

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ПРОМИСЛОВО-ТОРГОВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАВО



SINCE **Ξ** 1822
ШАВО

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

4-5 листопада 2014 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.
канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров
Л.В. Капрельянц
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

А.Т. Безусов, О.Г. Бурдо, А.І. Віват, Л.Г. Віннікова,
К.Г. Іоргачова, Г.В. Крусір, Л.М. Тележенко,
М.Г. Хмельнюк, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно
О.Б. Ткаченко,

доктор техн. наук., доцент
доктори техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

О.О. Коваленко, Л.А. Осипова,
О.В. Дишкантюк, С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова,
Т.В. Шпирко

Технічний редактор,
канд. техн. наук

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2014. — 368 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 4.11.2014 р., протокол № 3

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-х

© Одеська національна академія харчових технологій, 2014

інфекції, онкологічних і ниркових захворюваннях, а також можуть відігравати роль імуномодуляторів.

Так α -лактальбумін, який використовують як добавку при лікуванні ниркових захворювань, корегує низький рівень сироваткового альбуміну і гемоглобіну у крові.

Лактоферин, який входить до складу сироваткових білків, застосовують при зниженому імунитеті, де він відіграє роль імуномодулятора.

Капа – казеїнгікомакропептид, можна використовувати при виробництві продуктів і напоїв для людей, які страждають на фенілкетонурію. Це єдиний відомий дієтичний білок, який не містить ароматичних амінокислот, у тому числі й фенілаланін.

Із концентрату сироваткових білків пропонується виробництво мікропартикуляту – імітатору жиру. В основу виробництва покладено можливість сироваткового білка формувати мікрогранули (нанокластери) при нагріванні вище температури денатурації в умовах сильного зсуву.

Наукові керівники – д-р техн. наук, професор Тележенко Л.М.,
канд. техн. наук, доцент Дідух Г.В.

ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ МОЛОДІ

Колесник В.В., студентка III курсу факультету ТЗХКВКІБ
Одеська національна академія харчових технологій

Здорове харчування – одна зі складових здорового способу життя. Від того, що ми їмо залежить загальний стан організму, тому що існують продукти як корисні, так і шкідливі. Обираючи в свій раціон корисні продукти, ми покращуємо здоров'я, допомагаємо організму бути більш міцнішим і витривалішим, подовжуємо життя. А от неправильне харчування може призвести до сумних наслідків і цілого букету хвороб таких як цукровий діабет, серцево-судинні захворювання, ожиріння, підвищення кров'яного тиску і багатьом іншим. Успішне розв'язання проблеми харчування залежить від створення умов для виготовлення якісних і безпечних продуктів харчування.

Докорінні зміни в структурі харчування людини не дозволяють сьогодні навіть теоретично забезпечити традиційними шляхами організм усіма необхідними речовинами. Це призвело до негативних наслідків у здоров'ї населення економічно розвинутих країн: поширення різних форм ожиріння (надлишкова маса тіла й ожиріння виявляється в 55 % людей старших за 30 років) і, як наслідок, зростання захворювань, в основі яких порушення вуглеводного і ліпідного обміну – атеросклероз; ішемічна хвороба серця, гіпертонічна хвороба, цукровий діабет; порушення імунного статусу, зокрема з різними видами імунодефіцитів, зі зниженою резистентністю до інфекцій та інших несприятливих факторів навколишнього середовища; збільшення захворювань, пов'язаних з елементарними дефіцитами мінералів і мікроелементів: залізодефіцитна у дорослих і дітей, захворювання щитоподібної залози, які пов'язані з дефіцитом йоду, захворювання опорно-рухового апарату – з дефіцитом кальцію і магнію та ін.

