

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ



МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА
КОНФЕРЕНЦІЯ

„ОЗДОРОВЧІ ХАРЧОВІ ПРОДУКТИ ТА ДІЄТИЧНІ
ДОБАВКИ: ТЕХНОЛОГІЇ, ЯКІСТЬ ТА БЕЗПЕКА”

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

7 листопада 2024 р.

КИЇВ НУХТ 2024

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| Секція 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ НАУКОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ | |
| <i>Маслійчук О., Кончак О.</i> Інноваційні технології оздоровчих напоїв у харчуванні спортсменів | 8 |
| <i>Stetsenko N., Medvedyuk I.</i> Improvement of the technology of children's canned goods For health purposes with a combined composition | 9 |
| Секція 2. НУТРИЦІОЛОГІЧНЕ КОРЕГУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА ХВОРОБ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ | |
| <i>Сімахіна Г., Камінська С.</i> Нові підходи у нутриціології до формування харчових раціонів | 12 |
| <i>Бондар А., Боярський Б., Литвинов Г.</i> Принципи створення і використання підсистеми штучного інтелекту для клітинної нутриціології | 14 |
| <i>Стеценко Н.</i> Функціональні харчові продукти та інгредієнти для подолання наслідків стресу у населення країни в умовах військового стану | 17 |
| <i>Лисюк Р., Раух А.</i> Розробка різних типів продуктів функціонального призначення з вітамінною активністю на основі рослинних субстанцій | 19 |
| <i>Базиліук М., Бажай-Жежерун С.</i> Хліб на основі лляного борошна для дієтичного харчування | 21 |
| <i>Лопатинська О.</i> Обґрунтування принципів раціонального харчування хворих при антибіотикотерапії | 23 |
| Секція 3. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ. | |
| <i>Антіпіна О., Озоліна С., Губська Ю.</i> Крем-сир з додаванням топінамбуру | 26 |
| <i>Борук С.</i> Проведення заміни пшеничного борошна на рисове та кукурудзяне у кондитерських виробках | 28 |
| <i>Калайда К., Гайдай І.</i> Удосконалення рецептурної композиції зефіру зниженої калорійності | 30 |
| <i>Shlapak H., Synytsia O., Reus O.</i> Prospects for the use of vegetable raw materials in meat products | 32 |
| <i>Білик О., Березницька В., Білохатнюк В.</i> Картопляна клітковина ефективний збагачувач здобних виробів харчовими волокнами | 34 |
| <i>Гезь Я., Климова В.</i> Виробництво печива з використанням чорничної і смородинової клітковини | 37 |
| <i>Герасименко В., Красінько В.</i> Використання грибів для створення оздоровчих продуктів на основі мікопротеїну | 39 |
| <i>Юрова Т., Угляр Б.</i> Застосування гарбузового пюре при виробництві хлібу оздоровчого призначення | 41 |
| <i>Козлова Я., Гойко І.</i> Фірма «Фавор» лідер молочної продукції в Україні | 43 |

