

**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 3
ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ
ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ
ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ

ТЕХНОЛОГІЯ РЕСТОРАННОГО І ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

Цукор було замінено на екстракт з листя стевії, що містить глікозид стевіозид, що за своєю солодкістю перевищує цукор у 300 разів. Унікальність стевії полягає в тому, що одночасно зі значним солодким смаком та різноманітним хімічним складом (містить клітковину, петин, амінокислоти, вітаміни (А, Е, С, групи В), мікро- та макроеlementи), не містить калорій. Біологічна цінність продуктів переробки стевії дозволяє рекомендувати їх до споживання людям, які дотримуються здорового способу життя, а також хворим на цукровий діабет, ожиріння, атеросклероз та серцево-судинні захворювання.

Додавання нетрадиційної рослинної сировини та використання натурального рослинного цукрозамінника до рецептури самбуку дозволило створити солодку низькокалорійну страву, яку можна віднести до функціональних за своїми оздоровчими властивостями.

Науковий керівник – к.т.н., доцент Кравчук Н.М.

ЗБАГАЧЕННЯ РАЦІОНІВ ХАРЧУВАННЯ БІОЛОГІЧНО-АКТИВНИМИ РЕЧОВИНАМИ

Чебан М.М., аспірант

**Одеська національна академія харчових технологій
м. Одеса, Україна**

Їжа - головне джерело біологічно активних речовин. Ще з часів Гіппократа й Авіценни відомо, що немає різкої межі між їжею і ліками. Багато хвороб можна вилікувати тільки дієтою, але, на жаль, далеко не всі. Певна частина біологічно активних речовин є ліками в специфічному значенні цього слова. Вони відіграють важливу роль в лікуванні та профілактиці основних хронічних захворювань. Відомо, що потреба людського організму у вітамінах, мінералах та інших БАР задовольняється, в основному за рахунок овочів, фруктів, ягід, прянощів або концентратів з них. Широкий розвиток виробництва фруктового і овочевого борошна в країнах Західної Європи і СНД дозволяє судити про те, що вони отримали високий рівень попиту серед користувачів як громадського так і домашнього харчування, а також в якості сировини для виробництва продукції лікувально-профілактичного та дієтичного харчування. У зв'язку з цим перспектива розвитку виробництва такого борошна в нашій країні дуже велика. Фруктове і овочево борошно помітно виділяється серед інших харчових продуктів. Харчова та біологічна цінність борошна з фруктів і овочів полягає в багатому наборі важливих для здоров'я людини вітамінів, мінеральних солей, цінних вуглеводів - фруктози, сахарози, специфічних речовин типу хлорофіла, фенольних сполук з Р-вітамінною активністю, пектинових речовин, клітковини. Смакові переваги і висока біологічна цінність фруктового і овочевого борошна, при його використанні в якості біодобавки дозволяє різко поліпшити якість продуктів харчування і підвищити на них попит. В даний час існує два етапи отримання борошна з фруктів, ягід і овочів: тепловий, тобто сушка рослинної сировини; механічний, тобто розмелювання сушених продуктів за допомогою різних подрібнювачів. У світовій практиці для одержання рослинного борошна частіше застосовують спосіб висушування фруктових та овочевих соків та пюре. Однак відомо,

що при отриманні соків і пюре втрачається близько 20 ... 40% вітаміну С. При тепловій сушці втрачається приблизно ще стільки ж. Втрата вітаміну С у виробництві фруктово-овочевого борошна спостерігається на двох стадіях технологічного процесу: при обробці сировини до сушіння і при самому сушінні. Чим швидше проходить технологічний процес, тим менше втрачається вітаміну С. Ці втрати не перевищують втрат вітаміну при звичайних методах переробки плодово-овочевої сировини, прийнятих при консервуванні і в кулінарії. Коректно проведена сушка не призводить до значного зниження С-вітамінної активності продукту. Вітамінна активність фруктового і овочевого борошна зберігається значно довше, ніж вітамінна активність вихідної сировини. При зберіганні свіжих фруктів і овочів протягом року вітамін С втрачається майже повністю, а зберігання їх протягом трьох років в звичайних умовах і навіть при знижених температурах взагалі неможливо. Овочева та фруктова борошна, отримане в результаті теплової сушки, за якістю і харчовою цінністю мало поступається борошну, отриманому методом сублимації, але значно дешевше. Таке борошно має ряд переваг перед вихідною сировиною, наприклад менші масу і об'єм, більший термін зберігання, зручність використання, транспортування і т. ін. На підставі вищезазначеного, можна вважати дуже актуальною розробку нових ефективних технологій отримання борошна з фруктів, ягід, овочів, а також вдосконалення відомих технологій з метою максимального збереження вітамінів та інших БАП. Важливим також є при отриманні борошна з рослинної сировини впровадження нових безвідходних технологій.

