

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

**КАФЕДРА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО БІЗНЕСУ**

**РОБОЧА ПРОГРАМА  
навчальної дисципліни**

**ОСНОВИ НУТРИЦІОЛОГІЇ**  
(назва навчальної дисципліни)

<b>рівень вищої освіти</b>	<u>перший (бакалаврський)</u> <i>перший (бакалаврський) / другий (магістерський)</i>
<b>галузь знань</b>	<u>24 "Сфера обслуговування"</u> <i>шифр і назва</i>
<b>спеціальність</b>	<u>241 "Готельно-ресторанна справа"</u> <i>шифр і назва</i>
<b>освітня програма / спеціалізація</b>	<u>"Готельно-ресторанна справа"</u> <i>назва</i>
<b>тип дисципліни</b>	<u>обов'язкова</u>
<b>мова(и) викладання</b>	<u>українська</u> <i>українська/англійська</i>

**Львів-2022**

Навчальна дисципліна “Основи нутриціології” є однією із складових комплексної підготовки фахівців галузі знань 24 “Сфера обслуговування” 241 “Готельно-ресторанна справа”

Розробник: к.т.н., доц., Петришин Н.З.,  
професор Паска М.З.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри готельно-ресторанного бізнесу

Протокол від 06” вересня 2022 року № 2

Завідувач кафедри готельно-ресторанного бізнесу

\_\_\_\_\_  
(підпис)

( Паска М.З.)  
(прізвище та ініціали)

©Паска М.З., 2022

© ЛДУФК ім. І. Боберського, 2022 рік

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3,5	Галузь знань: <b>24 “Сфера обслуговування”</b> (шифр і назва)	Обов’язкова	
Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського <a href="http://3w.ldufk.edu.ua">http://3w.ldufk.edu.ua</a> Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського <a href="http://repository.ldufk.edu.ua/">http://repository.ldufk.edu.ua/</a>	Спеціальність (освітня програма): <b>241 «Готельно-ресторанна справа»</b> <b>(«Готельно-ресторанна справа»)</b>	Рік підготовки:	
		1-й	1-й
Загальна кількість годин – 105		Семестр	
		2-й	2-й
		Лекції	
		30 год.	4 год.
		Семінарські	
		-	-
		Практичні	
		30 год.	4 год.
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
		45 год.	97 год.
		Вид контролю: ІСПИТ	
Тижневих годин для денної форми навчання: - аудиторних – 4 - самостійної роботи студента – 4	Освітній рівень: <b>перший</b> <b>(бакалаврський)</b>		

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни “Основи нутриціології” є надання студенту таких можливостей та переваг:

- досконало усвідомити значення харчування в життєдіяльності людини, біохімічних процесів перетворень окремих компонентів їжі та їх вплив на діяльність фізіологічних систем організму;
- досліджувати склад і функціональні властивості продуктів харчування та їх вплив на механізми метаболізму і фізіологічні процеси в організмі здорової та хворої людини;
- виявляти порушення основних принципів раціонального харчування та факторів впливу на здоров’я і працездатність людини;

- пропагувати принципи здорового харчування та підвищення культури споживання їжі;
- розробляти харчові раціони для різних категорій населення залежно від їх призначення;
- впроваджувати прогресивні технології у виробництво продуктів харчування.

Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни “Основи нутриціології” є:

- забезпечення збалансованості раціонів харчування всіх груп і категорій населення з урахуванням науково-технічного прогресу і соціальних зрушень;
- розробка конкретних рекомендацій з виробництва нових харчових продуктів масового, профілактичного, лікувального призначення;
- широке використання харчових добавок (особливо природного походження), які сприяють підвищенню біологічної цінності, поліпшенню органолептичних властивостей та стійкості продуктів при тривалому зберіганні;
- впровадження нових нешкідливих технологій виготовлення та зберігання продуктів;
- розробка й удосконалення фізіолого-біохімічних методів дослідження якості їжі, її засвоюваності, фізіологічної дії на органи та системи організму;
- пропаганда знань з фізіології харчування і критична оцінка “модних” теорій харчування, які можуть завдати шкоди здоров’ю людини;
- широкомасштабна роз’яснювальна робота серед молоді щодо шкоди для організму від зловживання тютюновими виробами, алкоголем, кавою тощо;
- пропаганда здорового способу життя, культури споживання харчових продуктів.

