

**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**

Проведені дослідження довели доцільність додавання до овочевої котлетної маси пшеничних висівок, оскільки це не погіршує органолептичних показників готового виробу та збагачує його цінними харчовими волокнами.

Науковий керівник – канд. техн. наук, доцент Фурманова Ю.П.

## **ПРАВОВИЙ ОБРІС ЗАКОНОДАВСТВА ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

**Тараненко В. В., Яворська Я.Л., студенти VI курсу ф-ту ІТХіРГБ  
Одеська національна академія харчових технологій  
м. Одеса, Україна**

Аналіз нормативно-правових актів світової спільноти та законодавства деяких країн Заходу щодо сприяння впровадженню здорового способу життя, а також національного законодавства з зазначеної проблеми дає підстави зробити узагальнення, що світова спільнота дедалі більше виходить з необхідності забезпечення права людини на збереження та зміцнення здоров'я.

Це право передбачене Декларацією прав людини, Європейською соціальною хартією та іншими міжнародними документами.

Проблема сприяння здоровому способу життя знаходить своє відображення у ряді спеціальних документів, що приймалися в ході регулярних міжнародних конференцій з проблем пропаганди здорового способу життя. Зокрема, це Оттавська хартія за здоровий спосіб життя, "Аделаїдські рекомендації: Політика у громадському здоров'ї", "Сандстальська угода про здорове довкілля", Джакартська декларація з питань пропаганди здорового способу життя. Вони є логічним продовженням і доповненням один одного і приймалися у зв'язку з розвитком як науково-теоретичного розуміння проблеми, так і усвідомлення широкою громадськістю необхідності активізації практичної діяльності у цьому напрямі і фактично заклали правову основу на міжнародному рівні в цій сфері життєдіяльності.

Основні ідеї, які вони містять, - це чітке усвідомлення того, що основний шлях досягнення максимально можливого здоров'я проходить через впровадження здорового способу життя та створення сприятливого навколишнього середовища, що розуміється у широкому сенсі, як соціально-економічне та фізичне оточення людини.

Інші документи підкреслюють, що лише усвідомлення цих істин як окремими особистостями, так і широкими верствами населення є необхідною, але недостатньою умовою здоров'я. Необхідні конкретні дії з боку урядів щодо забезпечення поінформованості людей (Орхуська конвенція 1998р.); встановлення довірливих стосунків між населенням та органами охорони здоров'я та фахівцями задля контролю за станом свого здоров'я, упередження захворювань та планування здоров'я (Амстердамська декларація 1994р.); запобігання поширенню та ліквідація інфекційних захворювань (програми імунізації та вакцинації населення 1991 р.); боротьба з поширенням неінфекційних хвороб (програма СНДІ 1987 р.); викорінення шкідливих звичок та зменшення шкоди від ризикової поведінки (Європейський план дій щодо боротьби з споживанням тютюну 1987

р., Законодавча стратегія для звільнення Європи від паління, Мадридська хартія по боротьбі з споживанням тютюну 1988 р., Європейська хартія щодо алкоголю 1995 р., рекомендації щодо здійснення політики та стратегій ВООЗ/ЮНЕЙДС з профілактики та боротьби з хворобами, що передаються статевим шляхом 1997 р.); інвестицій у сферу охорони здоров'я (реформування системи охорони здоров'я) та довілля, а також розвиток інфраструктури здорового способу життя та програми контролю щодо шкідливостей (Веронська ініціатива 1999 р., GMP 1991 р.).

У розвинутих країнах Заходу (Українським інститутом соціальних досліджень в межах українсько - канадського проекту "Молодь за здоров'я" зроблений детальний аналіз, зокрема, як це організовано в Канаді та Великобританії) сприяння здоровому способу життя є цілим напрямом правової та практичної діяльності .

## **ЧИ Є МІСЦЕ ДЛЯ ДЕСЕРТІВ У РАЦІОНІ ЛЮДЕЙ, ЯКІ ДОТРИМУЮТЬСЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ?**

**Фортуна Н. В., студентка II курсу, освітній ступінь «магістр»,  
факультету готельно-ресторанного та туристичного бізнесу  
Національний університет харчових технологій  
м. Київ, Україна**

Поняття «здоров'я» тісно пов'язане з поняттям «здоровий спосіб життя». Відповідно до визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, стан здоров'я обумовлений такими 4 чинниками, як: спосіб та умови життя (50-55%), екологія (20-25%), спадковість (15-20%) та система охорони здоров'я (7-15%). Здоровий спосіб життя людини неможливо уявити без правильного, збалансованого харчування, що містить достатню кількість білків, жирів, вуглеводів, вітамінів, мікро- та мікроелементів. Нутриціологи та дієтологи наголошують на необхідності збільшення вживання рослинних продуктів та повної відмови від вживання продуктів промислового виробництва, а також солі та цукру.

Оскільки десертні страви займають значне місце серед кулінарної продукції в закладах ресторанного господарства, пошук нової сировини та розширення асортименту солодких страв з високою харчовою та низькою енергетичною цінностями є дуже актуальною проблемою.

На кафедрі технології ресторанної і аюрведичної продукції НУХТ було розроблено рецептуру солодкої страви «Самбук пастернаковий». За базову рецептуру було взято рецептуру самбуку яблучного та його традиційна технологія. Для створення нової рецептури солодкої страви було викоистано пюре коренеплоду пастернаку, яєчний білок, желатин і цукрозамінник натуральний – екстракт стевії.

Використання такої нетрадиційної сировини, як пюре з коренеплоду пастернаку дозволило збагатити солодку страву білками, пектиновими речовинами, полісахаридами, поліненасиченими жирними кислотами, вітамінами (аскорбіновою, ніотиновою, пантотеновою кислотами, тіаміном, рибофлавіном, токоферолом) та макроелементами (К, Р, Са, Mg, Fe). Варто зазначити, що коренеплід пастернаку є низькокалорійним продуктом харчування, оскільки на 100 г продукту містить лише 47 ккал.

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**