Науковий керівник – канд.техн.наук, доцент Бурдо А.К.

ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ ТА СПОСОБИ ЇХ ВИРІШЕННЯ

**Черненко С.О. студентка ІV курсу ф-ту ІТХіРГБ
Одеська національна академія харчових технологій
м. Одеса, Україна**

У сучасному світі величезна кількість різних тенденцій і напрямків. З року в рік, внаслідок бурхливого розвитку технологій та інтернету, відбувається нестримне поширення найрізноманітнішої інформації. За всією безліччю інформаційних потоків, людина здатна втратити себе у безмежному просторі багатоманітних напрямків. Зараз актуально ставити перед собою цілі на досягнення матеріальних благ – досягти високої ланки в кар'єрі, їздити на дорогому першокласному автомобілі та бути впливовою особою. Зараз найважливіше прагнення сучасної людини – отримання матеріальних благ. Проте, найголовніша ціль будь-кого з нас, наша найголовніша цінність – це наше здоров'я. Здоров'я – саме те, чого не можна купити ні за які гроші. Воно робить нас щасливими та сповненими натхненням на життя. Ніщо в світі не зможе принести нам щастя, якщо ми втратимо жагу до життя через нестримний біль через нескінченні хвороби.

Здорове та збалансоване харчування – це перший крок на шляху гармонійного життя та міцного здоров'я. Людина є те, що вона їсть. За браком часу, ми все частіше вдаємося до вживання їжі швидкого приготування та все більше використовуємо фаст-фуд в нашому повсякденному раціоні харчування. Але, нажаль, це все стосується не

ПРАВОВИЙ ОБРІС ЗАКОНОДАВСТВА ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ	
Тараненко В. В., Яворська Я.Л.	123
ЧИ Є МІСЦЕ ДЛЯ ДЕСЕРТІВ У РАЦІОНІ ЛЮДЕЙ, ЯКІ ДОТРИМУЮТЬСЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ?	
Фортуна Н. В.	124
ЗБАГАЧЕННЯ РАЦІОНІВ ХАРЧУВАННЯ БІОЛОГІЧНО-АКТИВНИМИ РЕЧОВИНАМИ	
Чебан М.М.	125
ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ ТА СПОСОБИ ЇХ ВИРІШЕННЯ	
Черненко С.О.	126
METHOD FOR PRODUCING OF FOOD COLORANT	
Sharova I.	127
ВИКОРИСТАННЯ ЕКСТРАКТІВ ПРЯНО-АРОМАТИЧНОЇ СИРОВИНИ В ТЕХНОЛОГІЯХ МОЛЕКУЛЯРНОЇ КУЛІНАРІЇ	
Шарова І.В.	128
ОСНОВНІ ПІДХОДИ ЩОДО СКЛАДАННЯ РАЦІОНІВ ХАРЧУВАННЯ ДЛЯ ПРОФІДАКТИКИ ДІАБЕТУ II ТИПУ	
Шульга О.К.	129

ТЕХНОЛОГІЯ МОЛОКА, ЖИРІВ І ПАРФУМЕРНО-КОСМЕТИЧНИХ ЗАСОБІВ

«ПОЛЕЗНОЕ» МОРОЖЕНОЕ – НИЗКОКАЛОРИЙНИЙ ДЕСЕРТ ДЛЯ ВСЕХ	
Алеева Е.О.	132
АКТУАЛЬНІСТЬ ЗБАГАЧЕННЯ НИЗЬКОЛАКТОЗНИХ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ ФУНКЦІОНАЛЬНИМИ ІНГРІДІЄНТАМИ	
Голубєва М.О.	133
ВИРОБНИЦТВО ТОНІКІВ ДЛЯ ОБЛИЧЧЯ НА ОСНОВІ СИРОВАТКИ І ЕКСТРАКТУ КВІТІВ TAGETES PATULA	
Гончарук Я.А.	134
ВИКОРИСТАННЯ КУПАЖІВ ЯК ОСНОВИ ДЛЯ ВИРОБНИЦТВА САЛАТНОЇ ОЛІЇ	
Дец Н.О., Попик А.О.	135
ХАРЧУВАННЯ ЖІНОК У ПЕРШОМУ ТРИМЕСТРІ ВАГІТНОСТІ	
Дец Н.О., Дрозд Є.С.	136
ВИКОРИСТАННЯ ЛІЗАТІВ ПРОБІОТИЧНИХ КУЛЬТУР ЛАКТО- І	

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**