

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет економіки і менеджменту
Кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

Орленко О.В., Ярошенко Н.Ю.

«Технологія харчових продуктів функціонального призначення»

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до проведення практичних робіт і виконання контрольної роботи
денної і заочної форми навчання

для здобувачів ступеня вищої освіти магістр
галузі знань 24 Сфера обслуговування
спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа

Херсон, 2019

Орленко О.В., Ярошенко Н.Ю.

Технологія харчових продуктів функціонального призначення: методичні рекомендації до проведення практичних робіт і виконання контрольної роботи денної і заочної форми навчання для здобувачів ступеня вищої освіти магістр галузі знань 24 Сфера обслуговування спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа / О.В. Орленко – Херсон: Видавництво ХДУ, 2019. – 25 с.

Укладач: **Орленко О.В.** – доктор економічних наук, професор, завідувач кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

Ярошенко Н.Ю. – старший викладач кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

Рецензенти: **Бурак В.Г.** – кандидат технічних наук, доцент, завідувач кафедри інженерії харчового виробництва, Херсонський державний аграрний університет

Мохненко А.С. – доктор економічних наук, професор, завідувач кафедри фінансів, обліку та підприємництва, Херсонський державний університет

Обговорено на засіданні кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

Протокол № ____ від _____ 2019 р

Розглянуто на засіданні НМР факультету економіки і менеджменту

Протокол № ____ від _____ 2019 р.

Схвалено науково-методичною радою ХДУ

Протокол № ____ від _____ 2019 р.

Рекомендовано до друку Вченою радою ХДУ

Протокол № ____ від _____ 2019 р.

© Орленко О.В..., 2019
© Ярошенко Н. Ю., 2019
© ХДУ, 2019

ЗМІСТ

Вступ	4
1. Теми практичних занять	6
2. Основні вимоги до виконання та оформлення контрольної роботи	9
3. Завдання для контрольної роботи	10
4. Тестові завдання	14
5. Рекомендована література	25

Вступ

Метою проведення практичних занять з курсу «Технологія ресторанної продукції функціонального призначення» є розширення та поглиблення знань сучасного стану та перспектив розвитку нутриціології, навичок аналізу наукових джерел інформації, наукового обґрунтування використання харчових добавок, застосування методології та методів проведення наукових досліджень, формулювання теоретичних і науково-практичних підходів до проектування харчових продуктів оздоровчого призначення.

Завданнями проведення практичних занять є отримання студентами знань щодо основних принципів, законів, процесів, що використовуються при вивченні технології харчових продуктів оздоровчого призначення.

У результаті проведення практичних занять студенти повинні **знати**:

- сучасний стан і перспективи розвитку нутриціології;
- закономірності формування асортименту харчових продуктів функціонально призначення;
- наукові принципи складання харчових раціонів для окремих груп населення;
- принципи проектування нових харчових продуктів оздоровчого призначення;
- основні принципи підбору сировини, що використовують для проектування харчових продуктів оздоровчого призначення;
- технологічні процеси виробництва харчових продуктів оздоровчого призначення як цілісні технологічні системи;
- показники якості харчових продуктів оздоровчого призначення та суть методів їх визначення;
- принципи комплексної оцінки якості та конкурентоспроможності харчових продуктів оздоровчого призначення;

Після проведення практичних занять студенти повинні **вміти**:

- провести аналіз наукових джерел інформації щодо сучасного стану і перспектив розвитку нутриціології;
- дослідити закономірності формування асортименту харчових продуктів функціонально призначення, визначити перспективи його розвитку для різних контингентів споживачів;
- удосконалити існуючі та розробити нові технології харчових продуктів оздоровчого призначення на основі останніх досягнень науки і техніки;
- проектувати нові харчові продукти оздоровчого призначення із заданим хімічним складом;
- розробити технологічну схему виробництва харчових продуктів оздоровчого призначення з різним ступенем деталізації окремих складових процесу;
- визначати показники якості харчових продуктів оздоровчого призначення та суть методів їх визначення;

- дати комплексну оцінку якості та конкурентоспроможності нових харчових продуктів оздоровчого призначення.

