0.001-5份、百合0.001-5份、茯苓0.001-5份、竹荪0.001-5份、草菇0.001-5份、姬松茸0.001-5份、茶树菇0.001-5份、牛肝菌0.001-5份、杏鲍菇0.001-5份、黑木耳0.001-5份、银耳0.001-5份、钝顶螺旋藻粉0.001-5份、裸藻0.001-5份、蛋白核小球藻0.001-5份、桑葚0.001-5份、荷叶0.001-5份、灰树花0.001-5份、松花粉0.001-5份、菊花0.001-5份、槐花0.001-5份、金银花0.001-5份、茶树花0.001-5份、玫瑰花0.001-5份、杜仲雄花0.001-5份、柠檬粉0.001-5份、木瓜粉0.001-5份、圆苞车前子壳0.001-5份、海带粉0.001-5份、黄瓜粉0.001-5份、苦瓜粉0.001-5份、黍米0.001-5份、糯米0.001-5份、蚕豆0.001-5份、桃仁0.001-5份、杏仁0.001-5份、红松种仁0.001-5份、榛子0.001-5份、龙眼0.001-5份、玉竹0.001-5份、乌梅0.001-5份、决明子0.001-5份、紫苏0.001-5份、莱菔子0.001-5份、黄精0.001-5份、香菇0.001-5份、代代花0.001-5份、丹凤牡丹花0.001-5份、壳

寡糖0.001-5份。

[0008] 制备上述代餐食物的方法包括将原料中的各组分混合。

[0009] 其中,灰树花又称为舞菇、舞茸、贝叶多孔菌、栗子蘑、莲花菌、叶状奇果菌、千佛菌、云蕈,是一种药食兼用的蕈菌。其具有富含多种有益的矿物质,钾、磷、铁、锌、钙、铜、硒、铬等,维生素等,还具有减少胰岛素抵抗,增强人体对胰岛素的敏感度,有助于控制血糖、抑制脂肪细胞堆积、降低血压、增强免疫力等功效。

[0010] 菊粉是植物中储备性多糖,大体上由31个 $\beta$ -D-呋喃果糖和1~2个吡喃菊糖残基聚合而成。菊粉主要来源于植物,例如:洋葱、大蒜、香蕉、小麦等。一种菊粉的可选制备工艺如内以菊芋洋姜根状茎为原料,去除蛋白,胶质,粗纤维和矿物质,经水提取,离子交换,膜过滤,喷雾干燥等生产工艺得到菊粉。

[0011] 杜仲是雌雄双株的树,雄花杜仲雄花就是杜仲雄树开的花。杜仲雄花含多种有效植物成分,如木质素类,环烯醚萜类、苯丙素类活性物质(如京尼平甙酸、绿原酸、桃叶珊瑚甙)、松脂醇双糖甙、黄酮、生物碱、氨基酸、多糖以及矿质元素等。

[0012] 圆苞车前子壳,(拉丁名称为Psylliumseedhusk)。其来源为车前科车前属圆苞车前(拉丁学名:Plantagoovata)食用部位——种子外壳。

[0013] 阿萨伊果棕榈科植物阿萨伊棕榈树(EuterpeoleraceaeMart.)的果实。

[0014] 榛子(Hazelnut)又名山板栗粉、尖栗或榧子,为桦木科(Betulaceae)榛属落叶的灌木或小乔木。

[0015] 大麦苗粉是禾本科植物——大麦HordeumvulgareL.的幼苗制作而成的粉末。

[0016] 黄大豆、黑大豆分别为豆科植物大豆(学名:Glycinemax(L.)merr)的黄色种子和黑色种子。红小豆(Vignaangularis)又称为赤豆、赤小豆、红赤豆、小豆,是豆科豇,豆属,草本植物的成熟果实。绿豆(Vignaradiata(Linn.)Wilczek.)属于豆科,别名青小豆、菘豆、植豆等。蚕豆(ViciafabalL.),又称罗汉豆、胡豆、兰花豆、南豆、豇豆、佛豆。白扁豆为豆科植物扁豆(DolichoslablabL.)的干燥成熟种子。

[0017] 裸藻(Euglenagracilis)属于裸藻门、裸藻目、裸藻属。钝顶螺旋藻(Spirulinaplatensis)是螺旋藻中的一种。蛋白核小球藻(Chlorellapyrenoidesa)为绿藻门小球藻属普生性单细胞绿藻,是一种球形单细胞淡水藻类。

[0018] 桃仁(Persicae Semen)为蔷薇科植物桃Prunus persica(L.)Batsch或山桃Prunus davidiana(Carr.)Franch.的干燥成熟种子。

[0019] 核桃仁(Juglandis Semen)为胡桃科植物胡桃(Juglans regia L.)的干燥成熟种子。

[0020] 糙米是稻谷脱去外保护皮层稻壳后的颖果,内保护皮层(果皮、种皮、珠心层)完好的稻米籽粒。黑米别名黑粳米、乌米、补血糯米、贡米、黑珍珠。其因外皮乌黑而得名,属于糯米类。黑米由黑稻加工而成,是一种具有诸多保健功效的珍贵稻米。其品种例如可以有黑丰,黑米B、海亚黑稻1号、天道黑稻6号。黍米(semen panici miliacei)别名为稷米、粢米、糜米、糜子米,是禾本植物黍的种子。小米也称作粱、狗尾草、黄粟、粟米,拉丁文名:Setaria italica(L.)Beauv.var.germanica(Mill.)Schrاد.。糯米(Glutinous rice)是糯稻脱壳的米。燕麦(Avena sativa L.)为禾本科植物的种子,《本草纲目》中称之为雀麦、野麦子。