### **1) загальні компетентності:**

**ЗК1.**Здатність до критичного налізу та оцінки сучасних наукових досягнень, генерування нових ідей та виконання наукових досліджень, що приводять до отримання нових результатів та розуміння сутності готельно-ресторанної справи.

**ЗК5.**Здатність до аналізу, оцінки та синтезу нових ідей та пошуку альтернативних рішень у науково-дослідницькій та професійній діяльності.

### **2) фахові компетентності:**

**ФК7.** Використовувати сучасні досягнення науки і передових технологій у готельно-ресторанній справі.

**ФК12.** Здатність застосовувати сучасні досягнення в області харчування, управляти технологічними процесами, з урахуванням сучасних вимог

ресторанного господарства

**Програмні результати навчання:**

**РН3.** Здатність використовувати інноваційні методи і технології в сфері готельно-ресторанного бізнесу.

**РН 13.** Володіння навичками удосконалення існуючих і розроблення інноваційних технологій харчових продуктів на основі останніх досягнень науки і техніки.

**РН22.** Презентувати власні інноваційні проекти і розробки, аргументувати свої пропозиції щодо розвитку бізнесу.

**РН 25.** Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства, застосовуючи спеціальні форми обслуговування.

## **ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **Тема 1. Сучасний стан та перспективи розвитку нутріціології.**

Значення харчування у житті людини. Вплив харчування на стан здоров'я населення. Основні принципи і напрями державної політики у сфері здорового харчування. Соціально-економічні та технологічні аспекти харчування.

Вплив харчування на організм людини. Їжа, як багатокomпонентний фактор, що справляє різноманітний вплив на організм.

### **Тема 2. Основні поняття вчення про харчування**

Науки про харчування. Основні теорії і концепції харчування. Збалансоване харчування. Адекватне харчування. Оптимальне харчування. Основні напрями позитивного фізіологічного впливу на організм людини харчових продуктів.

### **Тема 3. Харчові речовини та їх функції**

Білки та їх значення в харчуванні людини. Ліпіди та їх значення в харчуванні людини. Вуглеводи та їх значення в харчуванні людини. Вітаміни, мінеральні речовини та їх значення в харчуванні людини. Рекомендовані середні норми цих речовин у добовому раціоні.

### **Тема 4. Класифікація і характеристика дієтичних добавок**

Визначення, класифікація харчових та дієтичних добавок. Гігієнічна регламентація харчових добавок продуктах харчування. Комбінаційна взаємодія між дієтичними добавками.

### **Тема 5. Основи збалансованого харчування і шляхи його реалізації.**

Злаки та продукти із злакових культур, їх хімічний склад і фізіологічне значення. Фрукти, овочі, бобові та картопля, їх хімічний склад і фізіологічне значення. Яйця, молоко, молочні продукти, їх хімічний склад і фізіологічне значення. М'ясо, м'ясні продукти, їх хімічний склад і фізіологічне значення. Риба, морепродукти, їх хімічний склад і фізіологічне значення.

## Тема 6. Принцип складання раціонів для різних груп населення

Характеристика харчових раціонів лікувально-профілактичного призначення. Наукові принципи складання харчових раціонів лікувально-профілактичного призначення для людей залежно від їх віку, статі, інтенсивності праці.

## Тема 7. Характеристика основних дієт. Ергогенні дієти

Характеристика основних харчових продуктів, які використовуються у дієтичному харчуванні. Характеристика основних лікувальних дієт. Лікувальне харчування у санаторно-курортних і готельно-ресторанних комплексах. Ергогенні дієти, їх характеристики і рекомендації.

