

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



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

10-11 листопада 2015 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

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

Б.В. Єгоров
Л.В. Капрельянц
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

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

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,
О.В. Дишкантюк, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова,
Т.В. Шпирко, Г.О. Саркісян

Технічний редактор,
канд. техн. наук

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2015. — 419 с.

Збірник опубліковано за рішенням Ради з гуманітарної освіти та виховання студентів ОНАХТ від 30.11.2015 р., протокол № 3

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2015

селення характеризується низьким рівнем народжуваності, високою смертністю, від'ємним природним приростом і демографічним старінням, зростанням загального тягаря хвороб. Оскільки в Україні спостерігається тенденція до зниження рівня здоров'я населення, Кабінет Міністрів України прийняв Концепції Загальнодержавної цільової програми «Здоров'я–2020: Український вимір». Сьогодні в державі середня тривалість життя громадян на 10–12 років нижча, ніж у країнах ЄС, при цьому понад 50 % населення України харчується неякісно. Неповноцінне за якісним та кількісним складом, а також незбалансоване за енергетичною та поживною цінністю харчування сприяє розвитку захворювань. У зв'язку з вищезазначеним і з урахуванням недостатньої забезпеченості продовольчого ринку України продуктами оздоровчої направленості розроблення нових продуктів із заданими функціональними характеристиками на основі споживчих уподобань є надзвичайно актуальним.

Найважливішим завданням у справі поліпшення структури харчування населення є збільшення виробництва продуктів масового споживання з поліпшеними споживними властивостями. Сучасне харчування повинно не тільки задовольняти фізіологічні потреби організму людини в поживних, біологічно активних речовинах і енергії, але й виконувати профілактичні та лікувальні функції, а також бути абсолютно безпечним. Вирішення цих проблем можливе за рахунок розвитку виробництва продуктів харчування нового покоління – оздоровчих продуктів, що відповідають вимогам і реаліям сучасного життя. До створення таких продуктів, збагачених вітамінами, мінеральними речовинами, харчовими волокнами, корисними бактеріями та іншими добавками, виробників спонукає зростаюча кількість шанувальників здорового харчування.

Одним із прогресивних напрямків у розвитку виробництва продуктів оздоровчого харчування є створення збагачених продуктів на основі зернових культур, тому що в силу відносно невисокої вартості вихідної сировини вони доступні широким верствам населення й здатні компенсувати недолік біологічно активних речовин у раціоні, підвищити опірність організму до несприятливих факторів зовнішнього середовища і, отже, збільшити тривалість життя населення.

Тільки раціональне харчування здатне забезпечити оптимальний ріст і розвиток дитини. Раціональне харчування дає нам максимальну працездатність та хороше самопочуття формує, здоров'я та забезпечує довголіття.

Науковий керівник – д-р техн. наук, професор Мардар М.Р.

ШЛЯХИ ЗБАГАЧЕННЯ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ПОЛІНЕНАСИЧЕНИМИ ЖИРНИМИ КИСЛОТАМИ

**Степанова В.С., аспірант кафедри ТРiOX
Одеська національна академія харчових технологій, м.Одеса**

Аналіз харчування населення України виявив значні відхилення від формули збалансованого харчування, а саме: підвищена калорійність раціону, вживання значної кількості продуктів тваринного походження і легкозасвоюваних вуглеводів на фоні дефіциту білків, вітамінів, поліненасичених жирних кислот (ПНЖК), харчових волокон тощо.

Відповідно до концепції збалансованого харчування, до організму людини повинно надходити певне співвідношення білків, жирів та вуглеводів, що має становити 1:1:4. Ліпіди є обов'язковим компонентом харчування, що забезпечують організм людини енергією, есенціальними жирними кислотами, фосфоліпідами, жиророзчинними вітамінами.

Особлива увага приділяється вмісту і співвідношенню в харчових продуктах ПНЖК, зокрема ω -6 і ω -3. У наш час проводиться багато досліджень, пов'язаних із вивченням їх властивостей та впливом жирних кислот на організм людини. Встановлено, що для нормального функціонування організму, попередження ризику розвитку серцево-судинних захворювань, порушення зору та роботи біологічних мембран внутрішніх органів і тканин необхідно дотримуватись оптимального співвідношення ω -6/ ω -3 жирних кислот, які характеризуються вмістом лінолевої та ліноленової кислот. За даними дієтологів, до організму дорослої людини повинно надходити близько 10-20 % ПНЖК, у складі яких співвідношення лінолевої і ліноленової кислот повинно становити (8-10):1. У структурі сучасного харчування громадян України реальне співвідношення ω -6/ ω -3 знаходиться на рівні від 10:1 до 30:1, що свідчить про недостатнє надходження ω -3 жирних кислот до організму людини і потребує корегування раціону харчування.