Дисципліна враховує взаємозв'язок з такими дисциплінами, як «Технологія харчових продуктів функціонального призначення» вивчається у тісному зв'язку з такими дисциплінами, як «Основи кулінарної майстерності», «Харчова хімія», «Гігієна і санітарія в галузі», «Товарознавство», «Технологія продукції ресторанного господарства», «Організація ресторанних господарств» та ін..

Компетентності:

Дисципліна сприяє задоволенню освітніх інтересів особистості й розвитку таких компетенцій:

- здатність використовувати професійні знання й практичні навички для вирішення ситуаційних завдань в галузі; здатність використовувати новітні інформаційні технології; здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі і практичні проблеми у галузях професійної діяльності; здатність виконувати професійні обов'язки фахівця з готельної і ресторанної справи.

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

При підготовці до практичних занять студент опрацьовує навчальну літературу по темі практичного заняття, готує реферат та презентацію до виступу.

Під час практичних занять відбувається обговорення підготовлених студентами питань, розв'язок задач по заданій темі.

Практичне заняття 1.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з технологічних процесів забою та первинної переробки худоби, свиней, птиці як сировини для продуктів оздоровчого призначення

Мета заняття: опанувати особливості технологічних процесів забою та первинної переробки худоби, свиней, птиці як сировини для продуктів оздоровчого призначення.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [1,4,9].

Запитання для підготовки

1. Характеристика технології як науки.
2. Етапи розвитку технології.
3. Технологічна схема забою та переробки худоби, свиней, птиці.
4. Характеристика основних технологічних операцій забою та обробки туш.
5. Способи оглушення худоби та їх вплив на якість м'яса.
6. Клеймування та оцінка якості м'яса після забою

Практичне заняття 2.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з технології зберігання зерна, технології виробництва крупів

Мета заняття: опанувати особливості технології зберігання зерна, технології виробництва крупів.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [2, 3, 5, 8].

Запитання для підготовки

1. Режими та способи зберігання зернових мас.
2. Контроль якості зерна під час зберігання.
3. Сировина для виробництва крупів та її технологічні властивості.
4. Асортимент крупів, показники якості круп.
5. Технологія виробництва крупів

Практичне заняття 3.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з основних технологічних стадій та операцій під час виробництва хлібобулочних виробів та технологічних стадій технології кондитерських виробів.

Мета заняття: опанувати особливості технологічних стадій та операцій під час виробництва хлібобулочних виробів та технологічних стадій технології кондитерських виробів.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [1, 4, 6].

Запитання для підготовки

1. Технологічні режими виготовлення пшеничного та житнього хліба.
2. Особливості виготовлення здобних виробів, сухарів та бубличних виробів.
3. Технологічні операції під час виробництва карамелі,
4. Технологічні операції під час виробництва шоколаду
5. Технологічні операції під час виробництва цукерок.
6. Технологічні операції під час виробництва борошняних кондитерських виробів.

Практичне заняття 4.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з підготовки рослинної сировини до вилучення олії, технології майонезів та соусів.

Мета заняття: опанувати особливості технологічної підготовки рослинної сировини до вилучення олії, технології майонезів та соусів.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [2, 3, 5, 8].

Запитання для підготовки

1. Характеристика сировини.
2. Вимоги до сировини.
3. Асортимент та фізико-хімічні характеристики майонезу.
4. Класифікація майонезів, основні технологічні стадії виробництва.
5. Класифікація соусів, способи їх приготування.

Практичне заняття 5.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з методів розрахунку показників якості харчових продуктів. Загальна характеристика та нормативна база харчової промисловості.

Мета заняття: опанувати особливості методів розрахунку показників якості харчових продуктів. Загальна характеристика та нормативна база харчової промисловості.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [3, 5, 8, 9].

Запитання для підготовки

1. Ознайомлення з вимогами до якості основних груп харчових продуктів оздоровчого призначення.
2. Оцінка конкурентоспроможності харчових продуктів оздоровчого призначення.
3. Вивчення законів про різні види харчових продуктів та технічної термінології згідно ДСТУ щодо виробництва оздоровчих продуктів.

Практичне заняття 6.

Тема заняття: Закріплення та поглиблення знань з принципами складання збалансованих харчових раціонів.

Мета заняття: опанувати особливості принципів складання збалансованих харчових раціонів.

План заняття: усне опитування, виступ з рефератом за темою заняття; участь у дискусії, обговорення питання, аналіз виробничих ситуацій та технологічних особливостей.

Література [5, 7, 9].