### Структура навчальної дисципліни

Назва теми	Кількість годин											
	денна форма					заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	с	інд	с.р.		л	п	с	інд	с.р.
Тема 1. Сучасний стан та перспективи розвитку нутріціології.	11	2	2			7	11		1		-	10
<b>Тема 2.</b> Основні поняття вчення про харчування Науки про харчування. Основні теорії і концепції харчування	12	4	4			4	12	1				11
<b>Тема 3.</b> Харчові речовини та їх функції	16	4	4			8	16	1	1			14
<b>Тема 4.</b> Класифікація і характеристика дієтичних добавок	16	4	4		8	6	16	1		-	-	15
<b>Тема 5.</b> Основи збалансованого харчування і шляхи його реалізації (злаки, фрукти, овочі, м'ясо, риба)	18	6	6			6	18		1	-	-	17
<b>Тема 6.</b> Принцип складання раціонів для різних груп населення	16	4	4			8	16	1				15
<b>Тема 7.</b> Характеристика основних дієт. Ергогенні дієти	16	6	6			4	16		1			15
Усього годин	105	30	30		-	45	105	4	4			97

## Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	2	3	4
1	Тема 1. Сучасний стан та перспективи розвитку нутріціології.	2	1
2	<b>Тема 2.</b> Основні поняття вчення про харчування Науки про харчування. Основні теорії і концепції харчування	4	
3	<b>Тема 3.</b> Харчові речовини та їх функції	4	1
4	<b>Тема 4.</b> Класифікація і характеристика дієтичних добавок	4	
5	<b>Тема 5.</b> Основи збалансованого харчування і шляхи його реалізації (злаки, фрукти, овочі, м'ясо, риба)	6	1
6	<b>Тема 6.</b> Принцип складання раціонів для різних груп населення	4	
7	<b>Тема 7.</b> Характеристика основних дієт. Ергогенні дієти	6	1
<b>Всього:</b>		<b>30</b>	4

### Теми семінарських занять

Не передбачено навчальним планом.

### Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	2	3	4
1	Тема 1. Сучасний стан та перспективи розвитку нутріціології.	7	10
2	<b>Тема 2.</b> Основні поняття вчення про харчування Науки про харчування. Основні теорії і концепції харчування	4	11
3	<b>Тема 3.</b> Харчові речовини та їх функції	8	14
4	<b>Тема 4.</b> Класифікація і характеристика дієтичних добавок	6	15
5	<b>Тема 5.</b> Основи збалансованого харчування і шляхи його реалізації (злаки, фрукти, овочі, м'ясо, риба)	6	17
6	<b>Тема 6.</b> Принцип складання раціонів для різних груп населення	8	15
7	<b>Тема 7.</b> Характеристика основних дієт. Ергогенні дієти	4	15
<b>Всього:</b>		<b>45</b>	<b>97</b>

### Індивідуальні завдання

(для студентів, які навчаються за графіком сприяння)

- Матеріали самопідготовки;

### Методи навчання

Передбачає дотримання принципів доброчесності та студентоцентрованого підходу.

Замість виконання завдань (вивчення тем) можуть також додатково враховуватись такі види активностей здобувача:

- проходження майстер–класів, тренінг-курсів чи дистанційних курсів з використання сучасних освітніх технологій на *он-лайн* платформах тощо (за наявності відповідного документу про їх закінчення, надання копії викладачу);
- участь в майстер-класах, форумах, конференціях, семінарах, зустрічах з проблем використання сучасних освітніх технологій (з підготовкою есе, прес-релізу, інформаційного повідомлення тощо, що підтверджено навчальною програмою заходу чи відповідним сертифікатом)

### **Методи контролю**

Оцінювання якості знань студентів, в умовах організації навчального процесу за кредитно-модульною системою здійснюється шляхом поточного, модульного і підсумкового (семестрового) контролю за 100-бальною шкалою оцінювання, за шкалою ECTS та національною шкалою оцінювання.

