

**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**

ментів. А також багатий на такі хімічні елементи, як залізо, йод і кальцій. Агар-агар має лікувальні властивості, які мають змогу вирішувати наступні питання:

- уповільнює розвиток раку молочних залоз у жінок за рахунок фукоїдану;
- нормалізує вміст глюкози в крові;
- очищає організм від шлаків і токсичних речовин;
- знижує в крові вміст холестерину та тригліцеридів;
- насичує організм поживними елементами, включаючи фолати.
- сприятливо діє на щитовидну залозу.

Клітковина, як додаткове джерело харчових волокон, водорозчинних вітамінів, органічних солей цинку, калію, заліза, кальцію, омега-3 ПНЖК (75%) і омега-6(25%), регулює секреторну і моторну функцію шлунково-кишкового тракту, допомагає запобігти серцевим захворюванням, нормалізує рівня холестерину в крові.. Встановлено, що десерти містять близько  $6,58 \pm 0,09$  % жирів,  $2,95 \pm 0,05$  % білкових речовин,  $14,02 \pm 0,15$  % вуглеводів, характеризуються високою біологічною цінністю за амінокислотним скором білків, збалансованістю за «треоніновим» індексом, високим вмістом ненасичених жирних кислот (50,6 % від загальної кількості жирних кислот. Десерти характеризуються вмістом цінних мінеральних речовин, зокрема, кальцію, фосфору, магнію ( $82,2 \pm 0,5$  %,  $69,6 \pm 10,1$  %,  $11,2 \pm 0,4$  % відповідно).

Розроблено науково обґрунтовану технологію мусів на сирно-ягідній основі з використанням ага-агару та клітковини з насіння гарбуза, збагачує десерт харчовими волокнами, вітамінами, макро- і мікроелементами, додає нових функціональних властивостей та розширює асортимент солодких страв оздоровчого призначення. Тому розроблений продукт можна вважати доцільним для використання.

## ПІДВИЩЕННЯ БІОЛОГІЧНОЇ ЦІННОСТІ СТРАВИ «СУФЛЕ КУРЯЧЕ»

**Міщенко К.І., студентка II курсу факультету ГРТБ  
Національний університет харчових технологій  
м. Київ, Україна**

Їжа - одна з головніших факторів здоров'я людини, його працездатності, життєдіяльності та тривалості життя. Але це є досяжним лише при правильному харчуванні, при своєчасному постачанні усіма необхідними для нашого організму різноманітними речовинами у необхідній кількості та співвідношенні.

Якість та склад продуктів харчування мають провідне значення у житті людини. Для нормальної життєдіяльності людини необхідний повноцінний набір продуктів харчування з врахуванням її індивідуальних особливостей, характеру і інтенсивності роботи та умов проживання. Цей набір повинен включати в оптимальному співвідношенні всі основні для харчування людини компоненти: білки рослинного та тваринного походження, жири, вуглеводи, вітаміни, мікроелементи.

Нами запропонована інноваційна технологія приготування «суфле курячого», що полягає у збагаченні білком та створенні страви із збалансованим амінокислотним скором.

При розробленні нової страви за основу була взята рецептура № 675 зі збірника рецептур:

Куряче філе – 75

Яйця – 75

Соус молочний – 20

Масло вершкове - 5

Після проведених розрахунків ми з'ясували, що лімітуючими амінокислотами є метіонін+цистин (63.19 %) та фенілаланін+тирозин (79.01), оскільки їх амінокислотний скор є найменшим.

На основі цієї страви була розроблена більш корисніша страва, додатково збагачена білком, амінокислотами та з більшою харчовою цінністю.

Було вирішено додати до цієї страви цвітну капусту, кунжут та соєве борошно.

Основною сировиною у страві, що розробляється, є цвітна капуста. До переваг цвітної капусти можна віднести з низький вміст жиру, низький вміст вуглеводів і високий вміст харчових волокон, фолієвої кислоти, вітаміну С і загалом високий вміст поживних речовин. Куряче філе - найцінніше за вмістом білка м'ясом. Його склад на 90% складається з необхідних амінокислот. Соєві продукти, в тому числі і соєве борошно – це справжня знахідка для всіх людей, які страждають від алергії на тваринний білок. Також така їжа піде тільки на користь і хворим різними недугами серця і судин.

Також у склад нової рецептури входить насіння кунжуту. Воно має багатий вітамінно-мінеральний склад. Тут містяться вітаміни А, С, Е і групи В; такі мінерали як магній, цинк, фосфор, залізо, кальцій.