Запитання для підготовки

1. Принципи складання харчових раціонів для людей залежно від їх віку, статі та характеру діяльності.
2. Лікувальне (дієтичне), лікувально-профілактичне, та спеціалізоване харчування.
3. Класифікація дієт і їх характеристика.
4. Використання функціональних харчових продуктів в окремих видах харчування.

ОСНОВНІ ВИМОГИ ДО ВИКОНАННЯ ТА ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

З метою найбільш ефективного самостійного вивчення дисципліни студент-заочник повинен дотримуватися певних настанов та методичних порад.

Самостійне вивчення дисципліни слід починати з підбору необхідної навчальної та методичної літератури, слід дотримуватись наступної схеми вивчення окремих тем:

- ознайомлення із змістом навчальної програми наведеним у даних методичних рекомендаціях;
- вивчення питань кожної з тем за навчальною літературою (список рекомендованої літератури наведено);
- додаткове вивчення за навчальною літературою матеріалу, що недостатньо засвоєний.

Для впорядкування знань і кращого їх закріплення, студенти виконують одну домашню контрольну роботу, яка охоплює матеріал із усіх основних розділів курсу.

Контрольна робота – це форма самостійної підготовки студентів.

Мета контрольної роботи - закріпити і поглибити знання основних розділів курсу дисципліни.

Питання контрольної роботи видаються студенту під час настановної сесії. Контрольна робота виконується у встановлений навчальним графіком термін.

Контрольна робота повинна відповідати вашому шифру або порядковому номеру студента в списку групи. Контрольна робота виконується та оформлюється

від руки в зошиті, або з допомогою комп'ютерного друку (на одному боці аркушу формату А4, бажано використовувати Times New Roman 14, інтервал 1,5). Графічні матеріали в роботі повинні відповідати державним стандартам. Питання контрольної роботи необхідно переписати в зошит і дати на них відповіді. У кінці роботи слід вказати список літератури, яка була використана при виконанні роботи. Список літератури оформляють згідно стандарту.

Текст відповідей необхідно написати чітким розбірливим почерком. Відповіді повинні бути вичерпними, мати елементи аналізу, висновки, супроводжуватися конкретними прикладами і повністю охоплювати весь програмний матеріал. Об'єм контрольної роботи повинен складати не менше 18-20 сторінок шкільного зошита.

На титульній сторінці контрольної роботи необхідно зазначити шифр, номер варіанту контрольної роботи, назву дисципліни, прізвище, ім'я, та по-батькові студента, групу, вказати домашню адресу.

В кінці виконаної роботи поставити особистий підпис, дату виконання роботи, використану літературу, залишити 1÷2 сторінки для рецензії.

Зарахована контрольна робота, виконана студентом у міжсесійний період, є допуском до складання заліку чи іспиту з даної дисципліни.

Студенти, які отримати контрольну роботу після перевірки, знайомляться з рецензією викладача (при необхідності доопрацьовують роботу у відповідності із зауваженнями та рекомендаціями рецензента). Якщо контрольна робота переписана дослівно з підручника, чи не в достатній мірі та повному обсязі висвітлена відповідь, то робота повертається на доопрацювання. Не зарахована контрольна робота виконується студентом повторно і здається разом з початковим варіантом.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ

Варіант № 1

1. Технологічні аспекти отримання оздоровчих (функціональних) харчових продуктів.
2. Особливості виробництва продуктів пробіотичної дії.
3. Функціональні властивості харчових барвників та способи їх отримання із природної сировини.

Варіант № 2

1. Функціональні властивості природних харчових сорбентів та їх використання у харчових технологіях.
2. Натуральні функціональні продукти як джерело отримання оздоровчих харчових композицій.
3. Функціональна роль мінеральних речовин та особливості збагачення ними харчових продуктів.

Варіант № 3

1. Технологія та моделювання рецептур функціональних продуктів для харчування дітей та підлітків.
2. Функціональна роль вітамінів та їх використання для збагачення харчових продуктів.
3. Технологія та моделювання рецептур функціональних продуктів для геродієтичного харчування.

Варіант № 4

1. Технологія харчових продуктів з підвищеним вмістом мікронутрієнтів.
2. Характеристика дієти Тілдена і Чейза.
3. Апіпродукти, їх характеристика і властивості.

