

**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

2. ДСТУ 7159:2010. Соки відновлені. Загальні технічні умови. — К. : Держспоживстандарт України, 2011. — 9 с.

ВЕГАНСТВО ЯК КОНЦЕПЦІЯ ХАРЧУВАННЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ

**Хробатенко О.В., к.т.н., ст. викл. кафедри товарознавства,
управління безпечністю та якістю**

**Гончар А.Ю., студентка 5 групи 3 курсу факультету торгівлі та маркетингу
Київський національний торговельно-економічний університет
м. Київ, Україна**

Вегетаріанство — раціон харчування, при якому людина не споживає продуктів тваринного походження. Одним із різновидів даної концепції є веганство, що характеризується повною відмовою від продуктів, які стали результатом насильства над тваринами та експлуатації тварин задля власних потреб.

Нещодавні дослідження встановили, що у вегетаріанців ризик померти від ішемічної хвороби серця зменшується на 31% (чоловіки) і на 20% (жінки) що пов'язано з нижчим рівнем холестерину у їхній крові: на 14% у лактоовоовегетаріанців та на 35% у веганів. Недоліком вегетаріанства вважають неможливість повною мірою забезпечити організм людини незамінними амінокислотами, Цинком, Ферумом, Кальцієм і вітаміном В₁₂. У вегетаріанців може виникнути ризик розвитку анемії, гіпо- та авітамінозів.

Для встановлення рівня задоволеності потреб організму у макронутрієнтах було проведено дослідження. Розрахувавши власні енерговитрати за хронометражно-табличним методом було визначено рівень середньодобових енерговитрат та розраховано потреби в макронутрієнтах згідно рекомендацій ФАО ВООЗ.

Враховуючи потреби власного організму, та на основі розрахованих даних, було розроблено оптимальний харчовий раціон, з розрахунку на 3 тижні. В таблиці 1 представлені розрахунки спожитих макронутрієнтів за 3 найбільш типові дні кожного з 3-х тижнів.

Таблиця 1

Задоволення потреб організму в макронутрієнтах

Макро- нутрієнти	Потре- ба органі- зму	Середньостатистичний день 1-го тижня		Середньостатистичний день 2-го тижня		Середньостатистичний день 3-го тижня	
		Спожито за день	Задово- лено добову потребу	Спожито за день	Задово- лено добову потребу	Спожито за день	Задово- лено добову потребу
Білки	65,7 г	54,83 г	83,5 %	55,98 г	85 %	63,93 г	97 %
Жири	56,1 г	39,28 г	70 %	50,13 г	89 %	44,58 г	79 %
Вуглеводи, г	313,4 г	288,39 г	92 %	338,19 г	107 %	309,09 г	98 %
Енергетична цінність	2020 ккал	1725 ккал	85 %	1666,2 ккал	82 %	1624,5 ккал	80,4 %

Проаналізувавши дані, зазначені в таблиці 1, встановлено, що на всіх етапах спостерігалось недостатнє задоволення добової потреби у білках, що пов'язано з відсутністю в раціоні продуктів тваринного походження. Кількість спожитих жирів не задовольняла потреби, та потребує коригування за рахунок введення додаткової кількості рослинних олій. Вміст вуглеводів в раціоні практично відповідав нормам, адже вони є основним макронутрієнтом продуктів рослинного походження. Енергетична цінність раціону була задоволена лише на 80-85%, що пояснюється недостатнім надходженням білків та жирів. Результатом цього стало зниження ваги на 2 кг, що становить 3,6% від початкової маси тіла.

РОЗРОБКА ХАРЧОВОГО РАЦІОНУ ЗГІДНО ПРИНЦИПІВ ДІЄТИ П'ЄРА ДЮКАНА

**Хробатенко О.В., к.т.н., ст. викл. кафедри товарознавства,
управління безпечністю та якістю
Малишок О.О., студентка 3 курсу факультету торгівлі та маркетингу
Київський національний торговельно-економічний університет
м. Київ, Україна**

Дієта Дюкана – це система харчування, заснована на споживанні продуктів з високим вмістом білка, яка ґрунтується на харчовому термогенезі, адже 25% вивільненої енергії витрачається організмом на процеси метаболізму білків.

Дієта складається з чотирьох послідовних етапів: "Атака", "Чергування", "Закріплення" та "Стабілізація". Недоліком цієї дієти вважається дефіцит вітамінів та мінеральних речовин, що може мати негативні наслідки для організму людини.

