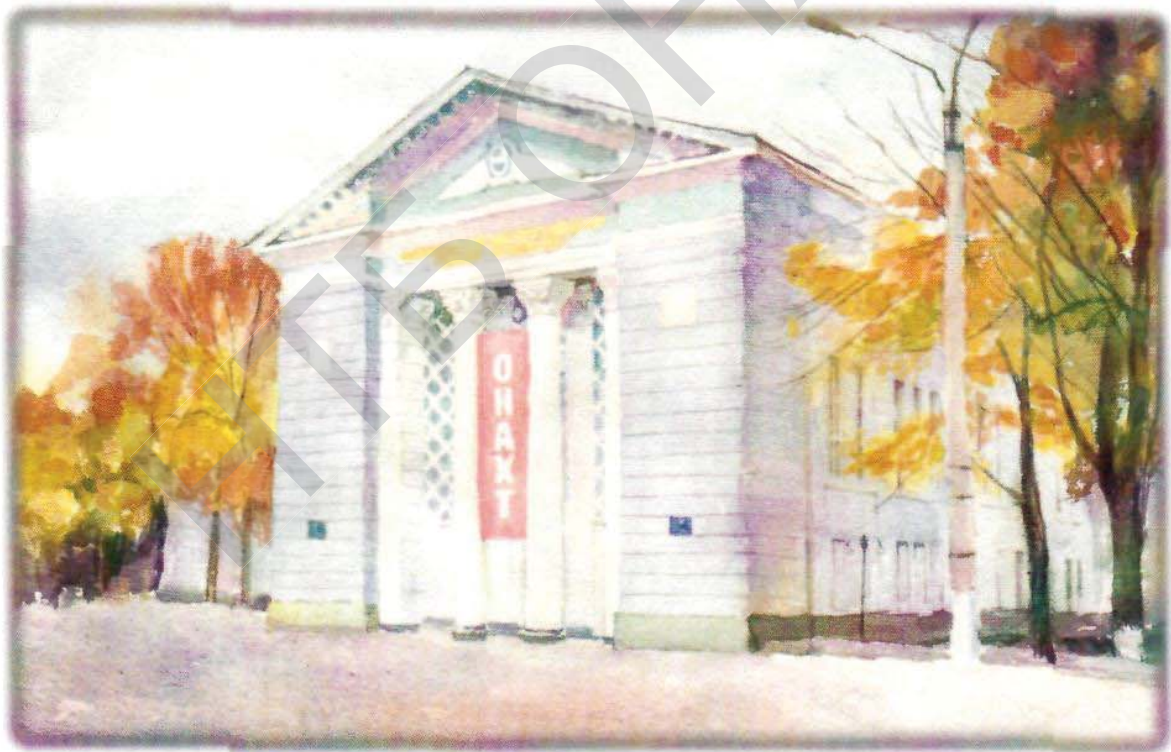


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

29 вересня - 1 жовтня 2017 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 X Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2017. —366 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 7 листопада 2017р., протокол № 6

За достовірність інформації відповідає автор публікації

РОЗДІЛ 4
БЕЗПЕКА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ І ТОВАРІВ

НТТБ ОНХТ

РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ШОКОЛАДНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ ЗІ ШРОТОМ АМАРАНТУ

**Малецький М.В., студент II курсу хімічного факультету
Дніпровський національний університет ім. Олесея Гончара
м. Дніпро, Україна**