Обстеження ескімосів Гренландії показало, що рівень «поганого» холестерину у крові в них набагато нижчий, ніж у мешканців розвинених країн. З цим пов'язана майже повна відсутність таких хвороб, як гіпертонія, інфаркт, атеросклероз та інші захворювання, які є наслідком порушення обміну холестерину. Аналіз раціону харчування ескімосів засвідчив, що на роботу серця і стан кровоносних судин даної народності має сприятливий вплив систематичне вживання риби жирних сортів, що мають підвищений вміст ω -3 кислот. Фахівці всього світу, і кардіологи у тому числі, дійшли висновку, що смертність внаслідок захворювань серця і судин знижується на 30 % завдяки систематичному вживанню ω -3 жирних кислот. Цінним джерелом дефіцитних, але необхідних організму ейкозапентаєнової, докозагексаєнової, ліноленової жирних кислот, які є складовими ω -3 ПНЖК, є риба та рибні продукти, а також деякі види рослинних олій, горіхи, насіння, олійні культури та зелені листові овочі.

Фахівцями харчової промисловості проводяться роботи щодо вдосконалення та розробки технологій виробництва і рецептур продуктів зі збалансованим вмістом ПНЖК. За співвідношення ПНЖК жодна з рослинних олій не відповідає вимогам за кількісним вмістом жирних кислот. Для того щоб отримати емульсійний жировий продукт з необхідним жирнокислотним складом, доцільно використовувати метод купажування рослинних олій або вносити до складу продукту жировмісну сировину.

Науковий керівник – д-р техн. наук, професор Д'яконова А.К.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЖИДКОЙ ЗАКВАСКИ С ВНЕСЕНИЕМ КОРЫ ДУБА НА ПРОЦЕСС ГАЗООБРАЗОВАНИЯ В ТЕСТЕ	224
Самуйленко Т.Д., Шаплова А.В.....	224
СПОЖИВНА ЦІННІСТЬ БАТОНЧИКІВ ВИСІВКОВИХ (ДЛЯ КОНТРОЛЮ ВАГИ ТІЛА)	226
Сєногонова Г.І.....	226
ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНОЇ СИРОВИНИ ДЛЯ ПРИГОТУВАННЯ ХЛІББУЛОЧНИХ ВИРОБІВ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ	227
Назар М.І.....	227
ПУТИ ОПТИМИЗАЦІИ ПИТАНИЯ	228
Парфинович К.В.....	228
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДОБАВОК ПРИ ПРОИЗВОДСТВЕ ПРЯНИЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ	229
Крикливец Д.А.....	229
КИСЛОМОЛОЧНІ ПРОДУКТИ З ФРУКТОВО-ЯГІДНИМИ НАПОВНЮВАЧАМИ ДЛЯ СИСТЕМИ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ	230
Сиротюк О.С.....	230
ВИЗНАЧЕННЯ ПАРАМЕТРІВ ВИЗРІВАННЯ БІЛКОВОЇ МАСИ У ТЕХНОЛОГІЇ М'ЯКИХ ПРОБІОТИЧНИХ СИРІВ	231
Скрипніченко Д.М.....	231
ЗЕРНОВИЙ БАТОНЧИК ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ	232
Смульська Ю.В.....	232
НОВІ ПІДХОДИ У ВИРОБНИЦТВІ ПРОДУКТІВ ІЗ ДИСПЕРГОВАНОЇ ЗЕРНОВОЇ МАСИ	233
Соколов В.Ю., Пенькова В.В., Миколенко С.Ю.....	233
ЗНАЧЕННЯ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ	234
Статєва М.С.....	234
ШЛЯХИ ЗБАГАЧЕННЯ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ПОЛІНЕНАСИЧЕНИМИ ЖИРНИМИ КИСЛОТАМИ	235
Степанова В.С.....	235
СОХРАННОСТЬ НЕЗАМЕНИМЫХ ЖИРНЫХ КИСЛОТ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ	237
Стоилаки И.Ю.....	237
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ МОЛОДІ В ЗОНІ АТО	238
Таранюк А.С.....	238

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
10-11 листопада 2015 р.

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.

Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.

канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров

Л.В. Капрельянц

О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. техн. наук Т.С. Лозовська

Підписано до друку 30. 11. 2015 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 50 прим. Замовлення 969