

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ПРОМИСЛОВО-ТОРГІВЕЛЬНА КОМПАНІЯ ШАВО**



SINCE **Ξ** 1822
ШАВО

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

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

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



5-6 листопада 2013 року

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

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

Б.В. Єгоров
Л.В. Капрельянц
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія, доктори
наук, професори:

А.Т. Безусов, А.І. Віват, К.Г. Іоргачова,
О.А. Нетребський, Л.М. Тележенко, М.Г. Хмельнюк,
Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно

доктор техн. наук., доцент
доктори наук, ст. наук. співр.
кандидати наук, доценти

О.Б. Ткаченко
О.О.Коваленко, Л.А. Осипова
В.О. Буданов, О.В. Дишкантюк,
М.М. Зацеркляний, С.В. Котлік,
С.М. Соц, Т.Є. Шарахматова

Технічний редактор

Т.С. Лозовська

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2013. — 273 с.

Збірник опубліковано за рішенням вченої ради від 3.09.2013 р., протокол № 1

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-x

© Одеська національна академія харчових технологій, 2013

РОЗДІЛ 2
МЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ МОЛОДІ

Зразок № 1 - яловичиною I категорії. Загальний вміст амінокислот в яловичині перевищує решту всіх зразків – 18351,4 мг на 100 г продукту. Можна відзначити високий вміст таких незамінних амінокислот, як лізин, ізолейцин і лейцин, проте, низьку концентрацію метіоніну.

Зразок № 2 – безкісткова свинина, має також достатньо високий вміст незамінних амінокислот, серед яких можна виділити високу концентрацію треоніна.

Зразок № 3 – свинячі щоки. Цей інгредієнт не повинен бути присутнім у ковбасних виробках вищого ґатунку (згідно діючим державним стандартам). Проте нерідко виробники використовують свинячі щоки для часткової заміни натурального м'яса. Амінокислотний склад свинячих щік істотно відрізняється від представлених вище зразків. Перш за все відзначимо невисокий загальний вміст амінокислот – 14162,8 мг/100 г продукту. Крім того, у свинячих щоках спостерігається низький вміст таких амінокислот, як ізолейцин і лейцин, фенілаланін, аргінін, гістидин, пролін, тирозин.

Вважаємо, що результати аналізу амінокислотного складу досліджуваних видів сировини з урахуванням аналогічних досліджень готової ковбасної продукції допоможуть розпізнати її фальсифікацію.

Науковий керівник – канд. техн. наук, доцент Сеногонова Л.І.

ШОКОЛАД І ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ

**Курчевська О. В., студентка V курсу факультету ГРТБ
Національний університет харчових технологій, м. Київ**

Люди в усьому світі полюбляють шоколад. Це не тільки смачне задоволення для багатьох, тому – що шоколад має певні переваги для здоров'я при споживанні в помірних кількостях. За даними інтернет – досліджень, німецькі вчені показали, що хто споживав шоколад мав 37 % зниження серцево – судинних захворювань і на 29 % зниження частоти інсульту в порівнянні з тими, хто вживав шоколад в незначній кількості. В одній шоколадці (40 г.) міститься більше антиоксидантів чим в келиху червоного вина. Тобто шоколад добре справляється з виведенням токсинів з організму. Він зміцнює кров'яні судини, змушує серце битися рівно та нормалізує підвищений тиск.

Шоколад також корисний для роботи мозку. Споживання невеликої кількості шматків шоколаду підвищує стійкість до стресів і покращує пам'ять. Шоколад містить антиокислювачі, що захищають мозок від старіння і хвороб. Тому студентам перед іспитами рекомендується з'їсти шоколад.

Шоколад дає енергію та бориться з депресією. Він містить кофеїн та теобромін, що стимулюють викид енергії організмом. У зернах какао міститься речовина фенілетиламін, що сприяє активній продуктивності організму людини ендорфінів. Крім цього в шоколаді високий зміст магнію, що робить нервову систему більш стійкою. Шоколад особливо корисний студентам при поганому настрої та депресіях.

Шоколад дуже корисний для ясен і зубів. Адже в ньому містяться масла, що покривають зубну емаль і це призводить до запобігання розвитку бактерій.

За допомогою шоколаду можливо схуднути. Дослідження, проведене в Університеті Каліфорнії показало, що після вживання шоколаду покращується метаболізм. Дослідники виявили, що дорослі, які споживали шоколад часто мали нижчий індекс

маси тіла, ніж ті, хто не вживав. Зараз на основі шоколаду роблять шампуні і маски для волосся, маски та скраби для обличчя і тіла, а також шоколадні масажі.

Широке застосування отримали маски для обличчя, приготовані на основі шоколадного порошку, в який додають фрукти, водорості, глину, або інші корисні для шкіри речовини. Шкіра зволожується і насичується корисними речовинами. Такі маски сприяють зменшенню вугрів і пігментних плям, добре розгладжують мімічні зморшки. Маски для тіла на основі шоколаду сприяють спалюванню підшкірних жирів, а також зменшенню целюліту, збільшується регенерація клітин і прискорюється обмін речовин.

Останнім часом в косметичних салонах все більшу популярність завойовує шоколадне обгортання, при якому все тіло покривається шоколадною маскою і тонкою плівкою, для того, щоб підняти температуру і не дати шоколаду швидко висохнути. Завдяки цій процедурі через 30 хвилин шкіра стає пружною та підтягнутою.