[0021] 所述的新资源食品是指,在人们的日常饮食中,不是作为主食,且一般不具有非常

广泛的饮食习惯,但是复合食品的基本要求,且对人体无毒无害的可食用物品。

[0022] 所述的药用食材又药主要是指药食同源的物品,其即可作为食品也可作为药品。具体可参见,卫生部关于进一步规范保健食品原料管理的通知(卫法监发[2002]51号)的附件1——既是食品又是药品的物品名单。

[0023] 本发明所述的杂粮、果蔬、药用食材、豆类、菌类、藻类以及新资源食品均指的是可食用的原料。

[0024] 本发明实施例的有益效果:本发明实施例提供的代餐食物具有以下优点:

[0025] 一、对婴孩和儿童、脑力劳动者、糖尿病患者、脚气病和肝病患者、风湿病关节炎患者、性功能衰退人士、体质单薄、病后需要调养人士、需要减肥与时常便秘人士、动脉硬化、心脏病患者、高血压、高血脂、高胆固醇血症患者等都是很好的代餐品。

[0026] 二、食用、携带方便,能够补充人体所需,口感较好,能够让多数人接受。

[0027] 三、本代餐食物无异味,所选择的食材均为五谷杂粮、果蔬、既食又药、菌类、花类等营养丰富,并且加入了魔芋粉、圆苞车前子壳等具有饱腹作用的食材,让人感觉有饱腹感,容易让减肥人群接受。

### 具体实施方式

[0028] 下面将结合实施例对本发明的实施方案进行详细描述,但是本领域技术人员将会理解,下列实施例仅用于说明本发明,而不应视为限制本发明的范围。实施例中未注明具体条件者,按照常规条件或制造商建议的条件进行。所用试剂或仪器未注明生产厂商者,均为可以通过市售购买获得的常规产品。

[0029] 以下针对本发明实施例的代餐食物及其制备方法进行具体说明:

[0030] 本发明提供了一种由多种组分制作而成的复合型食品。其可以作为人民日常事务的替代品。其营养丰富、均衡,容易使人产生饱腹感,从而可以在满足人体对营养成分的需求的同时,还对由饮食不规律导致的疾病有积极的作用。

[0031] 代餐食物采用各种杂粮、药材以及其他具有多种功效的原料通过适当的搭配而成。具体而言,制作代餐食物的原料包括以下组分:L-阿拉伯糖0.001-5份、阿萨伊果0.001-5份、白扁豆0.001-5份、白芝麻1-10份、百合0.001-5份、板栗0.001-5份、蚕豆0.001-5份、糙米1-10份、草菇0.001-5份、茶树菇0.001-5份、茶树花0.001-5份、大麦苗粉0.001-5份、代代花0.001-5份、丹凤牡丹花0.001-5份、蛋白核小球藻0.001-5份、低聚木糖0.001-5份、冬瓜粉0.001-5份、杜仲雄花0.001-5份、钝顶螺旋藻粉0.001-5份、茯苓0.001-5份、枸杞0.001-5份、海带粉0.001-5份、荷叶0.001-5份、核桃仁0.001-5份、黑大豆1-5份、黑米0.001-5份、黑木耳0.001-5份、黑芝麻0.001-5份、红薯粉0.001-5份、红松种仁0.001-5份、红小豆0.001-5份、红枣0.001-5份、胡萝卜粉0.001-5份、花生1-10份、槐花0.001-5份、黄大豆1-5份、黄瓜粉0.001-5份、黄精0.001-5份、灰树花0.001-5份、火麻仁0.001-5份、姬松茸0.001-5份、金银花0.001-5份、菊粉1-10份、菊花0.001-5份、决明子0.001-5份、壳寡糖0.001-5份、苦瓜粉0.001-5份、莱菔子0.001-5份、莲子0.001-5份、龙眼0.001-5份、裸藻0.001-5份、绿豆0.001-5份、猕猴桃粉0.001-5份、魔芋粉0.001-5份、木瓜粉0.001-5份、柠檬粉0.001-5份、牛肝菌0.001-5份、糯米0.001-5份、苹果粉0.001-5份、葡萄粉0.001-5份、奇亚籽0.001-5份、芹菜粉0.001-5份、桑椹0.001-5份、沙棘粉0.001-5份、山药粉0.001-5份、山楂0.001-5

份、黍米0.001-5份、松花粉0.001-5份、酸枣仁0.001-5份、桃仁0.001-5份、乌梅0.001-5份、香菇0.001-5份、香蕉粉0.001-5份、小米0.001-5份、杏鲍菇0.001-5份、杏仁0.001-5份、燕麦1-10份、薏苡仁1-10份、银耳0.001-5份、玉米0.001-5份、玉竹0.001-5份、圆苞车前子壳0.001-5份、榛子0.001-5份、重瓣红玫瑰花0.001-5份、竹荪0.001-5份、竹笋0.001-5份、紫菜粉0.001-5份、紫苏0.001-5份。

