

Obsah

Úvod		5
Mléko a mléčné výrobky jako významný zdroj živin		6
Porovnání nutričního složení některých mléčných a rostlinných výrobků		15
Porovnání technologie mléčných výrobků a výrobků na bázi rostlinných substrátů		20
Alergenní potenciál rostlinných surovin		27
Antinutriční, přírodní toxické látky a kontaminanty obsažené v rostlinných materiálech		32
Rostlinné nápoje v kojenecké výživě		36
Rizika vegetariánské a veganské stravy pro děti a dospělé		41
Poruchy příjmu potravy, ortorexie a vegetariánská strava		46
Legislativa a pravidla pro označování výrobků na bázi rostlinných substrátů		52
Dopady výroby mléčných výrobků a rostlinných produktů na životní prostředí		56
Závěr- Mléko versus výrobky na bázi rostlinných substrátů		61