Варіант № 5

1. Методологія складання науково обґрунтованих раціонів харчування функціонального призначення.
2. Характеристика дієти Бірхер-Беннера і Джеффри.
3. Функціональні особливості білків та шляхи вирішення білкового харчування в Україні.

Варіант № 6

1. Характеристика дієт, які регулюють кислотно-лужну рівновагу крові.
2. Характеристика водоростей і продуктів їх переробки.
3. Порівняльний аналіз формули збалансованого харчування і формули харчування людини третього тисячоліття.

Варіант № 7

1. Характеристика дієти Аткинса.
2. Харчові волокна і їх властивості.
3. Методика конструювання продуктів харчування з дієтичними добавками.

Варіант № 8

1. Характеристика генетично модифікованих продуктів.
2. Характеристика дієт Середземномор'я.
3. Методика визначення раціональних технологічних режимів виробництва продуктів харчування.

Варіант № 9

1. Розрахунок комплексних показників якості. Побудова профілів і моделей якості.
2. Характеристика роздільного і редукованого харчування.
3. Сучасні наукові погляд на енергетичні споживання людини.

Варіант № 10

1. Наведіть приклади прикладного використання мікроорганізмів у технології продуктів харчування.
2. Класифікація та характеристика дієтичних добавок.
3. Назвіть основні принципи збагачення продуктів харчування незамінними нутрієнтами.

Варіант № 11

1. Поняття про нутрицевтики, пробіотики і парафармацевтики.
2. Наведіть приклади прикладного використання ферментних препаратів у технології продуктів харчування.
3. Математичні методи планування якості і конкуренто придатності.

Варіант № 12

1. Критерії віднесення харчових продуктів до категорії оздоровчих (функціональних).
2. Функціональні особливості білків та шляхи вирішення білкового харчування в Україні.
3. Функціональні інгредієнти дикорослих та культивованих ягід і їх використання у технологіях оздоровчого харчування.

Варіант № 13

1. Технологічні аспекти отримання оздоровчих (функціональних) харчових продуктів.
2. Особливості виробництва продуктів пробіотичної дії.
3. Функціональні властивості харчових барвників та способи їх отримання із природної сировини.

Варіант № 14

1. Функціональні властивості природних харчових сорбентів та їх використання у харчових технологіях.
2. Натуральні функціональні продукти як джерело отримання оздоровчих харчових композицій.
3. Функціональна роль мінеральних речовин та особливості збагачення ними харчових продуктів.

Варіант № 15

1. Технологія та моделювання рецептур функціональних продуктів для харчування дітей та підлітків.

Функціональна роль вітамінів та їх використання для збагачення харчових продуктів.

Технологія та моделювання рецептур функціональних продуктів для геродієтичного харчування.

Варіант № 16

1. Технологія харчових продуктів з підвищеним вмістом мікронутрієнтів.

2. Характеристика дієти Тілдена і Чейза.

3. Апіпродукти, їх характеристика і властивості.

Варіант № 17

1. Методологія складання науково обґрунтованих раціонів харчування функціонального призначення.

2. Характеристика дієти Бірхер-Беннера і Джеффри.

3. Сутність і перспективи розвитку молекулярної технології.

Варіант № 18

1. Які продукти гідролізу утворюються при ферментативному розпаді лактози в молоці?

2. Функціональна роль вітамінів та їх використання для збагачення харчових продуктів.

3. Назвіть основні принципи збагачення продуктів харчування незамінними нутрієнтами.

Варіант № 19

1. Наведіть приклади прикладного використання ферментних препаратів у технології продуктів харчування.

2. Що таке «гіпотетично ідеальний жир»?

3. Функціональні особливості білків та шляхи вирішення білкового харчування в Україні.

Варіант № 20

1. Функціональні інгредієнти дикорослих та культивованих ягід і їх використання у технологіях оздоровчого харчування.

2. Наведіть приклади прикладного використання мікроорганізмів у технології продуктів харчування

3. Який білок вважається ідеальним? Для чого його використовують?

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ

1. Яку частину від енергетичної цінності добового раціону мають складати білки?

- A. 7 - 8%
- B. *11%
- C. 15-20%

2. Яку частину від добової кількості білків у харчовому раціоні мають складати білки тваринного походження?