Дана страва є збалансованою за амінокислотним скором з підвищеним відсотком лімітуючих кислот, збагачена додатковими амінокислотами та зі збільшеною харчовою цінністю.

Отже, при додаванні до «Суфле курячого» цвітної капусти, кунжуту та соєвого борошна з'ясували, що страва буде: збагачена додатковими амінокислотами; підвищиться біологічна, енергетична цінність; покращаться органолептичні, смакові та біологічних показники; консистенція стане одно ріднішою.

Науковий керівник к.т.н., доцент Романченко Н.М.

## **ЗБАЛАНСУВАННЯ ЖИРНОКИСЛОТНОГО СКЛАДУ РОСЛИННИХ ОЛІЙ ДЛЯ РЕСТОРАННОЇ ПРОДУКЦІЇ**

**Новікова В.В., студентка 4 курсу факультету ГРТБ  
Національний університет харчових технологій  
м. Київ, Україна**

Харчування населення України не збалансоване за жирнокислотним складом, що обумовлено переважанням у щоденному раціоні жирів тваринного походження, які є джерелом насичених жирних кислот. Крім того, українці віддають перевагу таким рослинним оліям, як соняшникова і кукурудзяна, з високим вмістом поліненасичених жирних кислот родини  $\omega$ -6 і недостатньо споживають лляну, ріпакову, соєву олії як джерело жирних кислот родини  $\omega$ -3. Рекомендоване, з точки зору доказової медицини, спів-

Зайченко Ю.В. ....	105
ДЕФІЦИТ ЕСЕНЦІАЛЬНИХ НУТРИЄНТІВ У ХАРЧУВАННІ ЛЮДИНИ	
Кобець О.С., Арпуль О.В., Доценко В.Ф. ....	106
ОЛІЇ РОСЛИННІ З НЕТРАДИЦІЙНОЇ СИРОВИНИ, ЯК ПЕРСПЕКТИВНЕ ДЖЕРЕЛО ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ІНГРЕДІЄНТІВ	
Кобець О.С., Верещак І.О., Доценко В.Ф. ....	108
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В СОЗДАНИИ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ БУДУЩИХ МАМ	
Куш А., Дзюба Н.А. ....	109
РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ – ЗАПОРУКА ЇХНЬОГО ЗДОРОВ'Я	
Лаленко Т.В., Собін О.В., Корецька І.Л. ....	110
ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ДІЄТИЧНИХ ДОБАВОК РОСЛИННОГО ПОХОДЖЕННЯ У ВИРОБНИЦТВІ СОЛОДКИХ СТРАВ ОЗДОРОВЧОГО ПРИЗНАЧЕННЯ	
Липовий Д.В. ....	111
ПІДВИЩЕННЯ БІОЛОГІЧНОЇ ЦІННОСТІ СТРАВИ «СУФЛЕ КУРЯЧЕ»	
Міщенко К.І. ....	112
ЗБАЛАНСУВАННЯ ЖИРНОКИСЛОТНОГО СКЛАДУ РОСЛИННИХ ОЛІЙ ДЛЯ РЕСТОРАННОЇ ПРОДУКЦІЇ	
Новікова В.В. ....	113
ЕМУЛЬСІЙНІ НАПОЇ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ	
Олейнік А.О., Павлишин Д.І. ....	115
COMPREHENSIVE INVESTIGATION OF QUALITY OF IMMUNE-STIMULATING DRINK «IMMUNO PLUS»	
Oleynik M.I., Dzyuba N.A., ....	116
ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ЕМУЛЬСІЙНИХ СОУСІВ	
Очеретна А.В. ....	117
ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ЗБИТОГО ДЕСЕРТУ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ	
Посна Н.С. ....	119
УДОСКОНАЛЕННЯ РЕЦЕПТУРНОЇ КОМПОЗИЦІЇ Й ТЕХНОЛОГІЇ СОРБЕТУ З ПІДВИЩЕННИМ ВМІСТОМ ЙОДУ	
Сивун А.І. ....	120
СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ В РЕСТОРАННОМУ ГОСПОДАРСТВІ	
Слободян О.П., Матияшук О.В. ....	121
ОВОЧЕВІ КОТЛЕТИ З ДОДАВАННЯМ ПШЕНИЧНИХ ВИСІВОК ДЛЯ ДИТЯЧОГО ХАРЧУВАННЯ	
Сулик А. ....	122

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**