

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

**до 120-річчя Одеського національного
технологічного університету**

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

6 жовтня – 8 жовтня 2022 року

м. Одеса

УДК 663 / 664

Головний редактор,
канд. техн. наук, доцент

О.М. Кананихіна

Заступник головного редактора,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Редакційна колегія,
доктори техн. наук, професори:

О.Г. Бурдо, Я.Г. Верхівкер ,
О.О. Коваленко, Л.М. Тележенко,
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко,
О.Б. Ткаченко

доктори екон. наук, професори
доктор техн. наук, доцент
канд. істор. наук, доцент
канд. біол. наук, доцент
канд. фіз-мат. наук, доцент
канд. техн. наук, доценти

Л.В. Іванченкова, Н.А. Добрянська
А.В. Макаринська
А.О. Соловей
О.Л. Гаркович.
Ю.К. Корнієнко
Л.В. Агунова, О.В. Макарова,
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

Одеський національний технологічний університет

Збірник матеріалів XV Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. Одеса: ОНТУ, 2022. С. 326.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 9 листопада 2022 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ВТОРИННА СИРОВИНА ЯК ДЖЕРЕЛО МІКРОНУТРІЄНТІВ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

Дубина А.А., аспірант 1 курсу
Одеський національний технологічний університет,
м. Одеса

Ми живемо у складні часи і зараз особливо гостро стоїть проблема підтримання стану здоров'я людини на належному рівні. При чому краще і легше попередити захворювання, а ніж лікувати його.

Проблема створення продуктів харчування з вираженою харчовою щільністю може бути вирішена декількома шляхами. Одним із способів підвищення харчової щільності продуктів може бути використання нетрадиційної вторинної сировини, багатой на біологічно активні речовини та мінеральні сполуки. На сьогодні вторинним продуктом при виробництві крафтового пива у закладах ресторанного господарства є пивна дробина, яка у подальшому у харчовій промисловості майже не використовується.

Хімічний склад пивної дробини особливо багатий на вітаміни групи В та інші мікронутрієнти, що на сьогодні є дефіцитними, масову частку яких у продуктах харчування необхідно підвищувати. Пивна дробина має певні структурні особливості, що може викликати проблеми у створенні необхідної консистенції різних полікомпонентних систем.

Здорове харчування на сьогодні передбачає наявність у достатній кількості всіх мікронутрієнтів, що забезпечить нормальний метаболізм в організмі людини та засвоєння збалансованої кількості макронутрієнтів. Використання пивної дробини у виготовленні різних кулінарних страв і виробів дозволить створити збалансовані харчові продукти.

Завдяки вмісту в своєму складі вітамінів групи В стає можливим створювати харчові продукти, які будуть полегшувати засвоєння білкових речовин та запобігатимуть підвищенню рівня гомоцистеїну в крові.

Як відомо, підвищений рівень гомоцистеїну в організмі є збудником таких недугів, як:

1. хвороба Альцгеймера;
2. стареча деменція (слабоумство);
3. інфаркт міокарда, тромбоз (утворення тромбів);
4. серцева недостатність;
5. атеросклероз головного мозку; атеросклеротичні ураження судин.

Використання пивної дробини сумісно з іншими збагачувачами для формування збалансованого мікронутрієнтного складу забезпечить отримання продукту здорового харчування, а дослідження рецептурних композицій дозволить вирішити протиріччя між необхідною кількістю збагачувачів та забезпеченням високих органолептичних, мікробіологічних та реологічних показників готових продуктів.

Науковий керівник – д-р техн. наук,
професор Тележенко Л.М.

СПОРТ В ЖИТТІ СУЧАСНОГО МОЛОДОГО УКРАЇНЦЯ

**Дубина А.А., аспірант 2 курсу
Одеський національний технологічний університет,
м. Одеса**

В останні роки суспільство почало більше задумуватись про своє здоров'я, самопочуття і разом з тим прийшло загальне усвідомлення значущості спорту як однієї з важливих і необхідних складових людського буття. Для підтримання здоров'я та збільшення ступені витривалості організму сучасна людина, зокрема молодь, повинена регулярно тренуватись та, відповідно до визначеного навантаження, харчуватись. Яким би видом спортивного навантаження – бігом, плаванням, фітнесом, легкою атлетикою чи бодібілдингом – людина не займалась, без правильно підібраного плану харчування вона не зможе досягти поставленої мети.

Тому актуальним є дослідження значення спорту та спортивного харчування серед молоді.

У зв'язку з цим було проведено опитування серед здобувачів вищої освіти факультету інноваційних технологій харчування і ресторанного готельного бізнесу Одеського національного технологічного університету, які регулярно займаються спортом, щодо їх ставлення до спорту та спеціалізованого спортивного харчування. В опитуванні прийняло участь 53 особи віком від 16 до 25 років, з них 75,5% -жінки, 24,5% - чоловіки.

Здобувачами (83,5%) було виділено як основну мету занять спортом наступні спортивні результати: бути здоровими (35,8%); гарними (40,2%), аби подобатись собі та протилежній статі; зменшення ваги (12,4%); набір м'язової ваги (11,6%). Проте 93,6% відзначили, що зайва вага, проблеми з опорно-руховим апаратом,

ВТОРИННА СИРОВИНА ЯК ДЖЕРЕЛО МІКРОНУТРІСНТІВ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Дубина А.А.	64
СПОРТ В ЖИТТІ СУЧАСНОГО МОЛОДОГО УКРАЇНЦЯ Дубина А.А.	65
РОЗРОБЛЕННЯ СПОСОБУ ОТРИМАННЯ КУРКУМІНУ ПІДВИЩЕНОЇ БІОДОСТУПНОСТІ Єршова К.С.	67
ТРАДИЦІЙНА СИСТЕМА ХАРЧУВАННЯ АЛБАНЦІВ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я Ігнатенко Т.С.	69
ОСОБЛИВОСТІ ГРЕЦЬКОЇ КУХНІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я Казімірова Д.А.	71
ІННОВАЦІЙНІ БОРОШНЯНИ ВИРОБИ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ Кириллова А.А., Федорова Б.І.	73
ВПЛИВ ХІМІЧНОГО СКЛАДУ СИРОВИНИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ВИГОТОВЛЕННЯ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ ДЕСЕРТНОЇ СТРАВИ Курдова О.В.	75
НАТУРАЛЬНІ РИБНІ НАПІВФАБРИКАТИ ЯК ПРОДУКТИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Мильнікова К. Д.	77
УДОСКОНАЛЕННЯ НУТРІСНТНОГО СКЛАДУ БІСКВІТНОГО НАПІВФАБРИКАТУ Нападовська М.С.	78
АЕРОВАНІ ХАРЧОВІ ПРОДУКТИ ТА СПОСОБИ ЇХ ВИРОБНИЦТВА Олійник М.І.	80
ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВИРОБНИЦТВА РИБНИХ КУЛІНАРНИХ ВИРОБІВ З ДОДАВАННЯМ БАР Санюк А.В.	82