

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



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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



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

**7 жовтня - 9 жовтня 2021 року**

**м. Одеса**

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

## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

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

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

**7 жовтня – 9 жовтня 2021 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 ,  
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,  
О.О. Коваленко, Г.В. Крусір,  
В.М. Плотніков, Л.М. Тележенко,  
Н.А. Ткаченко, О.Б. Ткаченко  
Л.В. Іванченкова, О.О. Меліх  
А.В. Макаринська  
А.О. Соловей  
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко

доктори екон. наук, професори  
доктор техн. наук, доцент  
канд. істор. наук, доцент  
канд. техн. наук, доценти

Технічний редактор,  
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпурова

**Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ОНАХТ, 2021. – 308 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради  
від 10 листопада 2021 р., протокол №5

За достовірність інформації відповідає автор публікації

© Одеська національна академія харчових технологій, 2021

**РОЗДІЛ 3**  
**ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ**  
**ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ**  
**ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ**

потреби організму в нутрієнтах, мінеральних речовинах, вітамінах, антиоксидантах, підвищують його опірність до сучасних несприятливих умов навколишнього середовища, мають відмінні органолептичні якості та покращують самопочуття людини.

Наукові керівники – канд. техн. наук, доцент Біленька І.Р.,  
канд. техн. наук, ст. викладач Лазаренко Н.А.

### **POST-COVID: ОСОБЛИВОСТІ ДІЄТИЧНОГО ХАРЧУВАННЯ**

**Дорожко В. В., студент IV курсу  
факультету готельно-ресторанного та туристичного бізнесу  
Харківський торговельно-економічний інститут  
Української інженерно-педагогічної академії,  
м. Харків**

Харчування – це невід’ємна складова життєдіяльності людини і один з найважливіших чинників, що впливають на її здоров’я. Порушення харчування в високому ступені знижують ефективність лікувальних заходів, збільшують ризики розвитку ускладнень, негативно впливають на кількість часу, який хворі змушені провести в стаціонарі, погіршують показники смертності.

Важливою складовою вирішення зазначеної проблеми є застосування і глибоке впровадження дієтичного харчування – харчування людей з урахуванням їх віку, статі, характеру праці та інших чинників, особливо, у процесі реабілітації Post-Covid 19.

Дієтичне харчування – важлива частина в зниженні загального ризику захворювань серцево-судинної системи. Велика кількість їжі наповнює понад норму шлунок, який може зміщувати діафрагму і тим самим ускладнювати роботу серця при Post-Covid 19. Перевантаження може створювати і наявність надлишку випитої рідини.

Наявність супутніх захворювань у людей з Covid -19 в даний час викликає серйозну заклопотаність, що призводить до питання про харчування цих пацієнтів після захворювання.

Факторами ризику в харчуванні при серцево-судинних захворюваннях є невисокий рівень споживання фруктів, ягід і овочів. Слід зазначити, що споживання надміру солі і насичених жирних кислот, нестача в їжі волокнистих речовин спричиняють зайву вагу.

Пандемія Covid-19 створила умови щодо переосмислення харчування людей, особливо у ситуації Post-Covid 19. Переосмислення політики соціальної, екологічної та економічної складової визначило шляхи критичного переосмислення дієтичного харчування Post-Covid 19.

Таким чином, постає запитання: «Чи може дотримання дієти, яка характеризується протизапальними властивостями, потенційно принести користь або запобігти тяжким інфекціям у людей з супутніми захворюваннями, які перехворіли на Covid-19 у процесі реабілітації?».

Визначають різні дієти і поживні речовини, які спрямовані на протизапальні та імуномодулюючі властивості при захворюваннях, включаючи серцево-судинні захворювання, захворювання легень. Таким чином, дієтичне харчування заслуговує на значно більшу кількість досліджень у сфері харчових технологій.

Збалансована дієта включає необхідні макро- і мікронутрієнти, пребіотики, пробіотики і симбіотики, які можуть відновлювати і підтримувати функцію імунних клітин.

Запасів поживних речовин в організмі людини вистачає на короткий період. У людей із недостатністю харчування або з ризиком її виникнення, навіть на короткий проміжок часу без відповідного харчування становлять додаткову небезпеку. Недостатність харчування може призвести до негативних наслідків з підвищеною захворюваністю і смертністю.

Статистичні дані свідчать про те, що приблизно у 20...50% госпіталізованих пацієнтів діагностується недостатність харчування. Статистика не враховує вікові аспекти населення.