[0032] 进一步地,原料包括以下组分:L-阿拉伯糖0.66份、阿萨伊果0.19份、白扁豆0.025份、白芝麻4份、百合0.05份、板栗0.11份、蚕豆0.0202份、糙米3份、草菇0.018份、茶树菇0.025份、茶树花0.0118份、大麦苗粉0.024份、代代花0.001份、丹凤牡丹花0.001份、蛋白核小球藻0.025份、低聚木糖0.88份、冬瓜粉0.5份、杜仲雄花0.018份、钝顶螺旋藻粉0.05份、茯苓0.05份、枸杞0.05份、海带粉0.05份、荷叶0.025份、核桃仁0.09份、黑大豆1.44份、黑米1.12份、黑木耳0.025份、黑芝麻1.24份、红薯粉1.25份、红松种仁0.001份、红小豆0.66份、红枣1份、胡萝卜粉1份、花生3.5份、槐花0.018份、黄大豆1.5份、黄瓜粉0.08份、黄精0.001份、灰树花0.025份、火麻仁0.001份、姬松茸0.025份、金银花0.015份、菊粉5.33份、菊花0.025份、决明子0.001份、壳寡糖0.001份、苦瓜粉0.022份、莱菔子0.001份、莲子0.05份、龙眼0.001份、裸藻0.001份、绿豆0.33份、猕猴桃粉0.19份、魔芋粉0.5份、木瓜粉0.025份、柠檬粉0.025份、牛肝菌0.025份、糯米0.001份、苹果粉1份、葡萄粉0.31份、奇亚籽0.025份、芹菜粉0.11份、桑椹0.05份、沙棘粉0.022份、山药粉1份、山楂0.1份、黍米0.001份、松花粉0.025份、酸枣仁0.018份、桃仁0.001份、乌梅0.001份、香菇0.001份、香蕉粉1份、小米0.26份、杏鲍菇0.025份、杏仁0.001份、燕麦2.66份、薏苡仁3份、银耳0.075份、玉米0.2份、玉竹0.001份、圆苞车前子壳0.025份、榛子0.001份、重瓣红玫瑰花0.025份、竹荪0.018份、竹笋0.1份、紫菜粉0.4份、紫苏0.001份。

[0033] 糙米:调理肠胃活血造血减肥瘦身提高胰岛素敏感性。黑米:滋阴补肾,健身暖胃,明目活血,“清肝润肠”,“滑湿益精,补肺缓筋。玉米:调中开胃,益肺宁心,清湿热,利肝胆,延缓衰老。黍米:益气补中。小米:清热解渴、健胃除湿、和胃安眠。糯米:温暖脾胃,补益中气。燕麦:健脾、益气、补虚、止汗、养胃、润肠。薏米:润泽肌肤、美白补湿、行气活血、调经止痛。黄大豆:健脾宽中,润燥消水。黑大豆:降胆固醇、补肾、益脾、祛痰止咳、美容功效,抗衰老、排毒,减肥、改善贫血。红小豆:润肠通便、降血压、降血脂、调节血糖、解毒抗癌、预防结石、健美减肥。绿豆:凉血解毒、降脂、抗过敏。蚕豆:益气健脾,利湿消肿。白扁豆:健脾、和中、益气、化湿、消暑。大麦苗粉:润肠通便、抗氧化,清除有害自由基、减肥、排毒养颜。核桃仁:补气益血滋补养生。葡萄粉:淡化色斑、美白肌肤、抗过敏、抗炎的作用、增强免疫力、抗肿瘤、防癌的作用、对心、脑血管的保护作用。莲子:安神、明目、子宫出血、遗精。奇亚籽:改善消化系统、促进心脏健康、控制糖尿病。百合:养阴润肺;清心安神。冬瓜粉:..减肥降脂、护肾、清热化痰、防癌抗癌、润肤美容。红薯粉:滋补肝肾、防止便秘、减肥,美容。魔芋粉:活血化瘀,解毒消肿,宽肠通便,化痰软坚。竹笋:开胃健脾、宽胸利膈、通肠排便、开膈消痰、增强机体免疫力。山药:纤体丰胸,健脾补气,益肺固肾。木瓜:舒筋活络,和胃化湿。胡萝卜粉:保护心血管健康、祛斑、保持皮肤的弹性、益肝明目、强免疫力、促进肠道健康、促进新陈代谢,增进血液循环、延缓衰老。黑芝麻:补肝肾,益精血,润肠燥。沙棘:降低胆固醇、祛痰止咳、慢性浅表性胃炎、萎缩性胃炎、结肠炎、烧伤、烫伤、刀烧、冻伤、延缓衰老。酸枣仁:养肝、宁心、安神、敛汗。竹荪:滋补强壮、益气补脑、宁神健体。草菇:促进人体新陈代谢,提高机体免疫