Поточний контроль і оцінювання результатів навчання передбачає виставлення оцінок за всіма формами проведення занять:

- контроль та оцінювання активності роботи студента під час лекційних та практичних занять (групова дискусія);
- контроль та оцінювання якості підготовки та розробки проектних завдань в ході самостійної роботи студентів;
- контроль засвоєння теоретичного та практичного матеріалу (у вигляді тестування);
- контроль та оцінювання вмінь вирішувати розрахункові, ситуаційні та інші задачі;
- контроль та оцінювання вмінь проводити дослідження та презентувати із застосуванням сучасних інформаційних та хмарних технологій;
- контроль та оцінювання вмінь та навичок вирішувати кейсові проблемні завдання із розподілом ролей в командах. Студенти, які брали участь у науковій діяльності, отримують додаткові бали. Підсумковий контроль проводиться у формі семестрового заліку (відповіді на питання (письмові, тестові)).

### **Питання іспиту «Основи нутриціології»**

1. Сучасний стан харчування, екології та здоров'я населення України.
2. Основні причини дефіциту мікронутрієнтів, вітамінів та харчових волокон у сучасних раціонах.
3. Методи та методики досліджень стану харчування населення.
4. Основні терміни нутриціології.
5. Які функції виконує їжа для організму людини? З яких основних речовин складаються харчові продукти?
6. Які речовини відносяться до макронутрієнтів? Які речовини відносяться до мікронутрієнтів?
7. Що таке «неаліментарні» речовини?
8. Які речовини є токсичними? Що таке нутрицевтики?



9. Які фактори впливають на потреби людини в енергії? Які принципи є основою для визначення різних груп населення фізіологічних потреб в енергії?

10. Властивості природних фізіологічно функціональних зернобобових та продуктів їх переробки.

11. Властивості природних фізіологічно функціональних фруктово-овочевих і олійних культур.

12. Властивості нетрадиційної сировини для функціональних продуктів.

13. Зерно як основа зернових продуктів і харчових концентратів функціо-нального спрямування.

14. Функціональні продукти із зернової сировини.

15. Функціональні продукти із сої і тритікале.

16. Крупи функціонального призначення.

17. Макаронні вироби функціонального призначення.

18. Хлібобулочні вироби функціонального спрямування на зерновій основі.

19. Цукристі кондитерські вироби цільового спрямування.

20. Борошняні кондитерські вироби функціонального призначення.

21. Які продукти є основними джерелами білків?

22. Які продукти є основними джерелами вуглеводів?

23. Які продукти є основними джерелами жирів?

24. Які основні шляхи надходження до організму людини жиророзчинних та водорозчинних вітамінів?

25. Які продукти є джерелами баластних вуглеводів?

26. Наведіть приклади захисних компонентів їжі.

27. Які основні принципи збалансованого харчування?

28. До яких наслідків призводить порушення збалансованості харчових раціонів?

29. Які фактори впливають на потреби в окремих групах енергетичних речовин?

30. Які наслідки порушення режиму харчування?

31. Які фактори слід ураховувати при складанні раціонів для різних груп населення?

32. У чому полягають переваги укомплектованих раціонів і труднощі реалізації збалансованості їх складу?

33. Які шляхи поліпшення збалансованості складу продукції ресторанів?

34. У чому полягають основні недоліки асортименту страв і виробів у деяких вузькоспеціалізованих підприємствах громадського харчування? Які шляхи їх виправлення?

35. Охарактеризуйте особливості раціонального асортименту продовольчих товарів для різних груп населення.

36. Визначення “харчовий продукт”. Його складові частини та їх призначення.

37. В якому співвідношенні повинні знаходитись в їжі білок, ліпіди та вуглеводи?

38. Визначення “енергетична цінність” харчового продукту.

