

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



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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



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

4 жовтня - 6 жовтня 2018 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 XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

РОЗДІЛ 3
ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ
ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ
ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ

ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

мали відчуття підвищеної гіркоти. Неприємне відчуття в'язкості внутрішнього середовища макросфер забезпечував альгінат натрію в найбільшій його концентрації. Упродовж перших 5 хв взаємодії альгінату натрію з CaCl_2 за найменших їхніх концентрацій у розчині оболонка макрокапсул була товстою, рихлою і швидко руйнувалась при механічному впливі. З подовженням процесу гелеутворення та зі збільшенням концентрації обох реагентів оболонка макросфер ставала міцнішою і щільнішою. З поступовим збільшенням концентрації CaCl_2 у розчині оболонка макросфер набувала неприємного гіркогосмаку. Товщина оболонок макросфер знаходилась в межах від 1,04 мм до 3,17 мм.

Капсульованісмаколики з бажаними органолептичними характеристиками були отримані за масової частки у розчині: альгінату натрію – 3,3 %, сахарози – 33,3 %, какао-порошку – 6,7 %, кальцій хлориду – 5,0 %. Рекомендована тривалість процесу взаємодії полісахариду з іонами кальцію за температури 50 °C склала 15 хв. Кальцій-альгінатна оболонка макросфер була міцною, щільною, товщиною біля 1,5 мм. При цьому 1 г полісахариду зв'язував до 22,0 % іонів кальцію.

Отже, отримано макросфери – смаколики з кальцій-альгінатною оболонкою та рідким внутрішнім середовищем, що імітує начинку. Встановлено раціональні умови отримання альгінатних макросфер. Сферизованісмаколики є перспективними продуктами оздоровчого спрямування, оскільки є джерелами харчових волокон і біоорганічного кальцію з високою біодоступністю.

Наукові керівники – канд. техн. наук, доц. Гураль Л.С;
канд. техн. наук, доц. Науменко К.І.

НЕЗДОРОВЕ «ПРАВИЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ»

**Жмудь А.В. канд. техн. наук, асистент кафедри ТРіОХ
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

За твердженням більшості вчених, стан здоров'я людини, в основному, визначається стійкістю організму до різних несприятливих факторів зовнішнього середовища. Достатня кількість у раціоні харчування людини основних (білки, жири, вуглеводи, мінеральні речовини) та мінорних (біологічно активні речовини) компонентів їжі здатна забезпечити ефективну функцію імунної системи.

Однак, все частіше з'являються «гуру» здорового харчування, які ведуть власні блоги, інтернет канали і обов'язковим атрибутом такої категорії людей є демонстрація відвідин фітнес-залів, магазинів для пошуків продуктів з категорії «безлактозних», «безглютенних» і т.д., а також наслідування одних із модних стилів харчування як веганство, сиродієння... Це все не погано, якщо для цього є підстави – призначення лікаря, наприклад, бо все мусить мати міру.

Люди намагаються таким чином вирішити психологічні проблеми за допомогою «правильного» харчування, виснажуючи свій організм. Нервова орторексія – це одержимість правильним харчуванням, вживання тільки «чистих» харчових продуктів, органічних. Однією із характеристик є нав'язлива думка харчуватись тільки певними харчовими продуктами, раціон стає все більш обмеженим, з часом спостерігається зни-

ження калорійності. Все це може привести до соціальних, психологічних і медичних проблем. Дуже часто в благополучних сім'ях, в яких зростають діти, батьки приймають рішення відмовитися від споживання м'яса взагалі, і таким чином діти не отримують необхідних вітамінів, мінеральних речовин та інших нутрієнтів для здорового розвитку. Так Кабінетом Міністрів України в 2017 році затверджено Норми фізіологічних потреб населення в основних харчових речовинах і енергії, в яких вказано, наприклад, що для дітей шестирічного віку кількість білків тваринного походження повинна складати майже 72% від загальної добової потреби в білках.

Більшість людей чули про поширені розлади харчової поведінки, такі як булімія, анорексія та компульсивне переїдання. Однак мало хто знайомий з поняттям орторексія. Не дивлячись на те, що це порушення поки не підпадає під класифікацію Діагностичного і статистичного посібника з психічних розладів, спеціалісти Американської асоціації харчових розладів вважають це психічне захворювання небезпечним для життя.

До симптомів орторексії відносять компульсивну (нав'язливу) перевірку складу продуктів; підвищену тривожність через інгредієнтний склад; пошук продуктів без консервантів, ароматизаторів, глютену і т.д; поступове виключення цілих груп продуктів з раціону (молочних чи м'ясних); відмова від споживання їжі, що приготована іншою людиною в тому числі в закладах ресторанного господарства; незвичайна зацікавленість до того, що їдять інші люди; нав'язливе слідування рекомендаціям інтернет-блоґів, що присвячені здоровому способу життя; проблеми зі сприйняттям власного тіла.