力,增强抗病能力、解毒作用。姬松茸:增强免疫系统功能,降血糖、降血脂、调节血压、改善肝功能、抗过敏反应等。茶树菇:防癌抗癌、抗衰老、缓解小儿尿床、增强免疫。牛肝菌:清热解烦、养血和中、追风散寒、舒筋活血、补虚提神。杏鲍菇:降血脂、降胆固醇、促进胃肠消化、增强机体免疫能力、防止心血管病。黑木耳:补气血,凉血止血,润肺益胃,润燥利肠,舒筋活络,轻身强志。茯苓:利水渗湿健脾宁心;抗肿瘤、增强免疫、延缓衰老、降血糖护肝。银耳:强精、补肾、润肠、益胃、补气、和血、强心、壮身、补脑、提神、美容、嫩肤、延年益寿。裸藻:排毒养颜、明目,抗衰老,抗氧化,改善骨关节、亚健康,清除有害胆固醇、降三高,调节肠胃、保护肝脏。蛋白核小球藻:排毒、促进新陈代谢、补充人体营养,提高细胞再生能力、增强人体免疫力。海带:治疗甲状腺低下、利尿消肿、防治富贵病、减少放射性疾病、御寒、抗癌防癌。紫菜:化痰软坚、清热利水、补肾养心。枸杞:养肝,滋肾,润肺。红枣:益气补血、健脾和胃、祛风。灰树花:减少胰岛素抵抗,增强人体对胰岛素的敏感度,有助于控制血糖、抑制脂肪细胞堆积、降低血压、增强免疫力。松花粉:护肤与美容、燥湿收敛止血,外用可祛风止血、爽身消炎、抗衰老、抗疲劳、控制体重、心脑血管养护。菊花:散风热、平肝明目、消咳止痛。槐花:凉血止血、清肝明目。代代花:行气宽中,消食,化痰。金银花:抗炎解毒疏热散邪凉血止痢。茶树花:解毒、抑菌、降糖、延缓衰老、防癌抗癌和增强免疫力。玫瑰花:强肝养胃,活血调经,润肠通便,解郁安神。杜仲雄花:强肝、补肾、通便、安眠、降三高。桑椹:补益肝肾,滋阴养血。圆苞车前子壳:促进肠蠕动、帮助排便、减少便秘、增加饱足感、。荷叶:清心火、平肝火、泻脾火、降肺火以及清热养神。山楂:消食健胃行气散瘀、降血压降血脂抗氧化抑菌。阿萨伊果:预防疾病、提供营养元、增强免疫系统功能、提高体能、增进健康、修原作用、防御保护一减缓或消除氧化作用、保护眼睛、有助消化酶及活性生长因子、恢复青春活力、降低胆固醇、强化循环系统功能、防癌、降血糖、改善失眠、清洁排毒。柠檬粉:生津解暑开胃。猕猴桃粉:有生津解热、调中下气、止渴利尿、滋补强身。苹果粉:生津止渴、润肺除烦、健脾益胃、养心益气、润肠、止泻、醒酒。香蕉粉:补充能量、保护胃黏膜、降血压、有助于睡眠。低聚木糖:减少有毒发酵产物及有害细菌酶的产生;抑制病原菌和腹泻;防止便秘;保护肝脏功能;降低血清胆固醇;降低血压;能增强机体免疫力,抗癌;具有良好的配伍性;预防和保护牙齿龋变,抑制口腔病菌的滋生。壳寡糖:防治心脑血管疾病调节血脂和血压、抑制癌细胞的活性,防止癌细胞扩散转移、调节血糖、保肝护肝、对睡眠的作用改善睡眠状态、防止胃肠道疾病发生、对其它疾病的作用壳聚糖还具有增殖肠道有益菌、清肠毒、排除体内重金属、抗自由基、防辐射、抗炎、止血以及促进伤口愈合等功能。菊粉:控制血脂、降低血糖、促进矿物质吸收、防便秘及治疗肥胖症。黄瓜粉:抗肿瘤、抗衰老、减肥强体、健脑安神、能安神定志、防止酒精中毒、降低血糖。桃仁:活血祛瘀,润肠通便,止咳平喘。杏仁:止咳平喘,润肠通便。火麻仁:润肠通便。白芝麻:补血明目、祛风润肠、生津通乳、益肝养发、强身体,抗衰老。花生:润肺、和胃、补脾。松籽:滋阴润肺,美容抗衰,延年益寿。榛子:补脾胃,益气力,明目健行。板栗粉:养胃健脾,补肾强筋,活血止血。龙眼:补益心脾,养血安神。玉竹:养阴润燥、生津止渴;抗氧化、提高免疫、降糖降脂。乌梅:敛肺,涩肠,生津,安蛔。决明子:润肠通便,降脂明目。紫苏:散表寒、行气宽中。莱菔子:消食除胀,降气化痰,降低胆固醇、防止动脉硬化、抗菌降压。黄精:补气养阴,健脾,润肺,益肾。香菇:提高机体免疫功能、延缓衰老、防癌抗癌、降血压、降血脂、降胆固醇。钝顶螺旋藻粉:提高机体免疫力、促进肠胃蠕动、补充机体的常规元素和微量元素。丹凤牡丹花:调理气机,疏利肝经,运脾化湿而益气血。L-阿拉伯糖:抑制代谢与吸