Амарант чи щириця – широко розповсюджений рід однорічних рослин с маленькими, зібраними в густі колосовидні суцвіття. Шрот з амаранту є амарантовим борошном. Являє собою залишки насіння амаранту після віджиму олії. У шроті міститься: до 16% білка (що складається більш ніж на 30% з незамінних амінокислот), до 15% жирів (50% з яких припадає на частку поліненасичених жирних кислот, зокрема Омега-6), і близько 9-11% харчових волокон (клітковини). У складі амарантового насіння також вельми високий вміст вітамінів (Е, А, В1, В2, В4 (холін), С, D), дуже важливих для організму людини макро- і мікроелементів, а також інших біологічно активних речовин, що визначають різноманітність лікувально-профілактичних властивостей амарантового борошна. Ринок харчових товарів України, які містили б амарант, не достатньо широкий. В основному, асортимент представлений амарантовою олією, насінням, шротом та хлібцями з амарантовими висівками. Ці продукти дуже мало або зовсім невідомі більшості споживачів через наявність більш відомих альтернативних продуктів, що вживаються з тією ж метою. Таким чином треба ввести амарант до складу продуктів, які користуються широким попитом, зокрема у шоколадні фітнес-батончики.

Таблиця – Характеристика шоколадних батончиків, які споживає молодь України

Показники	Шоколадний батончик	Шоколадний батончик зі злаками
Вага, г	40...50	20...47
Ціна, грн	6,60...9,70	4,40...6,25
Харчова цінність, г/100 г:		
білки,	6...7	5...6
жири,	23...25	6...7
вуглеводи	62...64	67...70
Енергетична цінність, ккал	488...519	350...375

З даних таблиці наочно видно, що для розширення асортименту злакових батончиків та збільшення їх доступності для широкого кола споживачів доцільним буде ввести на ринок шоколадний батончик на основі амарантового шроту наступного складу: пісочне печиво зі шротом амаранту, карамель, шоколадна глазур, до складу якої входять вівсяні пластівці та кріспи. Основні відмінності продукту, що розробляється, полягають у тому, що карамель виготовлятиметься на основі ізомальту. Ізомальт – похідна речовини від крохмалю, має такі ж технологічні властивості, як і сахароза та дозволена у харчуванні діабетиків, не знижує рН у ротовій порожнині, тому, за висновком FDA, не викликає карієсу. Шоколадна глазур замість цукру містить екстракт солодкий з листя стевії. Борошно у складі печива замінено на амарантовий шрот, що робить продукт доступним для споживачів з алергією на глютен, який міститься у пшеничному борошні. Амарантове борошно після теплової обробки набуває приємного горіхового аромату.

ту. Це, в свою чергу надасть готовому виробу нових смако-ароматичних властивостей. Таким чином, відкривається можливість отримати шоколадний батончик, який за зовнішнім виглядом та смаковими якостями не поступається традиційним шоколадним батончикам, а за користю і харчовою цінністю є аналогом зі злаками.

Науковий керівник – к.т.н., доцент Кондратюк Н. В.

ДИЕТА КАК СТИЛЬ ЖИЗНИ

**Манукян В.О., студентка V курса факультета ТППКСЭиТ
Одесская национальная академия пищевых технологий
г. Одесса, Украина**

Скажи мне, что ты ешь, и я скажу тебе, кто ты.
А.Брийя-Соварен

По утверждению Ф.М.Достоевского – «Красота спасёт мир». Зачастую современным поколением это высказывание воспринимается дословно и в процессе формирования мировоззрения душевная красота заменяется красотой тела. К сожалению, средствами массовой информации навязывается популярная и модная идея о необходимости иметь идеальное тело. Как следствие, миллионы молодых людей в погоне за красивой фигурой изнуряют свой организм разнообразными диетами, которые они, как правило, подбирают для себя из интернета самостоятельно, без консультаций с медицинскими специалистами, без оценки исходного состояния своего здоровья. Между тем спор о эффективности использования диет ведется с того момента, как только человек от процесса добывания пищи перешёл к безмерному её поглощению.

Диета (греч. *diáita* – образ жизни, режим питания) – совокупность правил употребления пищи человеком. Диеты различных культур могут иметь существенные различия и включать или исключать конкретные продукты питания. Предпочтения в питании и выбор диеты непосредственно влияют на здоровье человека.