- A. 20 - 40%
- B. *50 - 55%
- C. 60 - 65%
- D. Не менше 60%

3. Укажіть, білки яких продуктів найбільше наближені по складу амінокислот до ідеального білку:

- A. *м'яса
- B. *коров'ячого молока
- C. *курячого яйця
- D. *сої
- E. риби і рибопродуктів

4. Яку частину від енергетичної цінності добового раціону мають складати жири?

- A. 10 -15%
- B. *25%
- C. 40 - 60%

5. Укажіть рекомендовану добову величину вживання жиру за рахунок рослинного масла:

- A. 10 - 15%
- B. *20 - 30%
- C. 40 - 60%

6. Яку частину від енергетичної цінності добового раціону мають складати вуглеводи?
- A. 40 - 45%
 - B. *64%
 - C. 65 - 70%
7. Укажіть правильне визначення "есенціальні" (незамінні) харчові речовини:
- A. *це речовини, що не синтезуються організмом
 - B. *речовини, які синтезуються організмом в незначній кількості
 - C. це екстрактивні речовини
8. Що відносять до незамінних харчових речовин?
- A. Дієтичні добавки
 - B. Штучні підсолоджувачі
 - C. *Мінеральні речовини і ПНЖК
 - D. *Незамінні амінокислоти, вітаміни,
9. Що розуміють під харчовою цінністю продуктів?
- A. Ступінь співвідношення основних нутрієнтів
 - B. *Вміст усіх харчових речовин
 - C. *Засвоюваність нутрієнтів
 - D. *Висока енергетична цінність
 - E. *Якість та безпечність
10. Як правильно дати визначення "засвоюваність їжі"?
- A. Це ступінь напруги секреторних функцій органів травлення
 - B. Ступінь напруги моторних функцій органів травлення
 - C. *Ступінь використання організмом харчових речовин, що містяться в їжі
11. Що розуміють під біологічною цінністю харчових продуктів?
- A. Ступінь забезпеченості потреб людини в енергії
 - B. *Вміст вітамінів, мінеральних речовин
 - C. *Вміст у продуктах усіх незамінних нутрієнтів
 - D. *Вміст білків, жирів, вуглеводів
12. Науковою основою раціонального харчування є вимоги до:
- A. асортименту страв
 - B. *санітарно-епідемічної безпечності продуктів
 - C. *харчового раціону, режиму харчування
 - D. *умов приймання їжі

Е. *розподілу енергоцінності між окремими прийомами їжі

13. Укажіть продукти, які є основними носіями засвоюваного заліза:

- А. хліб і хлібобулочні вироби
- В. *м'ясо і м'ясопродукти
- С. *хліб і риба
- Д. *овочі і фрукти
- Е. молоко і молокопродукти

14. Укажіть оптимальне співвідношення між солями кальція, фосфора і магнія:

- А. 1:1:1
- В. 1:1:0,25
- С. *1:1:0,5

15. Який мінеральний елемент складає найбільшу питому масу в організмі людини?

- А. *Кальцій
- В. Магній
- С. Калій
- Д. Натрій

16. Укажіть продукти, що містять найбільшу кількість кальцію:

- А. м'ясо
- В. *риба, овочі
- С. *молочні продукти
- Д. хліб

17. Які із перелічених жирних кислот відносяться до ПНЖК?

- А. Олеїнова
- В. *Ліноленова
- С. Стеаринова
- Д. Єрукова
- Е. *Лінолева
- Ф. Пальмітинова
- Г. *Арахідонова

18. Укажіть добову потребу дорослої людини в лінолевій кислоті:

- А. *8 - 10г
- В. 15 - 20г
- С. 3 - 5г

19. Які вітаміни найбільше руйнуються під час термічної обробки продуктів?

- A. *Фолацин
- B. *Аскорбінова кислота
- C. Ніацин
- D. *Тіамін
- E. Вітамін Д

20. Укажіть основні фактори, що найбільше сприяють руйнуванню аскорбінової кислоти в харчових продуктах і їжі:

- A. *повільне нагрівання
- B. *присутність каталізаторів
- C. *надмірний перегрів їжі і рН середовища,
- D. обмежене надходження кисню
- E. відсутність аскорбатоксидази у харчовій сировині

21. Укажіть продукти, що є основними носіями аскорбінової кислоти:

- A. овочі, фрукти, ягоди
- B. м'ясо, м'ясопродукти
- C. хліб і хлібопродукти
- D. масло вершкове

22. Укажіть, в яких із перелічених харчових продуктів вміст вітаміну С є найбільшим:

- A. огірки
- B. *перець червоний солодкий
- C. *апельсини, лимони
- D. *смородина чорна

23. Який з перелічених чинників сприяє зберіганню аскорбінової кислоти в їжі?