收、抑制血糖,脂肪、预防便秘。芹菜粉:清热利湿,平肝健胃。苦瓜粉:清暑解渴、降血压、血脂。

[0034] 前述之代餐食物的制备方法如下:将原料中的各组分混合。将混合好的原料可定量包装,方便按量食用。作为更优的选择,在混合原料中的各组分之前,原料中的糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻被分别破碎为粉末。即代餐食物为粉剂。更优的选择是,在破碎糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻之前,先进行低温烘焙处理。一种可选的烘焙方式为:烘焙温度100~130℃、烘焙时间为2~4小时。作为另一种可选的烘焙方式为:烘焙温度110~120℃、烘焙时间为2.5~3小时。

[0035] 食用方法:将代餐食物用开水调制为糊状即可。例如,用80℃以上的温水按照代餐食物与温水的重量比为1:10的比例调配,并搅拌均匀,待冷后即可食用。

[0036] 或者,将代餐食物与新鲜的水果、蔬菜与水一同在榨汁机中榨制为饮品食用。

[0037] 本发明提供的代餐食物在以下多个方面具有巨大的潜力和价值:

[0038] 1、延缓衰老,恢复生理机能,增长寿命——抗衰老,延长寿命。2、具有防癌抗癌,抑制肿瘤扩散的作用——抑制癌细胞扩散,辅助化疗。3、抗动脉粥样硬化、抗凝血、抗高脂血症——抗高脂。4、预防高血压,冠心病、防止血管阻塞——保护心脑血管。5、抗氧化,清除自由基,增强免疫系统——增强免疫力。6、具有抗发炎、解毒排毒的作用——抗发炎,排毒。7、有效减重瘦身,促进新陈代谢——减肥。8、有效控制血糖浓度,平衡胰岛素分泌——降血糖。9、新型的植物性雌激素,舒缓更年期障碍——调节内分泌、预防更年期症状。10、男性天然威而钢,预防及改善摄护腺问题——男性前列腺炎。11、抗过敏,气喘,安定神经,安眠,抗忧郁——抗过敏、气喘、抗发炎。12、缓解便秘。

[0039] 总而言之,本发明提供的代餐食物是一种复合谷物,且具有营养成份丰富均衡的特点。其制备方法简单、便于食用和携带,易于使食用者产生饱腹感,同时其脂肪含量低,因此,不易使人发胖。

[0040] 以下结合实施例对本发明的代餐食物及其制备方法作进一步的详细描述。

[0041] 实施例1

[0042] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:L-阿拉伯糖0.001份、阿萨伊果0.001份、白扁豆0.001份、白芝麻1份、百合0.001份、板栗0.001份、蚕豆0.001份、糙米1份、草菇0.001份、茶树菇0.001份、茶树花0.001份、大麦苗粉0.001份、代代花0.001份、丹凤牡丹花0.001份、蛋白核小球藻0.001份、低聚木糖0.001份、冬瓜粉0.001份、杜仲雄花0.001份、钝顶螺旋藻粉0.001份、茯苓0.001份、枸杞0.001份、海带粉0.001份、荷叶0.001份、核桃仁0.001份、黑大豆1份、黑米0.001份、黑木耳0.001份、黑芝麻0.001份、红薯粉0.001份、红松种仁0.001份、红小豆0.001份、红枣0.001份、胡萝卜粉0.001份、花生1份、槐花0.001份、黄大豆1份、黄瓜粉0.001份、黄精0.001份、灰树花0.001份、火麻仁0.001份、姬松茸0.001份、金银花0.001份、菊粉1份、菊花0.001份、决明子0.001份、壳寡糖0.001份、苦瓜粉0.001份、莱菔子0.001份、莲子0.001份、龙眼0.001份、裸藻0.001份、绿豆0.001份、猕猴桃粉0.001份、魔芋粉0.001份、木瓜粉0.001份、柠檬粉0.001份、牛肝菌0.001份、糯米0.001份、苹果粉0.001份、葡萄粉0.001份、奇亚籽0.001份、芹菜粉0.001份、桑椹0.001份、沙棘粉0.001份、山药粉0.001份、山楂0.001份、黍米0.001份、松花粉0.001份、酸枣仁0.001份、桃仁0.001

份、乌梅0.001份、香菇0.001份、香蕉粉0.001份、小米0.001份、杏鲍菇0.001份、杏仁0.001份、燕麦1份、薏苡仁1份、银耳0.001份、玉米0.001份、玉竹0.001份、圆苞车前子壳0.001份、榛子0.001份、重瓣红玫瑰花0.001份、竹荪0.001份、竹笋0.001份、紫菜粉0.001份、紫苏0.001份。

[0043] 代餐食物制备方法:将上述各原料混合。

[0044] 实施例2

[0045] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:

[0046] L-阿拉伯糖5份、阿萨伊果5份、白扁豆5份、白芝麻10份、百合5份、板栗5份、蚕豆5份、糙米10份、草菇5份、茶树菇5份、茶树花5份、大麦苗粉5份、代代花5份、丹凤牡丹花5份、蛋白核小球藻5份、低聚木糖5份、冬瓜粉5份、杜仲雄花5份、钝顶螺旋藻粉5份、茯苓5份、枸杞5份、海带粉5份、荷叶5份、核桃仁5份、黑大豆5份、黑米5份、黑木耳5份、黑芝麻5份、红薯粉5份、红松种仁5份、红小豆5份、红枣5份、胡萝卜粉5份、花生10份、槐花5份、黄大豆5份、黄瓜粉5份、黄精5份、灰树花5份、火麻仁5份、姬松茸5份、金银花5份、菊粉10份、菊花5份、决明子5份、壳寡糖5份、苦瓜粉5份、莱菔子5份、莲子5份、龙眼5份、裸藻5份、绿豆5份、猕猴桃粉5份、魔芋粉5份、木瓜粉5份、柠檬粉5份、牛肝菌5份、糯米5份、苹果粉5份、葡萄粉5份、奇亚籽5份、芹菜粉5份、桑椹5份、沙棘粉5份、山药粉5份、山楂5份、黍米5份、松花粉5份、酸枣仁5份、桃仁5份、乌梅5份、香菇5份、香蕉粉5份、小米5份、杏鲍菇5份、杏仁5份、燕麦10份、薏苡仁10份、银耳5份、玉米5份、玉竹5份、圆苞车前子壳5份、榛子5份、重瓣红玫瑰花5份、竹荪5份、竹笋5份、紫菜粉5份、紫苏5份。

[0047] 代餐食物制备方法:将上述糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻分别破碎后,再与其他各原料混合。

[0048] 实施例3

[0049] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:

[0050] L-阿拉伯糖0.36份、阿萨伊果1.27份、白扁豆4.62份、白芝麻1.18份、百合0.96份、板栗3.14份、蚕豆0.38份、糙米4.51份、草菇0.52份、茶树菇0.6份、茶树花0.76份、大麦苗粉4.5份、代代花3.74份、丹凤牡丹花2.32份、蛋白核小球藻0.82份、低聚木糖0.19份、冬瓜粉2.55份、杜仲雄花1.18份、钝顶螺旋藻粉3.48份、茯苓1.08份、枸杞1.73份、海带粉4.35份、荷叶0.95份、核桃仁0.33份、黑大豆1.91份、黑米2.99份、黑木耳3.84份、黑芝麻3.86份、红薯粉4.66份、红松种仁3.01份、红小豆2.09份、红枣0.44份、胡萝卜粉1.86份、花生0.27份、槐花4.01份、黄大豆2.31份、黄瓜粉4.87份、黄精4.18份、灰树花2.95份、火麻仁0.58份、姬松茸3.27份、金银花0.71份、菊粉0.1份、菊花1.58份、决明子2.72份、壳寡糖2.3份、苦瓜粉2.22份、莱菔子2.87份、莲子4.58份、龙眼1.63份、裸藻4.99份、绿豆4.58份、猕猴桃粉2.85份、魔芋粉0.47份、木瓜粉3.35份、柠檬粉3.2份、牛肝菌3.46份、糯米1.78份、苹果粉1.59份、葡萄粉2.41份、奇亚籽4.04份、芹菜粉3.26份、桑椹3.17份、沙棘粉2.33份、山药粉1.79份、山楂0.72份、黍米2.67份、松花粉2.65份、酸枣仁1.93份、桃仁3.18份、乌梅0.23份、香菇2.13份、香蕉粉4.91份、小米4.41份、杏鲍菇3.45份、杏仁2.01份、燕麦1.78份、薏苡仁4.75份、银耳3.89份、玉米0.26份、玉竹2.39份、圆苞车前子壳1.31份、榛子4.17份、重瓣红玫瑰花1.54份、竹荪0.28份、竹笋0.09份、紫菜粉1.4份、紫苏1.13份。

[0051] 代餐食物制备方法:将上述糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、

黑芝麻、花生、白芝麻分别破碎后,在120℃下烘焙2.5小时,然后与其他各原料再混合。

[0052] 实施例4

[0053] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:

