

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ



XII МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА
КОНФЕРЕНЦІЯ

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

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

12 листопада 2025 р.

КИЇВ НУХТ 2025

ЗМІСТ

Секція 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ НАУКОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ

<i>Г. Сімахіна, О. Зімірьов</i>	11
Основні сегменти виробництва оздоровчих продуктів в Україні	
<i>С. Борук, А. Доцяк</i>	13
Реологічні властивості водних дисперсних систем на основі борошна	
<i>В. Махинько, І. Шрамко</i>	15
Технологічне і розрахункове моделювання як інструменти формування якості оздоровчих продуктів	

Секція 2. НУТРИЦІОЛОГІЧНЕ КОРЕГУВАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКА ХВОРОБ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

<i>Л. Kaprelyants, О. Вілюк</i>	18
Cereal functional foods for prevention of non-communicable diseases	
<i>Н. Науменко, А. Пустовойт, А. Свирид</i>	20
Роль пребіотиків і пробіотиків у нутриціологічному корегуванні мікробіоти кишечника та профілактиці метаболічних розладів	
<i>С. Майкова, О. Ромаха</i>	22
Розроблення м'ясних напівфабрикатів з профілактичними властивостями	
<i>В. Шепель, М. Рацук</i>	25
Приготування затяжного печива з рослинними волокнами	
<i>С. Бажсай-Жежерун, К. Маланчук</i>	27
Композиції фіточаїв оздоровчої дії	
<i>Н. Науменко, А. Пустовойт, А. Свирид</i>	29
Заміна натрієвих солей на калієві як ефективний напрям нутриціологічної профілактики серцево-судинних захворювань	
<i>Т. Левківська, С. Гольдман, О. Жерибор</i>	31
Олія з насіння чіа: фізіологічна цінність та рекомендації щодо застосування	

Секція 3. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ТЕХНОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРОБНИЦТВА ОЗДОРОВЧИХ ПРОДУКТІВ

<i>Я. Гезь</i>	34
Використання борошна з червоної сочевиці і порошку асаї у технології виробництва печива	
<i>Т. Юрова, А. Соценко</i>	37
Купажовані соки підвищеної біологічної цінності	
<i>О. Михайлова, М. Ломберг, Н. Поєдинок</i>	39
Нові біотехнологічні підходи до оптимізації ліпідного складу їстівного макроміцета <i>Pleurotus eryngii</i>	
<i>Г. Сімахіна, Д. Олійник</i>	41
«Кольорові» булочки у секторі нових хлібобулочних виробів	
<i>Г. Бондар, О. Пархомова, В. Красінько</i>	43

КОМПОЗИЦІЇ ФІТОЧАЇВ ОЗДОРОВЧОЇ ДІЇ

Світлана Бажай-Жежерун, Костянтин Маланчук

Національний університет харчових технологій,

м. Київ, Україна

Фіточаї, напої які здійснюють беззаперечну користь для здоров'я, мають довгу історію щодо використання у різних країнах світу. Фіточаї вживають для тамування спраги, оздоровлення, підвищення вмісту вітамінів у організмі, нормалізації діяльності серцево-судинної, сечовивідної, гепатобіліарної, травної, нервової систем організму, для поліпшення адаптаційної і антиоксидантної здатностей, для загального покращення самопочуття.

Фіточаї містять діючі та супутні біологічно активні речовини: фенольні сполуки, терпеноїди, ефірні олії, алкалоїди, органічні кислоти, полісахариди, іридоїди, антраценпохідні, глікозиди. Феноли та флавоноїди є основними активними компонентами трав'яних чаїв: лютеолін, рутин, кемпферол, кверцетин, мірицетин, дигідромірицетин та апігенін є важливими діючими сполуками ряду рослин України. Ці речовини мають потужні фізіологічні ефекти для людського організму, у тому числі вітамінну, антиоксидантну, седативну, противиразкову дію.

Для отримання фітокомпозицій оздоровчого спрямування використано лікарську та харчову рослинну сировину, яка має цілющу дію: м'ята перцева (*Mentha piperita* L.), малина звичайна (*Rubus idaeus*), меліса (*Melissa officinalis* L.), полин-естрагон (*Artemisia dracunculus* L., *Oligosporus dracunculus* (L.)), груша (*Pyrus* L.), парило звичайне (*Agriemonia eupatoria*), смородина чорна (*Ribes nigrum* L.), (табл.1).

Таблиця 1.

Основні функціональні властивості рослинних компонентів фіточаїв*.