39. Розподіл населення країни за потребою в енергії залежно від інтенсивності роботи, що виконується.

40. Що характеризують “амінокислотний” та “інтегральний” скор та як їх розраховують?

41. Назвіть 5-ь основних груп захворювань, що пов’язані з проблемою «Харчування і хвороби».

42. Назвіть основні положення, на яких ґрунтується теорія збалансованого харчування.

43. Назвіть основні положення, на яких ґрунтується теорія адекватного харчування.

44. В чому полягає особливість теорії оптимального харчування?

### РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

На практичному занятті студент може отримати 1,5 бали, максимально може отримати 45 балів.

Поточний контроль, самостійна робота, індивідуальні завдання							Разом	ІСПИТ	Сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7			
4	5	8	11	12	11	9	60	40	100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
75-81	<b>C</b>		
68-74	<b>D</b>		
61-67	<b>E</b>	задовільно	
35-60	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю	не зараховано з можливістю

		повторного складання	повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### Рекомендована література

1. Основи нутріціології / [Волошин О.І., Пішак О.В., Окіпняк І.В., Сплавський О.І.] – Чернівці: Видавничий дім „Букрек”, 2007. – 280 с.
2. Гігієна харчування з основами нутріціології: підручник; у 2 кн. – Кн. 1 / Т. І. Анітратенко, Т. М. Білко, О.В. Благодарова та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – 528 с.
3. Гігієна харчування з основами нутріціології: підручник; у 2 кн. – Кн. 2 / [В. І. Ципріян, І. Т. Матасар, В. І. Слободкін та ін.]. За ред. проф. В. І. Ципріяна. – К.: Медицина, 2007. – 544 с.
4. Павловська Л.Ф., Дуденко Н.В., Димитрієвич Л.Р. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: Навчальний посібник. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2007. – 441 с.
5. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. – К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2006. – 341 с.
6. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. – К.: ЦУЛ, 2010. – 336 с.
7. Орлова Н. Я. Фізіологія та біохімія харчування: підручник / Орлова Н.Я. – К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2001. – 249с.
8. СМОЛЯР В.І. ОСНОВИ ФІЗІОЛОГІЇ ХАРЧУВАННЯ / В. І. СМОЛЯР. - Київ.: ЗДОРОВ'Я, 2001. - 336 с.
9. СМОЛЯР В.І. ФІЗІОЛОГІЯ ТА ГІГІЄНА ХАРЧУВАННЯ / В. І. СМОЛЯР. - Київ.: ЗДОРОВ'Я, 2000. - 336 с.
10. . Технологія продуктів харчування функціонального призначення: монографія / М.І. Пересічний, М.Ф. Кравченко та ін. ; за ред. М.І. Пересічного - К. : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. - 718 с.
11. . Збірник рецептур страв і кулінарних виробів (технологічних карт) з використанням біологічно активних добавок / Пересічний М.І., Кравченко М.Ф., Корзун В.Н. та ін. ; під кер. М.І. Пересічного. - К. : Книга, 2015. - 428 с.
12. Раціональне і безпечне харчування як основа громадського здоров'я// Касянчук В.В., Курганська В.О. та ін. /за ред. Проф. А. Г. Дьяченко/ – Суми: Вид-во СумДУ, 2017.– 334с.
13. Основи раціонального та оздоровчого харчування. А. Михеєнко.- Вид Університетська книга .-2016 .-184 с
14. Безпека харчування як основа безпечної життєдіяльності людини. А. Висловух. -Видавництво Ліра-К .-2018
15. Управління якістю кулінарної продукції лікувального та дієтичного харчування.- А. Черевко, Л.Крайнюк, Л.Касилова Видавництво

Університетська книга .-2019 с.279

16. . Карпенко П. О. Оздоровче харчування: навч. посіб. / [П. О. Карпенко та ін.] ; за ред. д-ра мед. наук, проф. П. О. Карпенка ; Київ. нац. торг.-екон. ун-т. - Київ : КНТЕУ, 2019. – 627

### Допоміжна

1. Зубар Н. М. Фізіологія харчування / Н. М. Зубар, В. І. Ципріян, Ю. В. Руль. - Опорно-сигнальний конспект. – Київ. – 2000. – 181 с.

