



## КАК ЗАПУСТИТЬ НА ОРБИТУ БОРЩ

Анастасия Крутикова

Исследовать космос на пустой желудок не получится. Это хорошо знает Виктор Добровольский, директор НИИ пищевого концентрата и специальной пищевой техники. Уже четверть века он руководит разработкой космического питания, которое выпускают на Бирюлевском экспериментальном заводе.

Основу рациона людей, проводящих на МКС недели и месяцы, составляет сублимированная пища. «На заводе, на кухне готовят обычную еду, – рассказывает Добровольский. – Затем ее отправляют в сублиматор, где в условиях вакуума вода из продуктов выпаривается, и любое блюдо превращается в порошок, сохраняющий все питательные вещества».

Достаточно добавить воды – и через пару минут порошок станет ароматным супом или жарким. Сегодня в



меню космонавтов более 300 наименований блюд; помимо сублиматов здесь и мясные консервы, и конфеты, а еще фрукты, хлеб и даже черная икра. Рацион рассчитан на 16 дней (в течение этого цикла блюда не повторяются). Основное меню обязательно для всех и составляется по медицинским показателям. Его дополняет индивидуальное меню, подготовленное с учетом предпочтений каждого космонавта.

Путь борща: от кастрюли до тюбика (верхнее фото). Продуктами в тубах питались космонавты в СССР. Сегодня тюбики выпускают как сувениры, а на орбиту отправляют в основном сублимированную пищу (центральный снимок).