[0054] L-阿拉伯糖0.84份、阿萨伊果5份、白扁豆2.85份、白芝麻0.97份、百合3.36份、板栗1.42份、蚕豆0.27份、糙米0.85份、草菇1.15份、茶树菇2.52份、茶树花2.21份、大麦苗粉0.39份、代代花0.13份、丹凤牡丹花0.31份、蛋白核小球藻2.13份、低聚木糖4.59份、冬瓜粉3.14份、杜仲雄花2.33份、钝顶螺旋藻粉4.6份、茯苓1.89份、枸杞0.84份、海带粉1.49份、荷叶4.72份、核桃仁2.92份、黑大豆0.55份、黑米2.63份、黑木耳1.26份、黑芝麻4.51份、红薯粉3.43份、红松种仁3.63份、红小豆1.6份、红枣1.32份、胡萝卜粉3.37份、花生1.85份、槐花0.66份、黄大豆1.67份、黄瓜粉2.1份、黄精2.17份、灰树花3.12份、火麻仁3.56份、姬松茸3.19份、金银花3.09份、菊粉4.68份、菊花0.77份、决明子3.82份、壳寡糖2.91份、苦瓜粉4.74份、莱菔子2.48份、莲子2.98份、龙眼3.81份、裸藻2.06份、绿豆2份、猕猴桃粉1.12份、魔芋粉2.91份、木瓜粉1.76份、柠檬粉2.22份、牛肝菌2.54份、糯米2.09份、苹果粉4.98份、葡萄粉0.63份、奇亚籽3.87份、芹菜粉1.98份、桑椹1.92份、沙棘粉0.32份、山药粉2.24份、山楂2.49份、黍米1.55份、松花粉0.69份、酸枣仁1.8份、桃仁3.51份、乌梅4.01份、香菇3.24份、香蕉粉2.62份、小米0.03份、杏鲍菇4.86份、杏仁0.39份、燕麦4.12份、薏苡仁4.28份、银耳0.7份、玉米5份、玉竹2.67份、圆苞车前子壳3.49份、榛子1.38份、重瓣红玫瑰花2.5份、竹荪0.49份、竹笋2.53份、紫菜粉4.48份、紫苏2.09份。

[0055] 代餐食物制备方法:将糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻分别低温烘焙,然后进行破碎,将破碎后的原料与其他各原料混合。低温烘焙的温度为100℃,烘焙时间为4小时。

[0056] 实施例5

[0057] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:

[0058] L-阿拉伯糖2.61份、阿萨伊果3.22份、白扁豆2.56份、白芝麻1.17份、百合4.3份、板栗0.4份、蚕豆2.04份、糙米1.71份、草菇3.99份、茶树菇4.43份、茶树花0.44份、大麦苗粉1.68份、代代花3.34份、丹凤牡丹花1.16份、蛋白核小球藻4.15份、低聚木糖3.6份、冬瓜粉2.07份、杜仲雄花4.53份、钝顶螺旋藻粉0.76份、茯苓1.68份、枸杞4.29份、海带粉3.72份、荷叶0.77份、核桃仁2.9份、黑大豆3.24份、黑米4.71份、黑木耳1.54份、黑芝麻3.65份、红薯粉4.37份、红松种仁2.19份、红小豆0.45份、红枣2.13份、胡萝卜粉3.57份、花生3.89份、槐花1.75份、黄大豆0.38份、黄瓜粉2.81份、黄精1.7份、灰树花1.34份、火麻仁1.31份、姬松茸3.41份、金银花2.26份、菊粉1.76份、菊花3.19份、决明子1.19份、壳寡糖2.97份、苦瓜粉4.88份、莱菔子2.33份、莲子3.42份、龙眼3.61份、裸藻4.25份、绿豆0.01份、猕猴桃粉3.32份、魔芋粉2.86份、木瓜粉3.15份、柠檬粉0.4份、牛肝菌1.21份、糯米1.38份、苹果粉0.13份、葡萄粉0.23份、奇亚籽1.78份、芹菜粉2.74份、桑椹2.69份、沙棘粉3.25份、山药粉1.1份、山楂4.39份、黍米0.22份、松花粉4.76份、酸枣仁0.91份、桃仁4.81份、乌梅2.13份、香菇2.42份、香蕉粉0.52份、小米0.2份、杏鲍菇4.77份、杏仁3.44份、燕麦3.51份、薏苡仁1.06份、银耳0.5份、玉米3.48份、玉竹4.87份、圆苞车前子壳1.56份、榛子2.19份、重瓣红玫瑰花2.37份、竹荪4.64份、竹笋2.22份、紫菜粉3.28份、紫苏3.06份。

[0059] 代餐食物制备方法:将糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝

麻、花生、白芝麻分别低温烘焙,然后进行破碎,将破碎后的原料与其他各原料混合。低温烘焙的温度为130℃,烘焙时间为2小时。

[0060] 实施例6

[0061] 本实施例中的原料配比如下所示。按重量份数计:

[0062] L-阿拉伯糖4.72份、阿萨伊果0.49份、白扁豆1.3份、白芝麻1.04份、百合4.55份、板栗1.89份、蚕豆1.47份、糙米0.78份、草菇2.9份、茶树菇0.07份、茶树花4.03份、大麦苗粉4.69份、代代花4.4份、丹凤牡丹花2.7份、蛋白核小球藻3.96份、低聚木糖0.23份、冬瓜粉1.38份、杜仲雄花3.05份、钝顶螺旋藻粉1.79份、茯苓4.7份、枸杞2.33份、海带粉2.56份、荷叶0.31份、核桃仁0.29份、黑大豆0.1份、黑米2.86份、黑木耳3.97份、黑芝麻0.25份、红薯粉4.47份、红松种仁2.87份、红小豆0.08份、红枣0.67份、胡萝卜粉2.67份、花生0.99份、槐花4.35份、黄大豆2.1份、黄瓜粉0.4份、黄精0.78份、灰树花1.14份、火麻仁2.24份、姬松茸1.21份、金银花2.07份、菊粉2.14份、菊花4.47份、决明子2.54份、壳寡糖3.77份、苦瓜粉3.98份、莱菔子4.87份、莲子0.89份、龙眼0.91份、裸藻4.32份、绿豆2.01份、猕猴桃粉0.73份、魔芋粉1.97份、木瓜粉1.23份、柠檬粉2.29份、牛肝菌2.85份、糯米0.49份、苹果粉4.18份、葡萄粉2.99份、奇亚籽3.54份、芹菜粉4.72份、桑椹0.49份、沙棘粉0.02份、山药粉3.74份、山楂0.69份、黍米0.2份、松花粉2份、酸枣仁4.53份、桃仁2.76份、乌梅2.51份、香菇0.85份、香蕉粉2.06份、小米1.2份、杏鲍菇3.92份、杏仁3.9份、燕麦4.87份、薏苡仁3.48份、银耳1.38份、玉米2.16份、玉竹3.16份、圆苞车前子壳4.67份、榛子2.51份、重瓣红玫瑰花3.01份、竹荪4.29份、竹笋1.04份、紫菜粉4.8份、紫苏0.71份。

