

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**XI Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування
здорового способу життя у молоді»**

4 жовтня - 6 жовтня 2018 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

О.Г. Бурдо, Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
Г.В. Крусір, Л.А. Осипова, Л.М. Тележенко,
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктор філол. наук,
професор
доктор техн. наук., доцент
доктор техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

Г.І. Віват
О.Б. Ткаченко,
О.О. Коваленко,
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

РОЗДІЛ 3
ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ
ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ
ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ

ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

Молекулярна маса β -глюкана зазвичай понад 6500 і більшість їх нерозчинні і мають драглеутворюючу структуру. β -глюкани мають наступні функції:

- стимулюють як специфічний, так і вроджений імунітет;
- допомагають зберегати життєву силу організму (підтримують нормальний рівень ліпідів в крові і рівень холестерину);
- захищають від дії бактерій виду *E.coli* і *S.aureus*;
- використовуються в якості протипухлинного препарату, що зміцнює імунітет і перешкоджає зараженню хвороботворними мікроорганізмами;

β -глюкани мають протизапальну і протиалергічну дію, виявляють антиоксидантні властивості, захищають організм від наслідків стресу.

Джерелом отримання β -глюкана служать стінки пекарських дріжджів, також він міститься у висівках зернових культур, таких як жито, овес, пшениця, ячмінь.

Однак, отримання таких форм глюкану потребує окремих спеціалізованих біотехнологічних виробництв.

Екстракти, отримані з грибів, широко відомі в традиційній східній медицині. Технологічне вдосконалення екстракційних методів в останні десятиліття дозволили здійснювати ефективно виділення β -глюканів і проводити з ними контрольовані експерименти.

Способи виділення β -глюкана включають комбіновані методи: фізичні, хімічні та біотехнологічні. Але на першому етапі виділення речовини використовують тривале витримання сировини в гарячій воді 92-96⁰С для екстракції речовин, які містять β -глюкан.

В нашому дослідженні планується отримання консервованих грибів гливи, які б виготовлялись як натуральні консерви.

За технологічною схемою після попередньої обробки їх бланшують в підкисленому середовищі і фасують із заливою в тару. Тривала теплова обробка під час стерилізації сприяє екстракції глюкановмісних речовин.

Таким чином, в заливку переходять речовини, що містять глюкани. Саме її можна використовувати для приготування дієтичних грибних супів, додаючи заливку із консерви наприкінці приготування страви, зменшуючи теплову кулінарну обробку.

В подальших дослідженнях планується дослідити зміну хімічного складу заливки в консервованих глинах після стерилізації для підтвердження профілактичного призначення продукту для підвищення імунітету.

Науковий керівник – канд. техн. наук,
доцент Доценко Н.В.

КАПУСТА НА СТОРОЖІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Проданова Г.О., студентка IV курсу факультету ТВіТБ
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

Капуста - цариця овочів. За відомим висловом давньогрецького філософа і математика Піфагора, "Капуста являє собою овоч, який підтримує бадьорість і веселий, спокійний настрій духа, знімає втому, усуває головні болі та безсоння". Римляни активно вирощували різні сорти капусти, від качанної листової до спаржевої броколі.

Вживати необхідно свіже листя, свіжий сік так і заброджений сік, який отримують в результаті квашення капусти. Цілющі властивості капусти визначаються її біохімічним складом. В капусті містяться глюкоза і фруктоза, клітковина, легкозасвоювані білки, вітаміни А, С і В, фолієва кислота, комплекс мінеральних елементів, органічні кислоти, фітонциди і ферменти. Насамперед, потрібно сказати про клітковину - в капусті її міститься 1,5 %. Вона благотворно впливає на моторну функцію кишечника і його мікрофлору. Саме клітковина виводить з організму холестерин, перешкоджаючи розвитку атеросклерозу. Вона здатна видалити з кишечника всі непотрібні організму речовини, що утворюються в процесі травлення.

Капуста багата мінеральними солями. Особливо багато в ній калію, фосфору, кальцію, марганцю, магнію, заліза. Завдяки великій кількості калію білокачанна капуста сприяє виведенню з організму рідини. Калій зміцнює м'язи тіла і допомагає роботі серця. Кальцієві солі потрібні для утворення кісткової тканини, солі заліза необхідні для підтримки нормального складу крові, а марганцю - для обміну речовин. Всі вони благотворно діють на зростання молодого організму. Присутність йоду робить білокачанну капусту незамінною для харчування людей з порушеними функції щитовидної залози. Наявність міді робить капусту дуже корисною для хворих з ураженням нервової системи. В білокачанній капусті мало азотних сполук, тому вона необхідна для харчування хворих з ураженням нирок і при цукровому діабеті.