| | |
|--|----|
| <i>Олійник Д.</i> Розвиток молочного сектора в Україні в контексті інтеграції в міжнародну торгівлю та економічного зростання: кейс Україна – Швейцарія, | 45 |
| <i>Грабовська О., Вітряк О., Литвинов А., Бельмас А.</i> Веганський майонез з використанням концентрату протеїну кінських бобів | 47 |
| <i>Побрусило М., Івчук Н.</i> Вплив зернової безглютенової сировини на реологічні властивості тіста для здобного печива | 49 |
| <i>Кузьменко Р., Павлюченко О.</i> Асортимент та організація виробництва салатних заправок на основі купажованих рослинних олій для закладів ресторанного господарства | 51 |
| Секція 4. НЕТРАДИЦІЙНІ РЕСУРСИ (РОСЛИННОГО І ТВАРИННОГО ПОХОДЖЕННЯ) У ВИРОБНИЦТВІ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ. | |
| <i>Воробець М., Кобаса І., Ткачук О.</i> Листя буряка столового як альтернатива норі | 53 |
| <i>Сема О., Сачко А., Аксьонова О., Губський С.</i> Застосування барбарису (<i>Berberis vulgaris L.</i>) у виробництві карамелі | 55 |
| <i>Следь К., Туз Н.</i> Впровадження органічних інгредієнтів у хлібобулочні вироби для покращення споживчої цінності | 58 |
| <i>Сімахіна Г., Созонюк Б.</i> Переваги комплексного перероблення рослинної сировини | 60 |
| <i>Бажай-Жежерун С., Шорнікова М., Рахметов Д.</i> Антиоксидантна активність бульб смикавцю істівного (<i>Cyperus esculentus L.</i>) | 61 |
| <i>Synytsia O., Shlapak H., Mishyna M.</i> Use of hemp seed oil in the composition of minced cooked sausages | 64 |
| <i>Кушнеренко Х., Кушнеренко А., Дійчук І., Дійчук В.</i> Розробка функціонального продукту, збагаченого мінералами | 66 |
| <i>Маслійчук О., Іванішин Р.</i> Технологія розробки м'ясних посічених страв з використанням нетрадиційної сировини | 68 |
| <i>Сабодош Г., Храпцева І.</i> Перспективи використання дикорослих рослинних ресурсів у виробництві харчових продуктів оздоровчого призначення | 70 |
| <i>Фокша Д., Павлюченко О.</i> Топінамбур та батат як перспективна сировина продукції ресторанного господарства | 73 |
| <i>Благополучна А.</i> Використання нетрадиційних ресурсів рослинного походження у виробництві оздоровчих харчових продуктів | 75 |
| <i>Воробець Н.</i> Використання проростків соняшника у якості спеціальних харчових продуктів – вміст пігментів | 77 |
| <i>Радченко А., Шокотько Н.</i> Технологія майонезу з рослинними заміниками яєць | 79 |
| <i>Дущак О., Кіях Є.</i> Створення нових снєкових виробів із використанням томатної сировини | 81 |
| Секція 5. ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМИ КОМПЛЕКСНОЇ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ. | |
| <i>Сімахіна Г., Михайлова Р., Зімірьов О.</i> Здорове харчування – основа співпраці кафедри та ТОВ «Фірма «Фавор» | 83 |
| <i>Акіншина О.</i> Оздоровче харчування у системі реабілітації онкохворих | 85 |
| <i>Науменко Н.</i> Яблуко як фольклорний і поетичний образ України | 87 |

| | |
|---|-----|
| <i>Баишта А.</i> Оцінка стану харчування студентської молоді в сучасних умовах | 89 |
| <i>Бажай-Жежерун С., Шевцова К.</i> Стародавні українські страви, як складова оздоровчого харчового раціону | 91 |
| <i>Резнік А.</i> Психологічні аспекти формування здорових харчових звичок в українській сім'ї | 93 |
| <i>Романовська Т.</i> Есенціальні жирні кислоти в оздоровчих харчових продуктах | 95 |
| <i>Водяничук Ю.</i> Зміцнення здоров'я населення України - пріоритетне завдання сьогодення | 96 |
| <i>Науменко І.</i> Формування здорового способу життя молоді | 98 |
| <i>Шапіренко Д., Силка І.</i> Мусові десерти на основі грецького йогурту як тренд оздоровчого харчування | 100 |
| <i>Бажай-Жежерун С., Воропай К.</i> Використання бобових культур в оздоровчому харчуванні | 101 |
| <i>Склярєнко О.</i> Борщ як складова традиційної культури українців | 103 |
| <i>Борисова Е., Науменко Н.</i> Базова страва ідлі для врівноваження вата доші | 105 |
| <i>Шуба Є.</i> Валеологічні аспекти стресу та стресостійкості | 107 |
| <i>Благополучна А.</i> Особливості застосування натуральних харчових добавок у ресторанному господарстві | 108 |
| <i>Слепко А., Христюк О.</i> Здорове харчування як фактор психічного здоров'я | 110 |
| <i>Бажай-Жежерун С., Береза-Кіндзерська Л., Романенко О.</i> Зниження споживання натрію – шлях до поліпшення стану здоров'я населення | 112 |
| <i>Vazilyuk M., Kaminska S.</i> Analysis of dietary fiber content in healthy products for patients with chronic pancreatitis | 115 |
| <i>Федоренко Т.</i> Основні тенденції та перспективи виробництва продукції для лікувального харчування дітей | 116 |
| Секція 6. ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ ДЛЯ РАЦІОНІВ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ. | |
| <i>Маслійчук О., Сімахіна Г., Булботка Н.</i> Розробка дегідратованих продуктів із додаванням білкового збагачувача для харчування військовослужбовців В екстремальних умовах | 119 |
| <i>Havryliuk O., Goyko I., Sherstiuk N.,</i> Study of the chemical composition of berry powder for the production of instant drinks for military use | 121 |
| <i>Бондар Г., Красінько В.</i> Перспективи використання дріжджів, збагачених залізом, у оздоровчому харчуванні військовослужбовців | 123 |
| <i>Шерганов В.</i> Оздоровче харчування для раціонів та реабілітації військовослужбовців | 125 |
| <i>Богдан О., Стукальська Н.</i> Пектиновмісні продукти як засіб для оздоровлення військових | 127 |

