

Міністерство освіти і науки України
Одеський національний технологічний університет
Кафедра технології ресторанного і оздоровчого харчування



**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА
ДО КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ**

на тему: **«Розробка технології страв збагачених білками рослинного походження для веганського ресторану»**

Здобувача Олійник Р.О.
(прізвище, ініціали)

VI курсу ТХм-607 групи

Керівник: д.т.н., проф. Тележенко Л.М.
(посада, прізвище та ініціали)

Консультанти: к.е.н., ст..викл. Кривоногова І.І.
(посада, прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота допускається до захисту

Рішення кафедри від 25.11.2022 р., протокол № 5.

Завідувачка кафедри ТРiOX _____
(назва кафедри) (підпис)

Любов ТЕЛЕЖЕНКО
(Ім'я ПРiЗВИЩЕ)

Одеса - 2022 рік

Кваліфікаційна робота магістра

Арк.

ЗАТВЕРДЖЕНО

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Міністерства освіти і науки України

29 березня 2012 року № 384

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут, факультет, відділення: ІТХіРГБ

Кафедра, циклова комісія: ТРіОХ

Освітньо-кваліфікаційний рівень : «Магістр»

Освітня програма: «Інноваційні технології ресторанного бізнесу»

(шифр і назва)

Спеціальність : 181 «Харчові технології»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри, голова циклової

комісії ТРіОХ

проф. Тележенко Л.М.

2022 року

**ЗАВДАННЯ
ДО КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРА
Олійник Руслани Олександрівни**

(прізвище, ім'я, по-батькові)

1.Тема кваліфікаційної роботи: Розробка технології страв збагачених білками рослинного походження для веганського ресторану

Керівник роботи д.т.н., проф. Тележенко Любов Миколаївна

(прізвище, ім'я, по-батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від «05» 10. 2021 р. № 839-03

2. Термін здачі студентом закінченого роботи грудень 2022 р.

3. Вихідні дані до роботи: «Літературні, патентні, періодичні видання, пов'язані з тематикою роботи»

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) Вступ. Розділ 1. Аналітичний огляд літератури. Розділ 2. Об'єкти та методи досліджень. Розділ 3. Дослідження сировини та технологічних факторів для виробництва овочевих соусів. Розділ 4. Розробка рецептури, технології та аналіз готового продукту. Розділ 5. Техніко-економічне обґрунтування ефективності досліджень. Розділ 6. Охорона праці . Висновки. Список використаної літератури. Додатки.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) презентація.

Кваліфікаційна робота магістра

Арк.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Консультант	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Економічний розділ	к.е.н., ст.викл. Кривоногова І.І.		
Науковий розділ	д.т.н., проф. Тележенко Л.М.		
Технологічний розділ	д.т.н., проф. Тележенко Л.М.		
Охорона праці	д.т.н., проф. Тележенко Л.М.		

7. Дата видачі завдання жовтень 2021р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Вступ	01.09.-4.09.22	
2.	Розділ 1. Аналітичний огляд літератури	05.09.-25.09.22	
3.	Розділ 2. Об'єкти, предмети та методи досліджень	29.09.-5.10.22	
4.	Розділ 3. Експериментальне дослідження виробництва овочевих порошків у ЗРГ та продуктів їх використання	6.10.-19.10.22	
5.	Розділ 4. Технологічні аспекти виготовлення білкових продуктів для веганів	20.10.-29.10.22	
6.	Розділ 5. Техніко – економічне обґрунтування ефективності досліджень	5.11.-12.11.22	
7.	Розділ 6. Охорона праці.	13.11.-17.11.22	
8.	Список використаної літератури	18.11.- 20.11.22	
9.	Розробка ТУ, ТІ	21.11.-29.11.22	
10.	Оформлення роботи, презентації	30.11.-01.12.22	

Студент _____

(підпис)

Олійник Р.О.

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота магістра

Арк.

Анотація
Кваліфікаційної роботи магістра
на тему: «Розробка технології страв збагачених білками рослинного
походження для веганського ресторану»

Актуальність теми. Згідно з наказом МОЗ № 16 2013 року передбачене харчування населення України за Вегетаріанською дієтою (далі - ВД). Вегетаріанські дієти значно відрізняються одна від одної у залежності від ступеня дієтичних виключень. Відповідно до найбільш жорсткого визначення ВД передбачає споживання лише злаків, фруктів, овочів, бобових та горіхів із повним виключенням тваринної їжі, включаючи молочні продукти та яйця. Декілька менш суворих дієт можуть включати яйця та молочні продукти. Отже, ВД можуть бути наступних видів:

1. Макробіотична ВД - овочі, фрукти, злаки, бобові та морські продукти дозволяються. Переваги надаються продуктам вирощеним на території проживання. Тваринна їжа - біле м'ясо та риба дозволяються один-два рази на тиждень.

2. Семі-вегетаріанська дієта - м'ясо час від часу може бути включено у раціон харчування. Деякі люди, які притримуються такої дієти можуть їсти рибу або птицю.

3. Лактоовоовегетаріанська дієта - яйця, молоко та молочні продукти дозволяються, виключається м'ясо.

4. Веганська дієта - виключаються усі тваринні продукти, включаючи яйця, молоко та молочні продукти. Деякі вегани також не споживають меду та можуть не використовувати товари тваринного походження, наприклад, шкіру або вовну. Вони також можуть уникати споживання технологічно оброблених продуктів.