Рекомендовані і загальноприйняті такі основні принципи харчування:

- зменшення кількості кухонної солі в організмі, оскільки саме цей продукт сприяє затримці рідини в організмі - і, як наслідок, впливає на виникнення набряків і підвищення артеріального тиску;

- зниження споживання тваринного жиру. Жирна їжа тваринного походження багата шкідливим холестерином, який, в свою чергу, відкладається на судинах у вигляді бляшок. Вони сприяють порушенню кровотоку, в тому числі і в судинах, які живлять саме серце;

- включення в раціон жирних кислот Омега-3. Жирні кислоти сприяють зниженню рівня холестерину в організмі, заважають процесу тромбоутворення і знижують артеріальний тиск;

- живильні речовини, такі як вітамін С, вітамін D і цинк, можуть бути багатообіцяючими для лікування Covid-19, та у процесі реабілітації.

Збалансована дієта, пов'язана з протизапальними та імуномодулюючими сполуками, включаючи основні вітаміни (С, D і

Е) і мінерали (цинк, мідь, кальцій і т. д.), які впливають на харчування людини та на її стан.

Поживні речовини з протизапальними, антитромботичними і антиоксидантними властивостями у системах дієтичного харчування можуть послаблювати запальні і судинні прояви, пов'язані з Covid-19. Дотримання дієтичного харчування і відмова від нездорового режиму харчування визначають реабілітаційний період особистості Post-Covid 19. Як висновок, під час пандемії та після захворюваності життєво важливо підтримувати здорове харчування і спосіб життя.

Науковий керівник – канд.техн.наук,  
доцент Запаренко Г.В.

#### **МЕЛАНІН ЛУШПИННЯ СОНЯШНИКА: ОТРИМАННЯ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА**

**Дорохтєй В. В., студентка II курсу СВО «Магістр»  
факультету ТтаТХІІПБ  
Одеська національна академія харчових технологій,  
м. Одеса**

Меланіни є поширеними пігментами в природі, які відповідають за пігментацію шкіри тварин і людини, волосся та очей, верхніх покривів комах, пір'я птахів, рослин і грибів. Вони відрізняються за своїм складом, кольором, молекулярною масою і структурою, шляхами біосинтезу та виконуваними функціями. За будовою меланіни – це гетерогенні полімери, які утворюються шляхом окиснення фенольних речовин або амінокислоти L-тироzinу та подальшої полімеризації проміжних продуктів окиснення. Відповідно до джерела походження розрізняють щонайменше п'ять основних груп меланіну: тваринний, рослинний, грибний, бактеріальний та синтетичний. Під час вивчення та вилучення різних меланінів із цих джерел сформувались їхні окремі назви, головним чином, еумеланін, феомеланін, нейромеланін, аломеланін та піомеланін. Однак не завжди існує кореляція між джерелом та типом меланіну. Попередниками рослинного аломеланіну (забарвлення від темно-коричневого до цілком чорного) є нітрогеновмісні фенольні сполуки катехоламіни та відповідні хінони, тваринних еумеланіну та феомеланіну (колір від чорного до коричневого, але деякі мають червонуватий або жовтуватий відтінок) – амінокислота L-тирозин, а також L-цистеїн.

БОРОШНО НУТОВЕ – ОСНОВА КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ Вакуленко А.В.....	68
ГАРБУЗОВІ ВИСІВКИ ЯК ЗБАГАЧУВАЛЬНИЙ ІНГРЕДІЄНТ БОРОШНЯНО-КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ Діканова О.В.....	70
<b>ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ.....</b>	<b>72</b>
WAYS TO CORRECT SENSORY AND FUNCTIONAL PROPERTIES OF FRUIT DRINKS WITH NATURAL BIOPOLYMERS FOR HEALTHY FOOD RESTAURANTS Dotsenko Yulia, Kurishova Anastasia .....	72
COMMODITY CHARACTERISTIC OF SQUID DISH WITH USING BIOTECHNOLOGICAL TECHNIQUES AND SOUS VIDE Nikitchina Antonina, Volkova Karolina .....	73
ОСОБЛИВОСТІ ПРИГОТУВАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ДЕСЕРТУ ДІАБЕТИЧНОГО НАПРАВЛЕННЯ Акопян А.З.....	75
ТРЕНД СУЧАСНОГО ХАРЧУВАННЯ — ВЕГЕТАРІАНСТВО Бендина В.....	77
НАПІЙ ІМУНОСТИМУЛЮЮЧОЇ ДІЇ З КАЛИНОЮ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА Боброва О.Я.....	80
WELLNESS-НАПОЇ ЯК НЕОБХІДНА СКЛАДОВА РАЦІОНУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ Гудзь Я.О.....	82
POST-COVID: ОСОБЛИВОСТІ ДІЄТИЧНОГО ХАРЧУВАННЯ Дорожко В. В.....	84
МЕЛАНІН ЛУШПИННЯ СОНЯШНИКА: ОТРИМАННЯ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА Дорохтей В. В.....	86
БЕТАЛАЇНИ ЯК НАТУРАЛЬНІ ХАРЧОВІ БАРВНИКИ ТА ІНДИКАТОРИ ЧАСУ І ТЕМПЕРАТУРИ Закідишева Л. А.....	88