Рослинна сировина	Основні біологічно активні сполуки	Основні функціональні властивості
М'ята перцева (<i>Mentha piperita</i> L.),	Ефірна олія 0,2 – 4,1 %, гіркоти, кофейна хлорогенова кислоти, флавоноїди, вітамін С, каротиноїди, рутин.	Підвищує апетит, стимулює травлення, має спазмолітичну, тонізуючу, освіжаючу, заспокоюючу, знеболюючу дію
Малина звичайна (<i>Rubus idaeus</i> L.),	Вітамін С понад 260 мг%, містить каротиноїди, антоціани, пектинові речовини, мінеральні солі, слизи.	Антисклеротична, протизапальна жарознижувальна дія, є високовітамінним засобом
Меліса (<i>Melissa officinalis</i> L.),	Ефірна олія, вітамін С -150 мг%, каротин -7 мг%; органічні кислоти	Седативна, спазмолітична, гіпотензивна, знеболювальна, протимікробна, потогінна дія.
Полин-естрагон (<i>Artemisia dracunculus</i> L., <i>Oligosporus dracunculus</i> (L.)),	Ефірна олія, каротиноїди, аскорбінова кислота, гіркоти, дубильні речовини, фенольні сполуки.	Стимулює секрецію шлункового соку та жовчі, покращує апетит і травлення, має загально-зміцнювальний ефект, діуретичні властивості

Груша (<i>Pyrus</i> L.) листки, плоди	Вітаміни: Е - 0,41–0,1 мг, С, Р, групм В, РР, Н. Цукри (6,1–9,2%), полісахариди: геміцелюлоза (0,2%), клітковина (0,6%), крохмаль (0,5%), пектин (3,5–4%), органічні кислоти (0,3%), фенольні сполуки (3,3%), дубильні речовини (0,15–0,29%).	Сечогінна, антибактеріальна, тонізуюча дія. Екстракт із листя виявляє виражену протизапальну та протимікробну дію, знімає напруження, покращує настрій.
Парило звичайне (<i>Agrimonia eupatoria</i>),	Вітаміни: РР, токоферол, групи В, хлдин, фенолкарбонові кислоти; органічні кислоти: (2,77%), флавоноїди (до 2%: кверцетин, кемпферол, рутин, лютеолін), полісахариди (19,5%), цукри, кремнієва кислота	В'язучі та сечогінні властивості, збуджує апетит і рефлекторно посилює секрецію травних залоз, сприяє нормалізації обміну речовин, виявляє кровоспинні властивості.
Смородина чорна (<i>Ribes nigrum</i> L.),	Вітамін С (до 697 мг%), вітаміни В ₁ , В ₂ , В ₆ , В _с , Е, К; каротиноїди; вуглеводи глюкоза, фруктоза; полісахариди), органічні кислоти (до 10%);	Підвищує імунітет; сечогінні, потогінні, антимікробні, капіляррозміцнювальні, протиалергічні, в'язучі, тонізуючі властивості.

На підставі джерела 1.

З урахуванням основних фізіологічних ефектів біологічно активних сполук рослинної сировини, за допомогою органолептичного аналізу ми розробили рецептури фіточаїв оздоровчого призначення: «Апетитний» - для підвищення апетиту, «Вітамінний» - вітамінної дії; «Здоров'я» - загально-зміцнювальної дії.

До складу фіточаю оздоровчого призначення: «Апетитний» було включено листки груші, м'яти перцевої, смородини чорної, париля звичайного, полину естрагону. Композиція фіточаю «Вітамінний» містить листки та плоди груші, листки м'яти перцевої, смородини чорної, малини звичайної, меліси, париля звичайного. До складу фіточаю: загально-зміцнювальної дії «Здоров'я» включено листки та плоди груші, м'яти перцевої, меліси, малини звичайної, смородини чорної, полину естрагону.

Для приготування оздоровчих фіточаїв, 10 - 15 г (1 столова ложка) подрібненої сировини необхідно залити гарячою водою (температура 80 – 90 °С), у кількості 150 – 200 мл., і настояти від 15 до 45 хв у закритій ємкості.

Досліджено органолептичні показники отриманих зразків фіточаїв. Напої мають прийнятні показники, зокрема приємний аромат, трав'янистий з відчутним відтінком м'яти, меліси та полину-естрагону, коричнево-золотистий колір, гармонійний смак. Розроблені фітокомпозиції з лікарської та харчової рослинної сировини, що є джерелом біологічно активних сполук, мають оздоровчу дію на організм людини.

Література.

1. Бобкова І.А., Варлахова Л.В. Фармакогнозія підручник третє видання. Київ: ВСВ «Медицина», 2018. 504 с.