| Секція 7. КРАФТОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ | |
|--|-----|
| <i>Красний Д., Салєба Л.</i> Крафтові технології виробництва хлібобулочних виробів | 129 |
| <i>Вокіі У.</i> Zastosowanie grzybów w kuchni polskiej | 131 |
| <i>Благополучна А.</i> Технологія крафтового виробництва оздоровчих харчових продуктів | 134 |
| <i>Фастаковський Д., Неміріч О., Силка І.</i> Сучасні технологічні підходи теплової обробки у технології продукції ресторанного господарства | 136 |
| Секція 8. ЕКОБЕЗПЕКА ТЕХНОЛОГІЙ ТА ПАКУВАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ У ВИРОБНИЦТВІ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ. | |
| <i>Шульга О., Шульга С.</i> CARVER+Shock – методологія, що забезпечує реалізацію системи ТАССР для операторів ринку харчових продуктів | 137 |
| <i>Благополучна А.</i> Безпечні пакувальні матеріали у виробництві оздоровчих харчових продуктів | 139 |
| <i>Воробець Н., Зазуляк Т.</i> Вміст свинцю, кадмію і нікелю у проростках соняшника за вищивання на надлишкових їх кількостях у субстраті | 141 |
| <i>Юхно В., Соловей І.</i> Використання рослинної сировини у технології напоїв на основі молочної сироватки | 143 |
| <i>Ткач В., Кушнір М., Морозова Т., М. Жуау Монтейру, Ізабел О'Ніл де Маскареньяш Гайвау, Іванушко Я., Адріано О. да Сілва, Луканьова С., Ягодинець П., Жолт О. Кормош, Луганська О., Гарсія Ж.Р., Жозе Інасіу Феррау да Пайва Мартіни, Акинай Ю., Каракочун Н., Тюркменоглу М.</i> Теоретико-експериментальний опис електрохімічного визначення ергостеролу у грибних продуктах та спецхарчуванні | 146 |
| <i>Вознюк С., Коваль О., Ющенко Н.</i> Аналіз ризиків і критичних контрольних точок у виробництві тістечок підвищеної біологічної цінності за допомогою системи НАССР | 148 |
| <i>Кравченко А., Ющенко Н., Фролова Н.</i> Аналіз небезпечних чинників на етапі зберігання сировини для виготовлення яблучного джему в закладі ресторанного господарства | 150 |
| Секція 9. ТЕХНОЛОГІЇ НАТУРАЛЬНИХ ДІЄТИЧНИХ ДОБАВОК: ВЕКТОРИ РОЗВИТКУ. | |
| <i>Kaminska S.</i> Comparison of the Concept of Superfood in Ukraine and Japan | 152 |
| <i>Смоляр В., Карнович І., Крапивницька І.</i> Отримання бурякового пектину медичного призначення | 154 |
| <i>Маркін Д., Стукальська Н.</i> Ефективність використання дієтичних харчових добавок у виробництві продуктів харчування | 155 |
| <i>Муллер Ю., Крапивницька І., Омельчук Є.</i> Морквяний пектиновий екстракт – дієтична добавка у створенні функціональних продуктів | 157 |

ОЦІНКА СТАНУ ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Алла Башта

Національний університет харчових технологій, м.Київ, Україна

Забезпечення оптимального стану харчування населення є однією з актуальних проблем, оскільки саме харчування виступає важливим чинником, від якого значною мірою залежить формування здоров'я нації. В Україні проблема раціонального харчування набуває особливої гостроти у зв'язку із зниженням рівня життя населення, несприятливими екологічними умовами, постійними дистресовими станами, що неухильно зростають через воєнні дії в нашій країні.