- A. Повільне нагрівання
- B. Кип'ятіння на великому вогні із відкритою кришкою
- C. Лужне середовище
- D. *Кисле середовище

24. Укажіть, які вітаміни необхідні для профілактики анемії:

- A. ніацин, вітамін Е
- B. *фолацин, біотин, аскорбінова кислота
- C. *ціанкобаламін, фолацин
- D. каротин, тіамін, токоферол

25. Який метод контролю за вітамінізацією готової їжі є найбільш ефективним?

- A. *Перевірка запису в журналі
- B. Контроль накладних з видачі вітамінів
- C. Перевірка правильності розрахунків для вітамінізації їжі
- D. *Аналіз меню-розпису
- E. *Лабораторний контроль їжі

26. Які продукти відносяться до категорії спеціальних ?

- A. Для дієтичного харчування
- B. *Дієтичні і оздоровчі
- C. *Продукти дитячого харчування
- D. *продукти для спортсменів
- E. Харчові добавки

27. Дієтична добавка це:

- A. фармацевтичний засіб
- B. гомеопатичний засіб
- C. фітотерапевтичний засіб
- D. *спеціальний харчовий продукт, призначений для вживання або введення до раціонів з метою надання їм дієтичних, оздоровчих і профілактичних властивостей

28. Укажіть метод, який найчастіше використовується для вивчення харчування неорганізованих колективів:

- A. *бюджетний
- B. *балансовий
- C. *анкетно-опитувальний
- D. ваговий
- E. *лабораторний

29. Які методи є найбільш ефективними для оцінки стану фактичного харчування організованих колективів? ,

- A. *Бюджетний
- B. *Анкетний
- C. Статистичний
- D. *Лабораторний
- E. Балансовий

30. Укажіть основну мету вивчення харчового статусу організму людини:

- A. визначити стан метаболізму
- B. *визначити відповідність складу раціону енергетичним потребам організму
- C. *визначити вплив раціону на масу тіла людини
- D. *визначити вплив раціону на певні біохімічні та фізіологічні показники
- E. *визначити вплив встановленого характеру харчування на стан здоров'я людини

31. В які періоди року слід вивчати стан фактичного харчування населення?

- A. *Зимовий і літній
- B. *Весняний і осінній
- C. *Зимово-весняний
- D. *Літньо-осінній
- E. За вибором дослідника

32. Якою має бути максимальна тривалість одноразового вивчення харчування будь-якого колективу?

- A. 1 місяць
- B. *2 тижні
- C. *Не менше одного тижня
- D. Достатньо одного дня
- E. За вибором дослідника

33. Що служить теоретичною основою раціонального харчування?

- A. *Теорія адекватного харчування академіка А.М.Уголева
- B. Теорія Г.Шелтона і П.Брегга
- C. *Наукові розробки академіка І.П.Павлова
- D. *Концепція збалансованого харчування академіка О.О.Покровського
- E. Теорія вегетаріанського харчування

34. Укажіть основні види харчового статусу:

- A. надзвичайно недостатній
- B. *недостатній
- C. *оптимальний
- D. *надлишковий

35. Маса тіла вважається надлишковою, якщо вона збільшена у порівнянні з ідеальною на:

- A. 5 - 10%
- B. *10 - 15%

- C. 15 - 20%
- D. більше, ніж на 25%

36. Із яких витрат енергії складаються добові енерговитрати людини?

- A. Витрат на прийом їжі
- B. *Основного обміну і витрат на різні види фізичної праці
- C. *Витрат на розумову діяльність
- D. *Специфічно-динамічної дії їжі

37. Укажіть основні показники, що використовуються для оцінки харчування в організованих колективах:

- A. *співвідношення між основними нутрієнтами
- B. *енергоцінність раціону і його розподіл за окремими прийомами їжі
- C. *кількість основних нутрієнтів
- D. кількість рослинних жирів в раціоні

38. З метою оцінки харчування організованих колективів за допомогою меню-розпису необхідно:

- A. аналізувати меню-розпис за кожний місяць року
- B. за один місяць у кожному кварталі
- C. за один місяць будь-якого півріччя
- D. *за будь-яких 7 днів одного місяця кожного сезону

39. Укажіть добову потребу вітаміну С для дорослого населення:

- A. 30 - 40 мг
- B. *50 - 70 мг
- C. *70 - 100 мг
- D. *90 - 130 мг

40. В яких закладах передбачена обов'язкова протягом року С-вітамінізація їжі?