Білокачанну капусту рекомендують людям, схильним до повноти і бажаним знизити вагу. У 100 г капусти міститься всього 27 кілокалорій, але капуста дає відчуття насичення тому, що в капусті присутня тертронна кислота, яка затримує процес перетворення цукру та інших вуглеводів в жир і захищає організм від ожиріння.

Всім відомо, що вітамін С - головне джерело бадьорості і працездатності. Так от, при недостатці вітаміну С використовують кислу капусту, оскільки вона зберігає при квашенні значна кількість аскорбінової кислоти. Білокачанна свіжа капуста містить досить багато вітаміну С: 100 г капусти – 45...60 мг.

Найбільш цінним у капусті є вміст сірки. Йоду та хлору, які сприяють очищенню слизової оболонки шлунку і кишечника.

Для отримання соку капусту подрібнюють в блендері або натирають на пластмасовій тертці, отримане пюре поміщують в марю та вичавлюють сік. Капустяний сік зберігають в холодильнику при температурі на вище 2°C і випивають щодня 5...6 склянок в 3...4 прийоми, за 1 годину до їди. Вітамін U, який міститься в соку капусти дуже нестійкий, тому необхідно його готувати 1 раз на 2 дні.

Завдяки своїм цілющим властивостям вживання білокачанної капусти та продуктів її переробки забезпечить здоровий спосіб життя.

Науковий керівник - канд. техн. наук, доцент Палвашова Г.І.

СУПИ-ПЮРЕ - ЯК ОСНОВА ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

**Пушка О.С., старший викладач кафедри ГРС
Національний університет харчових технологій, м. Київ**

Перші страви є обов'язковим компонентом харчового раціону кожної людини.

Павлюченко В.О.	104
ПРОДУКТ ПЕРЕРОБКИ ГРИБІВ З ІМОНОМОДЕЛЮЮЧИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ	
Петрищенко К.Р.	105
КАПУСТА НА СТОРОЖІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Проданова Г.О.	106
СУПИ-ПЮРЕ - ЯК ОСНОВА ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ	
Пушка О.С.	107
РОЗРОБКА РЕЦЕПТУРИ СМУЗИ «СТОП-КИСЛОТА» ДЛЯ ЗНИЖЕННЯ КИСЛОТНОСТІ ШЛУНКУ	
Стоянова А.І.	109
ВИКОРИСТАННЯ ПРИРОДНИХ ТА ШТУЧНИХ ЦУКРОЗАМІННИКІВ У ТЕХНОЛОГІЇ НИЗЬКОКАЛОРИЙНИХ ДЕСЕРТІВ	
Устименко О.	110
ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ В РОЗРОБЦІ ДЕСЕРТНИХ СТРАВ ФІЗІОЛОГІЧНОЇ ДІЇ	
Факір С.О., Золовська О.В.	111
КУЛЬТУРА ПОТРЕБЛЕННЯ ПИЦЦИ – ЗАЛОГ ЗДОРОВ'Я	
Чернышева М.В.	112
КОМБІНОВАНИЙ НАПІЙ З ПРЯНО-АРОМАТИЧНОЮ СИРОВИНОЮ	
Юденко О.А.	113

**ТЕХНОЛОГІЯ МОЛОКА, ЖИРІВ
І ПАРФУМЕРНО-КОСМЕТИЧНИХ ЗАСОБІВ**

СКРАБ НА ОСНОВІ ВИНОГРАДНОГО ПОРОШКУ З МІНЕРАЛЬНИМИ ЕКСФОЛІАНТАМИ	
Власюк К.В., Ульянов О.О.	116
РОЗРОБЛЕННЯ РЕЦЕПТУРИ СИРКОВОГО ВИРОБУ ЗІ ЗБАЛАНСОВАНИМ ЖИРОКИСЛОТНИМ СКЛАДОМ	
Гаврилова І.В.	117
ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ОТРИМАННЯ КОНЦЕНТРАТІВ КОРОТКОЛАНЦЮГОВИХ ПЕПТИДІВ ТА ВІЛЬНИХ АМІНОКИСЛОТ, ЗБАГАЧЕНИХ ПРОБІОТИКАМИ	
Ганічева А.Ю.	118
ВЗГЛЯД НА КОСМЕТИЧЕСКИЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА С ПОЗИЦІЇ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІЖИ	
Горкавченко Ю.К.	120
НАСІННЯ ЧІА ЯК КОМПОНЕНТ ФЕРМЕНТОВАНИХ НАПОЇВ СПЕЦІАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ	
Дец Н.О., Климентьева І.О., Нетудихата К.О.	121

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, доц.
канд. техн. наук, доц. Н.М. Поварова

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848