Раціональне харчування є фундаментом профілактики та зниження ризику розвитку багатьох хронічних неінфекційних захворювань. Організація та доступність якісного харчування молоді в сучасних умовах воєнного стану є важливою проблемою, оскільки спрямування зусиль щодо профілактики неінфекційних захворювань серед молоді – це інвестиція в потенціал майбутнього здоров'я нації.

Крім того за попередніми нашими дослідженнями [1] було виявлено недостатнє щоденне споживання основних груп харчових продуктів: овочевих та плодово-ягідних культур, м'яса та риби. Так, у щоденному раціоні студентської молоді овочі та фрукти присутні трішки більше, ніж у половини опитаних (60,4% та 52% відповідно), м'ясо у 63,1% опитаних здобувачів НУХТ. А рибу у свій раціон на рекомендованому рівні 2-3 рази на тиждень включають лише 23,5 % опитаних.

Тому метою нашого дослідження стало вивчення фактичного стану харчування студентської молоді в сучасних умовах, а головним завданням – формування у здобувачів знань та навичок щодо оцінки вмісту та збалансованості нутрієнтів у харчовому раціоні.

Дослідження проводилися протягом 2024 року в Національному університеті харчових технологій (НУХТ) у рамках вивчення дисципліни "Фізіологія харчування". У дослідженні взяли участь 96 здобувачів НУХТ віком від 17 до 22 років. Для вивчення фактичного харчування студентів використовували загальноприйнятий анкетно-опитувальний метод реєстрації споживання їжі протягом одного тижня. За даними анкетування, отримані фактичні добові раціони обчислювали на вміст поживних речовин і енергетичну цінність з використанням відповідних таблиць (хімічного складу харчових продуктів, втрат продуктів

при холодній обробці, втрат харчових речовин при теплової обробці). Отримані дані співвідносили з фізіологічними потребами в енергії та харчових речовинах відповідно до віку і статі студентів. Отримані результати оцінювались за допомогою загальноприйнятих методів статистики.

Аналіз фактичного харчування здобувачів НУХТ виявив, що в понад 35,9% студентів добова енергетична цінність є недостатньою, а в 18,2 % випадків спостерігається її надлишок на фоні нераціонального розподілу раціону протягом дня.

За результатами дослідження встановлено, що 55,7 % опитаних снідають, ще 29,8 % по-різному (інколи снідають), а в 14,5% студентів сніданок відсутній. Обідають та вечеряють 60,3 % і 66,4 % здобувачів відповідно. Решта опитуваних відповіли, що складається по-різному або вживають їжу 2 рази на день.

Визначення вмісту макронутрієнтів у фактичних середньодобових раціонах свідчив про надлишок у споживанні жирів у здобувачів освіти жіночої статі та здобувачів освіти чоловічої статі на 23,5 % та 21,7 % . Виявлено значний дефіцит вуглеводів у харчовому раціоні здобувачів на 29 % та 31,3 % відповідно. При цьому вміст клітковини задовольняє добову потребу лише на 36,8% у здобувачів освіти жіночої статі та на 44% у здобувачів освіти чоловічої статі. Також виявлено споживання білків у здобувачів чоловічої статі на 13,6% нижче від рекомендованого. Зазначені особливості фактичного харчування студентів призводять до дисбалансу основних нутрієнтів: співвідношення вмісту білків, жирів та вуглеводів становить у середньому 1:1,3:3,4.

На жаль, аналіз харчування здобувачів показав, що харчування студентської молоді незбалансоване. Зважаючи на те, що раціональне харчування є запорукою збереження здоров'я, особливу увагу необхідно приділити формуванню у студентської молоді навичок і знань, необхідних для підтримки збалансованого здорового харчування.

Література

Башта А.О., Стеценко Н.О., Бажай-Жежерун С.А. Дослідження особливостей харчування студентської молоді і рівня її усвідомлення факторів ризику хронічних неінфекційних захворювань // *Наукові праці НУХТ*. 2023. 29(4), С. 148-161.