На сьогоднішній день великою популярністю користується Львівська майстерня шоколаду. Всі шоколадні вироби готуються просто у стінах цього закладу зі справжнього бельгійського шоколаду без домішок. Він надходить у майстерню із самої Бельгії, у вигляді млинчиків, що називаються дробсами.

Науковий керівник – канд. економ. наук, доцент Литвиненко Т. Є.

ФУНКЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ, ЯК ОДИН ІЗ АСПЕКТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

**Осіпенко А.С., лікар-інтерн
Одеський національний медичний університет, м. Одеса**

Незважаючи на поліпшення умов життя людини, завдяки розвитку цивілізації, рівень здоров'я населення України, як і в усьому світі залишає бажати кращого. Рівень здоров'я населення залежить від багатьох умов. Одне із перших місць серед несприятливих умов життя сучасної людини, належить нераціональному харчуванню та гіподинамії, які стали поширенням передчасного старіння організму і виникненням різних захворювань, предпатологічних станів. Раціон сучасної людини має в середньому достатню енергетичну цінність, але не забезпечує рекомендовані фізіологічні норми вітамінів, мінеральних речовин, органічних кислот, харчових волокон.

Одним із шляхів вирішення проблеми повноцінного харчування стала спроба використання продуктів функціонального харчування. Функціональні продукти харчування справляють істотний вплив на функції організму або його окремих органів і систем: підтримання імунітету, нормалізацію обміну речовин, боротьбу з ожирінням і відновленням ваги, запобігання багатьох хронічних захворювань, відновлення працездатності організму людини. В багатьох країнах світу тривалий час активно розвивається виробництво і застосування функціонального харчування. В Україні тільки недавно почалося вітчизняне виготовлення продуктів функціонального харчування.

Одними із продуктів функціонального харчування вітчизняного виробництва є продукти марки "DITAL" (Київ). Продукти функціонального харчування можуть використовувати спортсмени професіонали, які займаються різними видами спорту, а також всі ті, хто займається оздоровчою фізкультурою і фітнесом, веде активний спосіб життя, контролює свою масу тіла і піклується про стан свого здоров'я. Вибір продуктів

ШОКОЛАД И ЕГО РОЛЬ В ПИТАНИИ ЧЕЛОВЕКА Мурзина Н.Р.....	71
СОЛОДКА ПРОДУКЦІЯ ОЗДОРОВЧОГО СПОЖИВАННЯ Щирська О.В., Гасюк М.В.....	72
ПЕКТИНИ ТА ПЕКТИНОВМІСНА СИРОВИНА ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ІМУННОГО СТАТУСУ ЛЮДИНИ ШЛЯХОМ ВІДНОВЛЕННЯ КИШКОВОЇ МІКРОФЛОРИ Довгополова О.О.....	73
РОЛЬ ПЕКТИНОВМІСНИХ СОЛОДКИХ СТРАВ У ХАРЧУВАННІ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ Федірко А.О.....	74
АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ Тюшляєва А.Ю.....	75
ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ В УКРАЇНІ Атанасова В.В., Кушнір Н.А., Куш А.П.....	76
ВИЗНАЧЕННЯ ФАЛЬСИФІКАЦІЇ КОВБАСНИХ ВИРОБІВ З ПОГЛЯДУ ЇХ БЕЗПЕЧНОСТІ Лопаткін І.І., Сізов О.О., Тьосов С.С., Кузьменко Д.Ю.....	77
ШОКОЛАД І ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ Курчевська О.В.....	78
ФУНКЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ, ЯК ОДИН ІЗ АСПЕКТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ Осіпенко А.С.....	79
РОЗДІЛ 3 – ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ЛІКУВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧОГО НАПРЯМКУ	
ДОСЛІДЖЕННЯ ДИКОРΟΣЛИХ РОСЛИН ЯК ПЕКТИНОВМІСНОЇ СИРОВИНИ Жалінський В.В.....	82
ПУТИ ОПТИМІЗАЦІЇ КОРМЛЕННЯ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЇ ПТИЦЬ Малаки І.С.....	83
ХАРАКТЕРИСТИКА ХІМІЧНОГО СКЛАДУ ГОЛОЗЕРНОГО ВІВСА Соц С.М., Кустов І.О.....	84
ЗБАГАЧЕННЯ МАКАРОННИХ ВИРОБІВ ЧОРНИЦЕЮ Струк Ю.....	85
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЯЧМЕННОЙ МУКИ ДЛЯ СОЗДАНИЯ СДОБНОГО ПЕЧЕНЬЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ Щербакова Е.А.....	86
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ НЕТРАДИЦИОННОГО СЫРЬЯ НА КАЧЕСТВО ХЛЕБОБУЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ НА ОСНОВЕ СУХИХ КОМПОЗИТНЫХ СМЕСЕЙ Самуйленко Т.Д., Голянцева М.А.....	87

Наукове видання

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді»
5-6 листопада 2013 року

Головний редактор, д-р техн. наук, проф. Б.В. Єгоров
Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф. Л.В. Капрельянц
канд. техн. наук, доц. О.М. Кананихіна
Технічний редактор Т.С. Лозовська

Підписано до друку 03.09.2013 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.
Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848