

**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

<b>Секція 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ НАУКОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ</b>	
<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
<b>Секція 2. НУТРИЦІОЛОГІЧНЕ КОРЕГУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА ХВОРОБ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ</b>	
<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
<b>Секція 3. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ.</b>	
<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 виробах	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

## **Секція 2. НУТРИЦІОЛОГІЧНЕ КОРЕГУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА ХВОРОБ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ**

УДК 663/664

### **НОВІ ПІДХОДИ У НУТРИЦІОЛОГІЇ ДО ФОРМУВАННЯ ХАРЧОВИХ РАЦІОНІВ**

**Галина Сімахіна, Світлана Камінська**

*Національний університет харчових технологій, Київ, Україна*

На IV Міжнародній конференції «Здорове харчування від дитинства до довголіття», яка відбулася 24-25 жовтня 2024 року, заслухано ряд доповідей, котрі характеризують стан і перспективи розвитку в Україні індустрії здорового харчування та одного з її основних напрямів – нутриціології. Нові підходи у розвитку цієї науки є тією основою, на якій ґрунтується розроблення оздоровчих харчових продуктів та формування комбінованих раціонів, що включають традиційні харчові продукти, оздоровчі продукти та дієтичні добавки. З одного боку, у доповідях підкреслювалась недосконалість харчових раціонів українців в екстремальних умовах життя, а з другого – продемонстровано готовність наукової спільноти медиків, технологів-харчовиків та виробників продукції різних галузей харчової промисловості успішно вирішити проблеми забезпечення наших громадян харчуванням, яке відповідає основним принципам ХХІ століття – якість, безпека, ефективність [1].

Міжнародний та вітчизняний досвід показує, що у відновленні порушених функцій організму ключова роль належить збалансованому оздоровчому харчуванню, оскільки доказова медицина показала нерозривний зв'язок між харчуванням і станом здоров'я людини. Досвід, накопичений у нутриціології, дієтології, клінічних апробаціях харчових продуктів однозначно свідчить про те, що біокомпоненти їжі контролюють різні функції в організмі людини, позитивно впливаючи на нормалізацію стану здоров'я і запобігаючи виникненню аліментарних хвороб. Статистично найбільш значущим в оцінці стану здоров'я є комплексний показник – спосіб життя, який на 50% визначає наше здоров'я. Харчування є основним складником цього показника, майже на 80%. З'являється також дедалі більше наукових фактів щодо того, наскільки важливими є харчові уподобання людини з точки зору зміцнення здоров'я, запобігання хворобам і подовження життя.

Необхідність забезпечення населення України збалансованим за основними біокомпонентами харчуванням, конче необхідним в екстремальних умовах життєдіяльності,

потребує нових підходів до вирішення цього надзвичайно важливого завдання. Про це свідчить хоча б той факт, що саме завдяки біологічно активним речовинам, якими збагачують традиційні харчові середовища, спожита їжа встановлює гармонію між нутрієнтами та гомеостазом організму людини. І це є надзвичайно важливим чинником, бо, наприклад, східна медицина переконана в тому, що всі хвороби викликані внутрішнім дисбалансом, а здоровий раціон, котрий містить усі необхідні біокомпоненти, спроможний його подолати.

Американський науковець, доктор медицини Дьюк Джонсон процес розуміння кожною людиною необхідності змінити спосіб життя, харчові уподобання, спрямовані на поліпшення стану здоров'я, на подовження тривалості активного довголіття називає революцією оптимального здоров'я [2]. І саме цей учений одним із перших звернув увагу на дієтичні добавки як надзвичайно важливу частину стратегії досягнення оптимального здоров'я.

Слід відзначити позитивні ефекти комбінованого раціону, сутність якого полягає в тому, що для оздоровчих продуктів введено поняття «ефективність» – це узагальнений показник, який характеризує властивості таких продуктів за наступними критеріями [3]: збереження і поліпшення стану здоров'я споживачів при постійному вживанні оздоровчих продуктів; зниження ризику аліментарних хвороб; запобігання дефіциту основних біологічно активних речовин; стійкий позитивний ефект як у профілактиці хвороб, так і їх лікуванні. Завдяки таким особливостям оздоровчих продуктів їх включення до складу щоденного раціону споживачів є обґрунтованим і доцільним. З точки зору сучасних знань нутриціології та нутригеноміки, при дієтологічних рекомендаціях щодо використання тих чи тих комбінованих раціонів необхідно враховувати також чинники, які впливають на харчову поведінку споживачів незалежно від умов довкілля. На думку науковців [4], знання харчових стереотипів людини допоможе дієтологам успішно впоратись з розладами травлення у пацієнтів, підібрати раціон, який найбільш адекватний потребам у кожному конкретному випадку і найбільш ефективний в екстремальних умовах життєдіяльності.

Комбінований харчовий раціон за рахунок біокомпонентів, що входять до його складу, значно розширює (порівняно зі споживанням винятково традиційних продуктів) функціональні можливості харчування, що урізноманітнює позитивний його вплив на організм людини в будь-яких умовах життєдіяльності.

### **Література**

1. Сімахіна Г.О., Науменко Н.В., Михайлова Р.В. Концептуальні засади формування комбінованого харчового раціону для екстремальних умов життєдіяльності. *Наукові праці НУХТ*. 2024. Т. 30, №3.

2. Johnson, D. *The Optimal Health Revolution*. Manjul Publishing House, 2009.

3. Cena, H., Calder, P.C. Defining a Healthy Diet: Evidence for the Role of Contemporary Dietary Patterns in Health and Disease. *Nutrients*. 2020. Vol. 12, issue 2. P. 334–344.

4. Абсямова Л.М. Психологічний аналіз факторів, які впливають на харчову поведінку людини. *Psychological Journal*. 2018. №6 (16). С. 9–23.