

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**КАФЕДРА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ**

**ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

з навчальної дисципліни  
**„Оздоровче харчування”**  
для студентів зі спеціальності 241 „Готельно-ресторанна справа”  
за освітнім рівнем «магістр»

©канд. техн. наук Маслійчук О. Б.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Диференційоване харчування. Концепція цільового харчування. Концепція індивідуального харчування.	10	10
2	Макробіотичне харчування. Середземноморська дієта. Розробка вегетаріанських меню для закладів ресторанного господарства.	10	10
3	Антиканцерогенні речовини продуктів харчування. Концепція радіозахисного харчування. Натуральні підсолоджувачі та їх використання для профілактики цукрового діабету та ожиріння.	10	10
4	Технології та властивості соків-фреш, смузі та фіточаїв у оздоровчому харчуванні людини. Чай зелений – користь та шкода.	10	24
5	Склад насіння та властивості проростків пшениці (бобових, гарбуза, кунжуту, льону, соняшника, амаранту). Профілактика «захворювань цивілізації» із використанням проростків зерна у оздоровчому харчуванні.	10	24
6	Профілактика та лікування захворювань бджолиним хлібом – пергою. БАДи на основі апіпродуктів та їх використання у оздоровчому харчуванні. Оцінка якості меду.	10	10
7	Оздоровче харчування спортсменів. Небезпека енергетичних напоїв.	10	10
8	Небезпека харчових добавок і барвників. Генетично-модифіковані продукти харчування.	10	10
	<b>Всього годин</b>	<b>80</b>	<b>108</b>

## Рекомендована література

### Основна:

1. Арсеньева Л. Ю. Технологія ресторанної продукції функціонального призначення: курс лекцій для студ. спец. 7.0517112 і 7.05170112 «Харчові технології». - К. : НУХТ, 2011. – 137 с.
2. 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,-С.280-413.
3. Капрельянц Л.В.,Іоргачова К.Г.Функціональні продукти. - Одеса:Друк,2003.- С.159-256.
4. Функциональные продукты питания /В.И.Теплов, Н.М.Белецкая и др.-М.:А-Приор,2008 .-С.19-188
5. Сирохман І.В., Завгородня В.М. Товарознавство харчових продуктів функціонального призначення.-К.:Центр учбової літератури, 2009.-С.208-513
6. Паска М. Формування професійних компетентностей магістрів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» / М. Паска // Маркетинг ХХІ століття: виклики змін : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 25-річчю заснування кафедри маркетингу і комерційної діяльності ХДУТ / ред. : О. Черевко. – Харків, 2020. – С. 263–265.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27182>
7. Паска М. Особливості підготовки фахівців для сфери обслуговування зі спеціальності "Готельно-ресторанна справа" / М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності: Міжнар. наук.-практ. конф. - Львів: ЛДУФК, 2020. - С. 391-393. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27707>
8. Паска М. Формування професійних компетентностей магістрів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» / М. Паска // Маркетинг ХХІ століття: виклики змін : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 25-річчю заснування кафедри маркетингу і комерційної діяльності ХДУТ / ред. : О. Черевко. – Харків, 2020. – С. 263–265.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27182>
9. Паска М. Особливості підготовки фахівців для сфери обслуговування зі спеціальності "Готельно-ресторанна справа" / М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності: Міжнар. наук.-практ. конф. - Львів: ЛДУФК, 2020. - С. 391-393. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27707>
10. Standardization, Metrology, Certification and Quality Management, Manual. Komprint / Bal'-Prylypko L.V., Slobodianiuk N. M., Polishchuk G. Ye., Pas- ka M. Z., Burak V. Ye. – Kyiv : Komprint, 2017. – 558 p.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/27836>
11. Організація ресторанного господарства : конспект лекцій для підготовки бакалаврів галузі знань 24 "Сфера обслуговування" спеціальності 241

- "Готельно-ресторанна справа" / розроб. Паска М. З. - Львів, 2020. - 158 с.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/24274>
12. Паска М. З. Стан і тенденції розвитку м'ясних напівфабрикатів, збагачених люпином і дивосилом, для ресторанної індустрії / М. З. Паска, О. Б. Маслійчук // Розвиток харчових виробництв, ресторанного та готельного господарств і торгівлі : проблеми, перспективи, ефективність: тези доп. міжнар. наук.-практ. конф. - Харків: ХДУХТ, 2020. - Ч.1. - С. 44-46.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26466>
  13. Паска М. З. Впровадження НАССР у технології м'ясних посічених напівфабрикатів з рослинною сировиною / Паска М. З., Маслійчук О. Б. // Сучасні тенденції з розвитку готельно-ресторанного бізнесу. Якість і безпечність продуктів харчування : зб. матеріалів Всеукр. наук. - практич. інтернет-конф. - Львів : ЛІЕТ, 2020. - С. 15-20.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26666>
  14. Організація роботи сомельє : програма навчальної дисципліни підготовки бакалаврів галузь знань - 24 „Сфера обслуговування”, спеціальність - 241 „Готельно-ресторанна справа” / розроб. Паска М. З., Маслійчук О. Б. - Львів, 2020. - 7 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/26904>
  15. Paska, M., Masliichuk, O. (2016). Mikrobiolohichna ta spozhyvcha kharakterystyka miasnykh posichenykh napivfabrykativ z dodavanniam liupynovoho boroshna ta dyvosylyu. Naukovyi visnyk LNUVMBT im. S.Z. Hzhyskoho. 18(4), 121–123 DOI: <https://doi.org/10.15421/nvlvet7507>
  16. Microstructural analysis of forcemeats of ready-to-cook chopped meat with functional ingredients / M. Paska, L. Bal-Prylypko, O. Masliichuk, M. Lychuk // Food science and technology. - 2018. - Vol. 12, is. 4. - P. 110-116.  
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/25463>