Розрахувавши власні енерговитрати хронометражно-табличним методом, було встановлено потреби організму у макро- та мікронутрієнтах згідно рекомендацій ФАО ВООЗ. Харчовий раціон було розроблено згідно принципів дієти П. Дюкана для трьох етапів («Атака», «Чергування», «Закріплення»). Четвертий етап передбачає дотримання звичайного харчового раціону, з обов'язковим виокремленням одного дня на тиждень для раціону за правилами етапу «Атака». Так як в цьому разі неможливо було обрати середньостатистичний день, розрахунків для четвертого етапу ми не проводили. Тривалість досліджень становила 3 тижні.

В таблиці 1 наведена порівняльна задоволення добових потреб організму у мікронутрієнтах у середньостатистичний день кожного з трьох етапів.

Проаналізувавши дані, зазначені в таблиці 1, встановлено, що на першому етапі раціон включав недостатню кількість ретинолу та аскорбінової кислоти, тому потреба в цих мікроелементах не була задоволена. Це пояснюється споживанням високобілкових продуктів, що переважно мають тваринне походження, та бідні на вищезазначені вітаміни. Внаслідок додавання овочів та фруктів на другому та третьому етапах, потреби організму в мікронутрієнтах практично повністю були задоволені.

ОБГРУНТУВАННЯ ВИКОРИСТАННЯ РОСЛИННИХ ГІДРОКОЛОЇДІВ З РЕГУЛЬОВАНИМИ ФУНКЦІОНАЛЬНИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ ФОРМОВАНИХ ВИРОБІВ ІЗ ГІДРОБІОНТІВ	
Нікітчина А.О., Парелюлько В.С.	203
БЕЗПЕЧНІСТЬ ТА ЯКІСТЬ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ	
Переходько А.С.	205
ТЕОРЕТИКО-ФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ГЕЛІВ ХАРЧОВИХ ПЛІВКОУТВОРЮЮЧИХ З АМІНОКИСЛОТАМИ У ХАРЧУВАННІ МОЛОДІ	
Поливанов Є.А.	206
ЩОДО ПИТАННЯ БЕЗПЕЧНОСТІ ХАРЧОВОЇ ПРОДУКЦІЇ	
Роньшина К.О.	207
РОЗРОБКА СНЕКОВОЇ ПРОДУКЦІЇ ДЛЯ МОЛОДІ, ЗБАГАЧЕНОЇ ОМЕГА ЖИРНИМИ КИСЛОТАМИ	
Рудь Є.С.	208
ВИКОРИСТАННЯ ПРІСНОВОДНОГО МОЛЮСКА ЯК НЕТРАДИЦІЙНОГО ОБ'ЄКТА ТЕПЛОВИВНОГО РИБНИЦТВА В ОЗДОРОВЧОМУ ХАРЧУВАННІ	
Старкова Е.Р., Андросук О.С.	209
ТЕСТ-ОПРЕДЕЛЕНИЕ АНТИБИОТИКОВ В ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ	
Стахурская Ю.А., Ершова Е.С., Ляшан А.Г.	210
ВПЛИВ МУЛЬТИПРОБІОТИКІВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ	
Сухоцька А.В., Золотоверх К.В.	211
НОВИЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ	
Тканка С. М., Тищенко Л.М.	212
ВИКОРИСТАННЯ КОМПОЗИЦІЇ З БУРЯКА СТОЛОВОГО ТА ПЛОДІВ ВИШНІ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА СОЛОДКИХ СТРАВ ГЕРОДІЄТИЧНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ	
Ущাপовський А.О.	213
ІДЕНТИФІКАЦІЯ ТА ТОВАРОЗНАВЧА ОЦІНКА ЯКОСТІ БЛИХ ПІРИСТИХ ВИН МАРКИ БРІУТ	
Фасоля А.С., Батраков О.О.	215
БІОЛОГІЧНА ЦІННІСТЬ ТОМАТНИХ СОКІВ	
Хробатенко О.В., Івченко Д.С.	216
ВЕГАНСТВО ЯК КОНЦЕПЦІЯ ХАРЧУВАННЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ	
Хробатенко О.В., Гончар А.Ю.	217
РОЗРОБКА ХАРЧОВОГО РАЦІОНУ ЗГІДНО ПРИНЦИПІВ ДІЄТИ П'ЄРА ДЮКАНА	
Хробатенко О.В., Малишок О.О.	218
ПРИСКОРЕНА ТЕХНОЛОГІЯ ВИРОБНИЦТВА СОЛОДУ З ВИКОРИСТАННЯМ СУМІШЕЙ ОРГАНІЧНИХ КИСЛОТ	
Хроменко Т. І.	219

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**