

# TÖÖ KOKKUVÕTE

Töö eesmärgiks oli välja töötada ning analüüsida mee baasil looduslikku spordigeeli. Spordigeeli tootearendus oli tellimustööna ning tellijaks oli OÜ Honeypower. Valmistatud spordigeelide ülesandeks oli varustada sportlase organismi toitainetega treeningu või võistluste ajal, parandades sportlase sooritusvõimet ja taastumist. Spordigeel on mugav võimalus aidata sportlastele täita oma toiduvajadust. Kui kasutada energiageeli õigesti, siis spordigeelid on kasulikud sportlastele.

Degustatsiooni tulemus näitas, et porgandi spordigeel on parem. Lisaks avokaado spordigeel on natuke kallim, kui porgandi spordigeel, sest avokaado maksab palju rohkem. Seetõttu ainult porgandi spordigeel oli uuritud.

Valmistatud spordigeelid koosnevad peamiselt süsivesikutest, kuid avokaado spordigeel sisaldab rohkem kilokalorit. Kõikide süsivesikute jaotumise proportsioonid on sarnased porgandi ja avokaado spordigeelides. Lisaks need sisaldavad ka vitamiine ja mineraalaineid, sealhulgas A, C ja E-vitamiin, erinevaid B-grupi vitamiine, kaaliumi, kaltsiumi, magneesiumi, raua ja fosfori. Porgandi ja avokaado energiageelides on väga kõrge C-vitamiini sisaldus. Peamine mineraalaine spordigeelides on kaalium, kuid teiste mineraalainete sisaldus on üsna võrdne valmistatud spordigeelidega. Sidrunhappe hulk spordigeelis on lubatud väärtusega, seega spordigeel sobib igapäevaseks tarbimiseks.

Naturaalseid spordigeele on võimalik toota ning nende süsivesikute sisaldus on optimaalne. Mesi sobib geeli süsivesikute allikaks, seega pole vaja lisada mittelooduslike süsivesikute allikaid. Lisaks porgandi ja avokaado spordigeelid sisaldavad mitmeid sportlasele vajalikku vitamiine ja mineraalaineid. Toitained pärinevad koostisosadest, seega on kergesti omastatavad.