

**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

РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ СМУЗИ З НЕТРАДИЦІЙНОЇ РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ

Грищенко Р.О. студент II курсу
СВО "Магістр" факультету ІТХіРГБ
Одеський національний технологічний університет,
м. Одеса

Збалансований раціон харчування є одним із головних факторів, що визначає стан здоров'я людини та упереджує розвиток ряду аліментарних захворювань. Тому надзвичайно актуальним є корегування структури харчування, удосконалення технологій страв та кулінарних виробів з метою підвищення їхньої фізіологічної відповідності потребам організму людини. Збалансованість їжі досягається за рахунок її різноманітності, включення в раціон харчових продуктів різних груп.

Мінеральні речовини необхідні в організмі, так як і вітаміни, та деякі вітаміни можуть виконувати свою роль в обміні речовин тільки при взаємодії з певними мінеральними речовинами. В останній час харчування людей порушується, відбувається нестача вітамінів та корисних речовин.

Введення нової нетрадиційної сировини - псиліума - до складу напоїв дає можливість отримувати продукт, збагачений розчинними харчовими волокнами, а також коригувати технологічні процеси для отримання біологічно цінних продуктів.

Для покращення мікронутрієнтного складу, та кількості вітамінів обрано додавати порошок ягід Асаї. Цей продукт містить у складі велику кількість важливих амінокислот, зокрема цистин, валін, гістидин, тирозин та інші. Порошок містить велику кількість мікроелементів та вітамінів, тож при додаванні його у смузі, харчова цінність напою покращується.

Вживання смузі позитивно позначаються на роботі кишківника, так як сприяє його очищенню і поліпшенню травлення. Крім того, після прийому напою немає відчуття тяжкості, оскільки він чудово перетравлюється.

Мета дослідження: Аналіз напоїв з корисними властивостями, розробка напою з покращеним мікронутрієнтним складом. Складання рекомендацій щодо впровадження напою у заклади ресторанного господарства.

Результатом дослідження є складена калькуляційна та технологічна картка готового виробу. Найкращу рецептуру було обрано за результатами проведення органолептичного дослідження

декількох варіантів виробу, та складено технологічний процес приготування:

1. Первинна підготовка рослинної сировини;
2. Подрібнення та збивання суміші до отримання однорідної консистенції;
3. Додавання псиліуму (завчасно замоченого у воді протягом 1 години) та порошку ягід Асаї, перемішування;
4. Порціонування;
5. Відпускання.

Рекомендації щодо застосування: Розроблений напій рекомендовано до впровадження у заклади харчування, які позиціонують себе, як заклади із оздоровчим та корисним харчуванням. Але не принципово, так як напій може бути представлений у меню будь-якого закладу.

Серед інновацій, було обрано продуктів, які спрямовані на раціональне використання харчової сировини, в тому числі вторинних ресурсів, поліпшення структури харчування населення, розширення асортименту, задоволення споживачів у продуктах спеціального призначення.

Висновки: Проблема здорового харчування є актуальною для нашої країни. Для кожної людини добре мати індивідуальний раціон харчування, з урахуванням всіх необхідних чинників, збагачений мінералами, вітамінами та корисними речовинами. У даній роботі було приділено увагу розробці смузі з рослинними добавками та підвищеною харчовою і біологічною цінністю.

У роботі обгрунтовано необхідність та актуальність розробки рецептури смузі з підвищеною харчовою цінністю та покращеними органолептичними властивостями з додаванням псиліуму, який регулює роботу шлунково-кишкового тракту та прискорює виведення токсинів. Порошок ягід асаї в своєму складі містить багато корисних речовин та вітамінів і надає привабливий колір напою.

Література:

1. Салавеліс А.Д., Тележенко Л.М., Дідух Г.В., Козонова Ю.О. Іноваційні технології галузі та методологія наукових досліджень. Підручник. – Одеса: «Освіта Україна», 2018. – 276 с.
2. Сарафанова Л. А. Современные пищевые ингредиенты. Особенности применения. - СПб.: Профессия. - 2009. - 208 с.
3. Кавецкий Г.Д. Процессы и аппараты пищевой технологии. – Учебник. / Г.Д. Кавецкий, Б.В. Васильев. М.: „Колос”, 1999, - 551 с.

Науковий керівник- канд.тех.наук,
Бурдо А.К.

ПЛАВАННЯ – НАЙКРАЩИЙ ВИБІР НА ШЛЯХУ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Рябков В.О.	42
ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ДИХАЛЬНИХ ВПРАВ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У ЗВО Саркісян К.Ю.	44
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ Чернявська Л.В.	46
РОЗДІЛ 2 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ	49
ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ	50
METHODOLOGY OF SENSORY ANALYSIS IN DETERMINING THE QUALITY OF FRUIT JUICES FOR "HEALTH FOOD" RESTAURANTS Yu.I. Dotsenko.....	50
ТРЕНД ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Банкова Ю.А.	52
ЙОДОВІСНА ДОБАВКА ПАСТИ З ЛАМІНАРІЇ У СТРАВИ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА Вітенко О.В.	54
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Галушко О.	56
ВПРОВАДЖЕННЯ СИСТЕМИ НАССР - ГАРАНТІЯ ЯКОСТІ ХАРЧОВОЇ ПРОДУКЦІЇ Георгі Д.	57
КОРИСТЬ ТУРЕЦЬКОГО МЕДУ І ЙОГО ВИКОРИСТАННЯ У ТУРИЗМІ Градовська А.М.	60
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ СМУЗИ З НЕТРАДИЦІЙНОЇ РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ Грищенко Р.О.	62