Тривалі ефекти від дотримання ВД важко відокремити від наслідків певного способу життя (висока фізична активність, відмова від тютюну та алкоголю). Тим не менше, обсерваційні дослідження демонструють достовірне зменшення поширеності ожиріння, ішемічної хвороби серця, артеріальної гіпертензії та цукрового діабету 2 типу серед вегетаріанців. Також існують докази більшої користі від дотримання лактоовоовегетаріанської дієти у порівнянні із веганством. Нутріціологічна адекватність ВД повинна бути оцінена індивідуально з урахуванням тих продуктів, які споживає пацієнт. Вегани, за рахунок виключення молочних продуктів, мають нижчу мінеральну щільність кісток та підвищений ризик переломів кісток за рахунок дефіциту кальцію та вітаміну D. Пацієнти, які дотримуються суворої ВД, також можуть мати дефіцит вітаміну B12 та потребувати його додаткового прийому.

Повне вегетаріанство передбачає вживання тільки рослинної їжі, тому актуальним напрямком роботи харчової промисловості та ресторанної індустрії є завдання розширення асортименту продукції для вегетаріанського харчування, для забезпечення вживання всіх необхідних організму речовин, водночас їжа

повинна бути смачна, поживна, повноцінна і здорова.

Метою дослідження є розробка технології білкових наповнювачів рослинного походження для збагачення ними страв та кулінарних виробів для веганів, що забезпечить фізіологічні потреби в харчових інгредієнтах людей, які дотримуються веганського харчування. Нові продукти дозволять розширити асортимент страв для веганців та прихильників здорового харчування.

Для поставленої мети необхідно вирішити наступні задачі:

- дослідним шляхом визначити рослинну сировину, що є джерелом білків для приготування білкових наповнювачів; провести аналіз якості сировини, що використовується;
- розробити технології отримання овочевих порошоків з підвищеним вмістом білка;
- встановити, як вплине уведення овочевих порошоків у страви на основні хімічні, органолептичні та реологічні показники продукту;
- визначити показники мікробіологічної безпеки розробленого продукту;
- дослідити показники якості страв з овочевими порошками;
- розробити заходи з забезпечення охорони праці під час виготовлення десерту;
- розрахувати показники економічної ефективності розробки.

Об'єкт дослідження: технологія страв для веганського харчування з білковими порошками з овочів

Предмет дослідження – технологічний процес приготування білкових овочевих порошоків та страв з цими наповнювачами, показники якості готового продукту.

Методи досліджень – загальноприйняті та спеціальні фізичні, хімічні, фізико-хімічні, органолептичні, мікробіологічні з використанням сучасних приладів та устаткувань.

На сьогодні веганський спосіб харчування є одним із поширених напрямів харчової індустрії, що потребує корегування білкової складової у раціоні. Уведення в страви овочевих білкових порошоків дозволить отримати збалансовані продукти з натуральних, корисних для людини інгредієнтів, що є актуальним. Дана кваліфікаційна робота магістра складається з пояснювальної записки та слайдів презентації.

Кваліфікаційна робота магістра містить:

- Текстової частини - стор.
- Таблиць -
- Додатків -

ВСТУП

Кваліфікаційна робота магістра

Арк.

На сьогоднішній день вегетаріанські дієти у різних видах широко розповсюджене серед населення всього світу та безпосередньо України. Ця галузь з точки зору споживачів направлена на оздоровлення організму людини, як фізично, так і ментально. Для забезпечення фізичного здоров'я сучасної людини необхідно дотримуватися «здорових» звичок, а саме помірною фізичною навантаженням, своєчасного обстеження і лікування різноманітних захворювань та здорового раціонального харчування. Концепція вегетаріанства в Україні є закріпленою наказом МОЗ № 16 від 2013 року, тому виробництво харчової продукції, що відповідає принципам вегетаріанського здорового харчування розвивається зростаючими темпами.

Структура харчування населення України, як і інших економічно розвинених країн світу, характеризується надлишковим споживанням рафінованих продуктів, вуглеводів, насичених жирів, сировини, що проходить довготривалу високотемпературну обробку тощо. Переважне споживання продуктів, що має незначний вміст мікронутрієнтів призводить до погіршення обміну речовин в організмі людини. Щоб ліквідувати ці недоліки запроваджують нові дієти. В постійно зростаючому сегменті продуктів здорового харчування відбувається розділення інноваційних продуктів за різноманітними категоріями. Навіть у вегетаріанстві виділяють декілька типів харчування, такі як; макробіотичне харчування, семі-вегетаріанську дієту, лактоово вегетаріанство, веганство. Необхідно передбачати у таких дієтах збалансованість макро- і мікронутрієнтного складу, відповідність раціону рекомендованим нормам споживання всіх поживних речовин.

Роль правильного харчування в зміцненні і підтримці здоров'я незаперечна. У сучасному світі з кожним роком кількість людей, які з різних мотивів відмовляються від м'ясної їжі, стрімко зростає. Сучасній технології харчування слід приділити увагу виробництву харчової продукції для цієї ланки населення.

Тому, **метою дослідження** є розробка страв з рослинними порошками, які містять достатньо білку, що забезпечить фізіологічні потреби в харчових інгредієнтах в організмі людей, які дотримуються вегетаріанського харчування. Нові страви дозволяють попередити нестачу білків і інших нутрієнтів в організмі вегетаріанців, дозволяють розширити асортимент десертної продукції для вегетаріанського харчування. Враховуючи чисельність рослинної продукції багатой на білки, можливість їхнього концентрування висушуванням та застосування у вигляді порошків і пудр, вирішено провести удосконалення традиційних технологій страв, для адаптування їх для вегетаріанського харчування.

РОЗДІЛ 1

Аналітичний огляд літератури

Кваліфікаційна робота магістра

Арк.