

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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

3 жовтня - 5 жовтня 2019 року

м. Одеса

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82
З-41

*Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради
від 5 листопада 2019 р., протокол №5*

Головний редактор,
канд. техн. наук, доцент

О.М. Кананихіна

Заступник головного редактора,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпулова

Редакційна колегія,
доктори техн. наук, професори:

О.Г. Бурдо, О.В. Бочарова,
Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
Г.В. Крусір, В.М. Плотніков,
Л.М. Тележенко, О.С. Тітлов,
Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктори екон. наук,
професори
доктор філол. наук, професор
доктор техн. наук, доцент
доктор техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

О.О. Меліх, В.В. Немченко
Г.І. Віват
О.Б. Ткаченко
О.О. Коваленко
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко,
Г.А. Шевченко

Технічний редактор,
канд. техн. наук, доцент

Т.М. Турпулова

Збірник матеріалів XII Всеукраїнської науково-практичної
3-41 конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді» /
Міністерство освіти і науки України. – Одеса: ФОП Бондаренко М. О.,
2019. – 496 с., ілл.

ISBN 978-617-7829-27-9

УДК 663/664
ББК 36.81 + 36.82

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 978-617-7829-27-9

© ОНАХТ, 2019

РОЗДІЛ 3
ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ
ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ
ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ

АЛЬТЕРНАТИВНИЙ ЙОГУРТ З РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ

**Твердохліб А.А., магістр II курсу факультету ІТХтаРГБ
Доценко Ю.І., студентка III курсу факультету ІТХтаРГБ
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Кисломолочні продукти - одна з найбільш затребуваних категорій молочних товарів. І не даремно – вони поживні і корисні: поліпшують травлення, містять вітаміни, підходять тим, хто дотримується дієти. Але тільки в тому разі, якщо у споживача не має проблем із засвоєнням лактози, або перетравленням тваринних білків.

Попит на рослинні «молочні» продукти останнім часом зростає, що пояснюється збільшенням людей, які постійно не вживають продукти тваринного походження – вегани, сиродіти, або тимчасово - під час постів. Є люди, які не задоволені етичністю виробництва звичайного молока – умовами утримання корів, добавками і антибіотиками, які вони отримують. І ще одна група споживачів, які змушені відмовитися від звичайного молока з міркувань здоров'я та рекомендацій лікаря.

Мотивація цих людей – позбутися від проблем з травленням і шкірою, перемогти ранкові набряки, які провокує білок коров'ячого молока, їсти менше продуктів промислової переробки. Правда, є і мінуси у виключення з раціону сиру, кефіру та йогурту.

Кисломолочні продукти – це легкий для засвоєння кальцій і вітаміни, джерело пробіотиків, необхідних для травлення, імунного захисту організму і навіть боротьби з депресіями, і дуже цінний з кулінарної точки зору продукт.

Крім того, рослинна продукція урізноманітнює життя гурманам, любителям експериментувати з новими інгредієнтами і новими смаками. Ніжні соуси, корисні перекуси, дієтичні десерти – все це можна зробити, якщо є йогурт.

Для задоволення різних потреб споживачів і було розроблено альтернативний йогурт з рослинної сировини без використання тваринного молока.

Для здобування йогурту можна використовувати будь-яке рослинне молоко – кокосове, мигдальне, соєве, вівсяне, рисове, конопляне, з соняшнику та горіхів.

У йогуртів з рослинного молока існує проблема занадто рідкої консистенції, тому для отримання досить густого йогурту потрібні загущувачі. Підготовка рослинного молока залежить від обраного

загущувача. У разі використання: желатину або агар-агару необхідно нагрівати відразу весь обсяг молока до температури 60 °С. Окремо в теплому рослинному напої розвести загущувач і внести його, перемішуючи до повного розчинення, потім суміш охолодити до 40 °С.

Як загущувачі досліджували: кукурудзяний крохмаль, насіння чіа і льону (із розрахунку 2-4 ст.л. на 1л рослинного молока).

При їх використанні загущувачі спочатку розчиняли в невеликому об'ємі рослинного молока кімнатної температури і витримували певний час. Решту молока нагрівали до 60 °С, в нього додавали молоко із загущувачем і вже загальну суміш доводили до 60 °С, а потім охолоджували до 40 °С.

Для отримання питного рослинного йогурту кількість загущувача брали менше, а для більш густого, який можна застосовувати для заправки салатів, відповідно, застосовували вищі пропорції.

Для ферментації продукту потрібно внести чисту закваску в підготовлений напівфабрикат. Закваска для йогурта – суміш болгарської палички і термофільного стрептокока або сухий пробіотик у вигляді порошку або капсули. Сучасні технології пропонують широкий спектр таких заквасок, які розроблені спеціально для приготування різних кисломолочних продуктів. Як закваску можна використовувати йогурт з попередньої партії (приблизно 100 мл на 1л молока).

Біотехнологічні підприємства виготовляють як молочні, так і безмолочні закваски. Безмолочний стартер підходить тим, у кого лактозна недостатність або алергія на лактозу, а також вегетаріанцям.

Щоб зі звичайного йогурту зробити біойогурт, досить разом зі стартером додати в молоко одну-три капсули пробіотиків. У кисломолочних продуктах в обов'язковому порядку повинні міститися живі мікроорганізми, кількість яких вказується на кожній упаковці індексом КОЕ.