Головною проблемою у харчуванні молоді є вживання продуктів швидкого приготування. Про шкідливість фаст-фудів, солодкої газованої води та інших продуктів харчування, які зажили слави некорисної для здоров'я їжі, застерігають лікарі та прихильники здорового способу життя, чули всі, але не багато хто може відмовитись від їх

вживання. А що ж містять такі продукти харчування? Чіпси – суміш вуглеводів і жиру, в оболонці барвників і замінників смаку. Солодкі газовані напої – коктейль із цукру, хімії і газів, шкідливі і високою концентрацією цукру – в еквіваленті чотири-п'ять чайних ложок, розведених у склянці води. Сосиски і ковбаси – містять так звані приховані жири (свиняча шкірка, сало, нутряний жир), все це вуалюється ароматизаторами і замінниками смаків. Багато виробників м'ясних виробів використовують трансгени (на 80 % складаються з трансгенної сої). Деякі замінники смаку і зовсім визнані канцерогенними – жувальні цукерки, «чупа-чупси», цукор псує зубну емаль, хімічні домішки і барвники, які містяться у таких продуктах у величезних кількостях, завдають удару по всьому організму.

Тому особливу увагу радять звертати на харчування дітей, адже їхній організм ще не сформовано, і від того, чим вони харчуються, залежить не тільки робота шлунково-кишкового тракту, а й розвиток всього організму. Якщо на канікулах батьки можуть хоч якось вплинути на раціон своїх чад, то проконтролювати, аби дитина повноцінно харчувалася в школі, складніше.

Отже дуже добре, коли батьки прищеплюють культуру здорового способу життя і здорового харчування в тому числі, із самого народження маленької людини. Для росту організму необхідні білки – природні речовини з яких будуються клітина. Їжа повинна включати есенціальні, мікро- і макронутрієнти. Тому питання здорового харчування є одним із найголовніших у реалізації держави.

Науковий керівник – канд. техн. наук, доц. Кац А.К.

ВЛАСТИВОСТІ ІМІТАТОРУ ЖИРУ З БІЛКІВ МОЛОЧНОЇ СИРОВАТКИ Капчан В.І.....	165
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ МОЛОДІ Колесник В.В.....	166
БАТАТ – ПЕРСПЕКТИВНА СИРОВИНА ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА ПРОДУКТІВ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕНН Кужиль Н.О.....	167
КОМПОЗИЦІЯ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА МАФФІНУ «ВУПІ ПАЙ» Кушнір Н.А., Копитова В.....	168
ТУРЕЦЬКИЙ КОФЕ «ВКУС ВОСТОКА» Кушнір Н.А., Гончар А.И.....	170
ИММОБИЛИЗАЦІЯ КАК СПОСОБ СТАБИЛІЗАЦІИ БИОКОРРЕКТОРОВ Кушнір Н.А., Назаренко Н.С.....	171
ХАРАКТЕРИСТИКА МОЛЕКУЛИ КОЛАГЕНОВОГО ПРЕПАРАТУ, ОТРИМАНОВОГО З ВТОРИННОЇ РИБНОЇ СИРОВИНИ Кушнір Н.А.....	172
ФУНКЦІОНАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ КОРЕНЯ ПАСТЕРНАКУ Мельничук Ю.С., Юрова А.А.....	173
АНАЛІЗ СТРУКТУРИ ПИТАННЯ СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА Меньшова М.С.....	174
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АМАРАНТОВОЙ МУКИ В ПРОИЗВОДСТВЕ КЕКСОВ Бондаренко Я.....	176
К ВОПРОСУ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕ- НИЯ В ВУЗе Миннахметова А.М.....	177
ВИКОРИСТАННЯ РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ ДЛЯ ЛІКВІДАЦІЇ БІЛКОВОГО ДЕФІЦИТУ В РАЦІОНІ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ Прокопенко Д.С.....	178
«ХОЛОДНА» ЗВОРОТНЯ СФЕРИФІКАЦІЯ ЯК НОВИЙ НАПРЯМ РОЗВИТКУ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА Пшенічнікова Ю.О.....	179
ЗБАЛАНСОВАНЕ ХАРЧУВАННЯ, ЯК ЗАСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ Ренкас А.В.....	180
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ КРЕМ-СУПУ ОЗДОРОВЧО-ПРОФІЛАКТИЧНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ Сидорук М.О.....	181
ЕМУЛЬСІЙНІ НАПОЇ НА ВІТЧИЗНЯНОМУ РИНКУ Чернат В.С.....	182