[0063] 代餐食物制备方法:将糙米、薏米、黑米、燕麦、黄大豆、黑大豆、红小豆、绿豆、黑芝麻、花生、白芝麻分别低温烘焙,然后对进行破碎,将破碎后的原料与其他各原料混合。低温烘焙的温度为110℃,烘焙时间为3小时。

[0064] 对比例1

[0065] 一种代餐食物。代餐食物由以下重量份的成分组成:聚葡萄糖30份,异麦芽酮糖6份,魔芋胶12份,卡拉胶8份, $\gamma$ -氨基丁酸0.8份,维生素C 0.18份,燕麦纤维12份。

[0066] 代餐食物的制备方法:将各原料混合。

[0067] 对比例2

[0068] 一种复合膳食纤维粉。复合膳食纤维粉由以下组分配制而成:魔芋葡甘聚糖胶50份、芹菜10份、环糊精20份、聚葡萄糖15份、调味料1份、红小豆2份、苹果粉1份,小麦纤维8份。其中,红小豆又被称为相思豆,豆科植物相思子的成熟种子,其具有青叶解读、止热闷头痛。

[0069] 代餐食物的制备方法:将各原料混合。

[0070] 实验例1:代餐食物功效实验

[0071] 1、实验样品与方法

[0072] 1.1实验样品

[0073] 取上述实施例1-6所得的代餐食物为实验品,以30g/袋做成小包装,按照相应的调配比例调配,用室温水冲调凝固后食用。代替午餐用,食用后再饮200ml水;以实施例1和实施例2分别为对照组1和对照组2。

[0074] 1.2实验对象

[0075] 随机选取某医院有瘦身意愿的424名患者(男女各212人)为研究对象,受试者平均年龄30岁,分为8组,分别服用实施例1-实施例6的产品以及对照组1和对照组2样品。所有受试者身体正常健康,自愿参加。

[0076] 1.3实验方法

[0077] 受试者从食用完成后开始计时,分别于实验开始、食用两个周期、食用三个周期时,通过代替晚餐后产生饥饿的时长计。30天为一个周期。

[0078] 2、数据统计

[0079] 数据用Origin8.0处理,统计食用后到产生饥饿感的时长,同时检测受试者的体重变化。产生饥饿感在3小时内表示饱腹感差,产生饥饿感在5小时及以上表示饱腹感强。

[0080] 3、实验结果:见表1

[0081] 表1:受试者食用后体重及产生饥饿感时长对比。

[0082]

分组	食用前		食用两个周期		食用三个周期	
	体重 (Kg)	产生饥饿时长 小时	体重 (Kg)	产生饥饿时长 小时	体重 (Kg)	产生饥饿时长 小时
实施例1	67.5	5.3	64.1	5.5	61.9	5.6
实施例2	68	5.5	64.6	5.4	62	5.5
实施例3	66.53	5.2	64.2	5.6	61.4	5.68
实施例4	67.3	5.23	64.3	5.3	61.5	5.4
实施例5	67.9	5.6	64.7	5.5	61.8	5.8
实施例6	67.8	5.7	64.5	5.8	61.3	6.0
对比例1	67	3	66	2.8	65.5	3.0
对比例2	66.8	2.8	66.3	3.2	66	3.3

[0083] 4、实验结论

[0084] 受试者服用本发明实施例1至6提供的代餐食物后,饱腹感增强,进食量下降,食用三周期后,体重具有相对明显的下降。此外,受试者的血压和血糖未出现异常浮动情况。试验表明服用本发明的代餐食物可以大大减少热量的摄入,达到减肥瘦身的效果,而且未对身体产生副作用。

[0085] 受试者更喜欢本发明代餐食物的口感,且表示咀嚼感好,即可作为美味的零食又是很好的代餐产品,再加上多口味,可以让食用者经常变换口味食用,而对照的两款产品,大家普遍反映,对照组1太粘稠,不利吞咽,对照组2口味不好,饱腹感低。

[0086] 尽管已用具体实施例来说明和描述了本发明,然而应意识到,在不背离本发明的

精神和范围的情况下可以作出许多其它的更改和修改。因此,这意味着在所附权利要求中包括属于本发明范围内的所有这些变化和修改。