- A. *В усіх ДДУ і підліткових закладах
- B. *В лікарнях, санаторіях
- C. *В пологових будинках і ДМК
- D. Обов'язкова С-вітамінізація не передбачена взагалі

41. Укажіть основні принципи раціонального харчування працівників розумової праці:

- A. *виконання режиму харчування
- B. прийом низькокалорійної їжі
- C. *антисклеротична спрямованість раціонів харчування

- D. *енергетична адекватність харчування
- E. *біологічна повноцінність харчування

42. З якою метою в раціон людей похилого віку рекомендується вводити клітковину?

- A. *З метою стимуляції моторної функції шлунково-кишкового тракту
- B. *З метою активації жовчовиділення
- C. З метою посилення секреції шлункових соків
- D. *Для виведення із організму холестерину і токсичних речовин

43. Укажіть основні принципи режиму харчування осіб похилого віку:

- A. прийом різноманітної їжі
- B. *4-х разовий режим харчування
- C. *обмеження прийняття значних кількостей їжі
- D. *скорочення розривів між окремими прийманнями їжі

44. Укажіть основну функцію дієтичного харчування:

- A. підвищення захисних сил організму
- B. *лікування хронічних хвороб поза стаціонаром
- C. *лікування хворих в лікувально-профілактичних закладах
- D. *забезпечення щадячої дії їжі на органи травлення

45. З якою метою використовується дієтичне харчування?

- A. *Для попередження захворювань шлунково-кишкового тракту
- B. Забезпечення організму основними нутрієнтами
- C. *Підвищення імунного статусу організму
- D. Профілактика професійних захворювань
- E. *Для профілактики і реабілітації хронічних захворювань

46. З якою метою використовується лікувально-профілактичне харчування?

- A. Для лікування тяжкохворих
- B. *Для реабілітації здоров'я після перенесених професійних захворювань
- C. *Для лікування хворих, що працюють в шкідливих умовах праці
- D. *Для попередження порушень здоров'я працюючих у занадто шкідливих умовах праці

47. Укажіть основні види лікувально-профілактичного харчування:

- A. *спеціальні пайки
- B. *лікувально-профілактичні раціони
- C. *молоко і кисломолочні продукти

D. *пектин і вітамінні комплекси

E. такі, що забезпечують добову калорійність раціону харчування

48. В який період роботи працюючим видають лікувально-профілактичні раціони?

A. *До початку роботи

B. Після закінчення роботи

C. *Під час роботи

D. *В обідню перерву

49. Для якого контингенту працюючих передбачено лікувально-профілактичне харчування?

A. Для хворих зі гострими захворюваннями

B. Для хворих зі загостренням хронічних захворювань

C. Для здорових осіб із профілактичною метою

D. *Для осіб, які працюють в особливо шкідливих умовах праці

50. Укажіть основне призначення лікувально-профілактичного харчування:

A. підвищення енергетичної цінності раціону

B. *підвищення стійкості організму при дії отруйних речовин

C. *використання антидотних властивостей їжі

D. *прискорення чи уповільнення метаболізму хімічних речовин

51. Укажіть, якому контингенту працюючих безкоштовно видається молоко:

A. усім промисловим робітникам

B. робітникам із хронічними захворюваннями органів травлення

C. *робітникам і службовцям, які працюють в шкідливих умовах праці

52. Який раціон лікувально-профілактичного харчування рекомендується під час роботи із радіонуклідами і джерелами іонізуючого випромінювання?

A. № 0

B. № 2

C. *№ 1

53. Який раціон рекомендується при контакті із неорганічними і органічними сполуками свинцю?