Їжа в першу чергу повинна бути безпечною для організму, забезпечувати його білками, жирами, вуглеводами та іншими нутрієнтами, нести естетичне задоволення. Але не раціон повинен керувати людиною, а людина повинна слідкувати за своїм різноманітним харчуванням, знати основні принципи адекватної дієтології, вести активний спосіб життя.

СТРАТЕГІЇ ФОРМУВАННЯ БЕЗПЕЧНОСТІ ПРОДУКЦІЇ ВЛАСНОГО ВИРОБНИЦТВА ЇДАЛЬНІ ПРИ СТУДЕНТСЬКОМУ ХОСТЕЛІ

**Кобець Д. В., магістрантка II курсу факультету ГРтаТБ
Подорожний І. С., магістрант II курсу факультету ГРтаТБ
Ушкалова О. І., студентка II курсу факультету ГРтаТБ**

**Харківський торговельно-економічний інститут
Київського національного торговельно-економічного університету, м. Харків**

Студентські гостелі є колективними засобами розміщення, які створюються для надання готельних послуг суб'єктам академічного туризму. До категорії «Готельні послуги» відносять сервісні та технологічні заходи, які пов'язані із діяльністю щодо тимчасового розміщення туриста у номері або надання йому місця для ночівлі, а також інші заходи, які безпосередньо пов'язані з розміщенням і тимчасовим проживанням.

РОЗРОБКА РЕЦЕПТУРИ ТА ОЦІНКА ЯКОСТІ МАФІНУ «БУЛЬБАШКА» Дубина А. А., Дзюба Н. А.	89
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ РАЗОМ З ДОСТАВКОЮ ЇЖИ «GOOD FOOD» Єременко Ю.В.	90
ОТРИМАННЯ КОНДИТЕРСЬКИХ МАКРОСФЕР НА ОСНОВІ АЛЬГІНАТУ НАТРІЮ Єршова К., Стахурська Ю.	91
НЕЗДОРОВЕ «ПРАВИЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ» Жмудь А.В.	92
СТРАТЕГІЇ ФОРМУВАННЯ БЕЗПЕЧНОСТІ ПРОДУКЦІЇ ВЛАСНОГО ВИРОБНИЦТВА ЇДАЛЬНИ ПРИ СТУДЕНТСЬКОМУ ХОСТЕЛІ Кобець Д. В., Подорожний І. С., Ушкалова О. І.	93
ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ ПРИ ВИРОБНИЦТВІ ФОРМОВАНИХ КАРТОПЛЯНИХ ЧІПСІВ Ковтун А.В., Пічкур В.Я., Ковбаса В.М.	94
ДОСЛІДЖЕННЯ ОЗДОРОВЧОЇ СПРЯМОВАНОСТІ КОНЦЕНТРОВАНОЇ ПРОДУКЦІЇ Лазаренко Н.А., Доценко Ю.І., Кириляк В.С.	95
ОСОБЛИВОСТІ ОТРИМАННЯ ФЕРМЕНТОВАНОЇ ПРОДУКЦІЇ ОЗДОРОВЧОЇ ДІЇ Лазаренко Н.А.	96
СМАЧНІ Й ШВИДКІ СТРАВИ – НЕ ЗАВЖДИ КОРИСНІ Мазур М.В.	97
РОЗРОБЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ СНЕКОВОЇ ПРОДУКЦІЇ ЗБАЛАНСОВАНОГО НУТРИЄНТНОГО СКЛАДУ З ВИКОРИСТАННЯМ М'ЯСНОГО СУШЕНОГО НАПІВФАБРИКАТУ Марченко І.М.	99
АСПЕКТИ ЗАСТОСУВАННЯ ЛЕЦИТИНІВ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА БЕЗГЛЮТЕНОВОГО ХЛІБА Медвідь І.М., Шидловська О.Б., Доценко В.Ф.	100
РОЗРОБКА ТЕХНОЛОГІЇ ДЕСЕРТНОЇ СТРАВИ З ПІДВИЩЕНОЮ БІОЛОГІЧНОЮ АКТИВНІСТЮ Митрофанова К.Ю.	101
ВИКОРИСТАННЯ РОСЛИННОЇ СИРОВИНИ В ТЕХНОЛОГІЇ ЗБИВНИХ СОЛОДКИХ СТРАВ Нужна І. Ю.	102
НОВІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗРОБКИ СОЛОДКИХ СТРАВ З ПОКРАЩЕНИМИ ПРОФІЛАКТИЧНИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ Осадча О., Золоська О.В.	103
ТЕХНОЛОГІЯ МУСІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ЯГІДНОЇ СИРОВИНИ	

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.

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

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

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

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848