Часто мы слышим фразу: «Сажусь на диету!», но не все понимают, какой вред здоровому организму может нанести неправильно подобранная диета. Ежедневный рацион питания должен быть сбалансированным и полноценным, учитывающим индивидуальные энергозатраты. Сбалансированное питание – полноценное питание с оптимальными количеством и соотношением всех компонентов пищи, в соответствии с индивидуальными физиологическими потребностями организма.

Сила метаболизма максимально проявляется при условии употребления в пищу разнообразных продуктов, также очень важно уметь правильно их выбирать при покупке, сочетать между собой и соблюдать технологию приготовления блюд.

Неверно подобранная схема питания может серьезно навредить. Например, белковые типы рационов могут нести потенциальную опасность для людей с подагрой, мочекаменной болезнью, метаболическим синдромом и атеросклерозом. Даже для здорового человека они чреваты развитием запоров, нарушением микрофлоры кишечника, симптомами эндогенной интоксикации. Также избыток белка вредит почкам, суставам, сосудам. Именно поэтому внимательное отношение к своему питанию не может быть

РАЦІОНАЛІЗАЦІЯ ХАРЧУВАННЯ МОЛОДІ ШЛЯХОМ СТВОРЕННЯ НИЗЬКОКАЛОРИЙНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ТА ХЛІБОБУЛОЧНИХ ВИРОБІВ ЗІ ШРОТОМ ЗАРОДКІВ ПШЕНИЦІ	
Дишук Г.В.	187
НОВІ ВИДИ СИРОВИНИ ДЛЯ КОНСЕРВУВАННЯ – ЧИННИК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Забранська К.О.	188
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ. МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ	
Зайцева Е.Ю.	189
ІДЕНТИФІКАЦІЯ ТА ТОВАРОЗНАВЧА ОЦІНКА ЯКОСТІ ЧЕРВОНИХ СТОЛОВИХ СОРТОВИХ ВИН «КАБЕРНЕ»	
Ільїн О.О., Батраков О.О.	190
ОТРИМАННЯ І ХАРАКТЕРИСТИКА ВОДОРОЗЧИННОГО МАНАНУ КАВОВОГО ШЛАМУ	
Камінський Д.С., Бандура Д.О.	191
БЕЗОПАСНОСТЬ И КАЧЕСТВО НАТУРАЛЬНОГО КОФЕ	
Ковбасюк К.С.	192
THE EFFECT OF ENERGY DRINKS ON THE ORGANISM OF YOUNG PEOPLE	
Korobka Y.V.	193
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ. МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ	
Мазур М.В, Золотоверх К.В.	194
ДОСЛІДЖЕННЯ ВМІСТУ НІТРАТІВ У САЛАТНІЙ ЗЕЛЕНІ	
Мазур Т. Г.	195
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ШОКОЛАДНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ ЗІ ШРОТОМ АМАРАНТУ	
Малецький М.В.	197
ДИЕТА КАК СТИЛЬ ЖИЗНИ	
Манукян В.О.	198
ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗІОЛОГІЧНО ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ХАРЧОВИХ ІНГРЕДІЄНТІВ В ЖЕЛЕЙНОМУ МАРМЕЛАДІ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПОЛІПШЕННЯ ЗДОРОВ'Я СПОЖИВАЧІВ	
Нгуєн А. К.	199
ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА БЕЗПЕЧНІСТЬ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ	
Ніколаєнко М. С.	200
РОЗРОБКА ПАРАМЕТРІВ ПРОЦЕСІВ ПОПЕРЕДНЬОЇ ОБРОБКИ М'ЯЗОВОЇ ТКАНИНИ КЕФАЛЕВИХ В ТЕХНОЛОГІЇ ПРЕСЕРВІВ	
Нікітчина А.О., Довжинська А.О.	201

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
X Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
29 вересня - 1 жовтня 2017 р.

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

Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров

О.М. Кананихіна

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

Підписано до друку 7.11.2017 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 22,9 Тираж 100 прим. Замовлення **2848**