A. № 2

B. № 4б

C. № 4а

D. *№ 3

54. Укажіть, яким категоріям працюючих передбачена безкоштовна видача вітамінів:

- A. працюючим із джерелами іонізуючого випромінювання
- B. усім, хто контактує із фосфором і його сполуками
- C. *робітникам підприємств чорної металургії і пекарям
- D. *працівникам тютюново-махорочних і нікотинових виробництв

55. Які страви чи продукти не підлягають відбору в лікувальних закладах з метою проведення планового лабораторного контролю?

- A. Перші страви
- B. Гарніри
- C. Треті страви
- D. М'ясні рублені вироби
- E. *Продукти промислового виробництва

56. Укажіть, яка дієта призначається хворим виразковою хворобою шлунку і дванадцятипалої кишки:

- A. № 5
- B. *№ 1
- C. № 6
- D. № 9
- E. № 10

57. Які страви можна вітамінізувати у лікувальних закладах?

- A. *Перші страви
- B. *Перші, треті
- C. Гарніри
- D. Салати
- E. М'ясні вироби

58. Раціональним визначають таке харчування, що забезпечує організм:

- A. усіма необхідними харчовими речовинами
- B. повноцінними білками
- C. *постійність внутрішнього середовища організму і підтримує його життєві прояви на високому рівні за різних умов праці і побуту
- D. *енергетичні, пластичні і каталітичні потреби організму, збалансованість факторів харчування і правильний режим харчування

59. Що розуміють під терміном "збалансоване харчування"?

- A. *Оптимальне співвідношення харчових і біологічно-активних речовин

- В. *Повне покриття енергетичних і пластичних потреб організму
- С. *Додержання оптимальних взаємовідношень між чисельними незамінними чинниками харчування
- Д. Забезпечення організму усіма незамінними чинниками харчування

60. Укажіть, які показники враховуються у фізіологічних нормах потреб в харчових речовинах і енергії:

- А. стан здоров'я
- В. *професія
- С. *вік і стать
- Д. побутові умови
- Е. маса тіла

61. Скільки груп дорослого працездатного населення виділяють в залежності від коефіцієнта фізичної активності (КФА)?

- А. Три
- В. *Чотири
- С. П'ять

62. Що розуміють під КФА?

- А. Сума добових енерговитрат на трудову діяльність та основний обмін
- В. *Відношення загальних енерговитрат до величини добового основного обміну
- С. Величина витрати енергії на трудову діяльність.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова:

1. Арсеньєва Л.Ю. Технологія ресторанної продукції функціонального призначення: курс лекцій для студ. спец. 7.05170112 і 8. 05170112 «Харчові технології», 7.14010101 і 8.14010101 «Готельна і ресторанна справа» ден. та заоч. форм навч. / Л.Ю. Арсеньєва – К.: НУХТ, 2011. – 137 с.
2. Українець А.І. Технологія оздоровчих харчових продуктів: курс лекцій для студентів за напрямом 6.05.1701 «Харчові технології та інженерія» денної та заочної форми навч. / А.І. Українець, Г.О. Сімахіна – К.: НУХТ, 2009. – 310 с.
3. Капрельянц Л.В. Функціональні продукти / Л.В. Капрельянц, К.Г. Іоргачова. – Одеса: Друк, 2003. – 312 с.

4. Пересічний М.І. Технологія продукції громадського харчування з використанням біологічно активних добавок: монографія / М.І. Пересічний, М.Ф. Кравченко. – К.: КНТЕУ, 2002. – 446 с.
5. Сирохман І.В. Товарознавство харчових продуктів функціонального призначення / І.В. Сирохман, В.М. Завгородня. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 544 с.
6. Технологія продуктів харчування функціонального призначення / М.І. Пересічний, М.Ф. Кравченко, Д.В. Федорова, О.В. Кандалей та ін. // за ред. М.І. Пересічного – К.: КНТЕУ, 2008. – 718 с.

Допоміжна:

7. Збірник рецептур страв і кулінарних виробів з використанням біологічно активних добавок. – КНИГА, 2004,- 428с
8. Харчування людини і сучасне довкілля: теорія і практика / М.І.Пересічний, В.Н. Корзун, М.Ф. Кравченко, О.М. Григоренко– К.: КНТЕУ, 2003. – 526 с.
9. Щелкунов Л.Ф. Пища и экология / Л.Ф. Щелкунов, М.С. Дудкин, В.Н. Корзун. – Одесса: Оптимум, 2000. – 517 с