Головне в технологіях приготування йогурту – це процес культивування бактерій. У місткість заливають підготовлене молоко зі стартером, обирають час згідно з інструкцією на упаковці закваски (приблизно 6 год.) і після завершення процесу продукт охолоджують. Основною умовою ферментації є підтримування постійної температури процесу на рівня 40 °С.

Для завершення процесу ферментації, набуття кінцевої густої консистенції та смаку йогурт охолоджують в холодильнику протягом 5 год. Здобутий продукт готовий до споживання.

Живий йогурт, корисний для здоров'я: позбавляє від патогенних мікроорганізмів; нормалізує процес травлення; стимулює дію імунної системи.

Науковий керівник – канд. техн. наук,
доцент Доценко Н.В.

НОВАЦІЇ В СИСТЕМІ ХАРЧУВАННЯ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ЯК СКЛАДОВА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДОГО ОРГАНІЗМУ

**Ткач К.О., студентка IV курсу факультету ІТХ і РГБ
Одеська національна академія харчових технологій,
м. Одеса**

Реалії часу потребують від закладів освіти України оволодіти інноваційними технологіями харчування для покращення культури харчування, створення їжі не тільки корисною, а й більш цікавою та привабливішою для учнів та студентів. На сьогодні актуальною є задача формування в людини свідомого прийняття їжі, розуміння, що вживає, чому й як при цьому себе почуває організм. Таке ставлення до харчування повинно виховуватись з раннього віку й саме ідальні, буфети, кав'ярні тощо, які знаходяться в навчальних закладах, повинні брати в цьому найактивнішу участь.

В сучасному світі стало модним бути здоровим, займатись спортом, вживати здорову їжу. Ігноруючи здорове харчування неможливо бути повним сил, енергії та мати високу працездатність. Але інколи корисне харчування вважається несмачним і доволі суворим. Щоб спростувати ці думки прогресивні дієтологи разом із спеціалістами –технологами розробляють інноваційні рецепти корисних блюд.

Одним із новаторів у цій справі в нашій країні є молодий кулінар-експерт Євгеній Клопотенко, який займається реалізацією проекту створення нової культури харчування для шкіл. Планується проводити проект в три етапи – по-перше, створення збірника рецептів, далі тестування нового меню в двох школах, з метою зібрати відгуки учнів, і третій етап - розробка плану переходу всіх українських шкіл на нову культуру харчування.

Перший етап проекту - укладання та впровадження збірника рецептур для харчування в школах. Планується розробити 60 нових рецептів з урахуванням сезонності, різноманітності продуктів та

ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ КУПАЖОВАНОГО РОСЛИНОГО ПЮРЕ НА РЕОЛОГІЧНІ ПОКАЗНИКИ САМБУКІВ Польовик В.В.....	163
СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ПЕРЕРОБКИ ФРУКТІВ НА ПРОДУКТИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ Рогоцька Л.П.....	165
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ БЕЗГЛЮТЕНОВИХ ДЕСЕРТІВ Рудюк Д.О.....	166
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ВИГОТОВЛЕННЯ РАГУ ОВОЧЕВЕ З ЛАМІНАРІЄЮ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ЙОДОДЕФІЦИТНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ Сидорчук Е.Г.....	169
ФІТОДЖЕМИ В АЮРВЕДИЧНОМУ ХАРЧУВАННІ Сукало М.....	171
АЛЬТЕРНАТИВНИЙ ЙОГУРТ З РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ Твердохліб А.А., Доценко Ю.І.....	172
НОВАЦІЇ В СИСТЕМІ ХАРЧУВАННЯ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ЯК СКЛАДОВА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДОГО ОРГАНІЗМУ Ткач К.О.....	174
ПОЛІФУНКЦІОНАЛЬНИЙ НАПІВФАБРИКАТ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА КУЛІНАРНОЇ ПРОДУКЦІЇ ШИРОКОГО АСОРТИМЕНТУ Устименко І.М.....	175
ПИЦЦА ДЛЯ РАЗМЬШЛЕННЯ: КАК ВАШ ЖИВОТ КОНТРОЛИРУЕТ ВАШ МОЗГ Хоменко Е. В.....	177
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ЖЕЛЕ НА ОСНОВІ МОЛОКА З ДОДАВАННЯМ СПІРУЛІНИ Чорнозіюмська К.В.....	178
ХУМУС ЯК ХОЛОДНА ЗАКУСКА ДЛЯ ДІАБЕТИКІВ Шапаренко Д.....	182

Наукове видання

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XII ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ МОЛОДИХ УЧЕНИХ ТА
СТУДЕНТІВ З МІЖНАРОДНОЮ УЧАСТЮ
«ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО
СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ»
3 ЖОВТНЯ - 5 ЖОВТНЯ 2019 РОКУ**

Підписано до друку 04.11.2019 р.
Формат 60×84/16. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 28,83. Наклад 100 прим.
Зам. № 0412/1.

Надруковано з готового оригінал-макету у друкарні «Апрель»
ФОП Бондаренко М.О.
65045, м. Одеса, вул. В.Арнаутська, 60
тел.: +38 0482 35 79 76
www.aprel.od.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до державного реєстру видавців ДК № 4684 від 13.02.2014 р.