2. Зубар Н. М. Фізіологія харчування / Н. М. Зубар, Ю. В. Руль, М. К. Булгакова. - Практикум: навч. посіб. – К.: Київ. держ. торг.-екон. ун-т, 2003. – 201с.

3. Ілюстровані матеріали в комп'ютерному класі для вивчення будови фізіологічних систем організму.

4. Ванханен В. В. Альтернативные виды питания в традиционной и спортивной нутрициологии / В. В. Ванханен, В. В. Абрамов. – Днепропетровск, 2000. – 350 с.

5. Ванханен В. В. Учение о питании / В. В. Ванханен, В. Д. Ванханен. – Донецк: Питание здорового и больного человека, 2000. – 350 с.

6. Корзун В. Н. Гігієна харчування: підручник / В. Н. Корзун. – К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2003. – 236 с.

7. Корзун В. Н. Гігієна харчування: підручник / В. Н. Корзун. – К.: Університетська книга, 2011. – 473 с.

8. Харчування: dtv-Atlas: Пер. з нім. / Худож. Йорг Майр; наук. ред. пер.: В. Г. Передерій, Ю.Г. Григоров. – К.:Знання-Прес, 2004. – 183с.

9. Царенко О. М. Основи фізіології, гігієни та безпеки харчування: навчальний посібник / О. М. Царенко, М. Л. Машкін, Л. Ф. Павлоцька та ін. – Суми: Козацький вал, 2004. – Ч. 1. Основи фізіології харчування. – 357с.

10. Химический состав пищевых продуктов. В 3 т. Справочные таблицы содержания основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов / Под ред. И.М. Скурихина и М.Н. Волгарева.— М.: Агропромиздат, 1987-1989.

11. Паска М. З. Технологія тваринних жирів : навч.-метод. посіб. / Паска М. З. - Львів : ЛКТ ЛНУВМ та БТ ім. С. З. Гжицького, 2010. – 135 с.

12. Паска М. З. Технологія маргаринів та промислових жирів / М. З. Паска, І. М. Демидов, О. І. Жук. – Львів: СПОЛОМ, 2013. – 187 с.

13. Standardization, Metrology, Certification and Quality Management, Manual. Komprint / Bal'-Prylypko L.V., Slobodianiuk N. M., Polishchuk G. Ye., Paska M. Z., Burak V. Ye. – Kyiv : Komprint, 2017. – 558 p.

14. Паска М. З. Інноваційні аспекти розробки нових видів делікатесних продуктів спеціального призначення / М. З. Паска, О. В. Радзімовська, М. Бурак // Наукові проблеми харчових технологій та промислової біотехнології в контексті Євроінтеграції : тези ІХ Міжнар. наук.-техн. конф. – Київ : НУХТ,

2020. – С. 119–221.

15. Паска М. З. Інновації екоупаковки для закладів ресторанного господарства / Паска М. З., Маслійчук О. Б. // Ресурсо- та енергоощадні технології виробництва і пакування харчової продукції – основні засади її конкурентоздатності : матеріали ІХ Міжнар. спеціалізованої наук.- практ. конф.(10 грудня 2020 р. м. Київ ). – Київ, 2020. – С. 94–95.

16. Паска М. З. Сучасні аспекти формування крафтових продуктів у ресторанній справі / Паска М. З., Графська О. І., Кулик О. М. // International scientific and practical conference. – Prague, 2020. – Р. 76–80.

17. Левчук А. Упровадження концепції здорового харчування для учасників спортивних змагань / А. Левчук, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 76–79.

18. Куцмида А. Основні чинники впливу приготування якісної здорової продукції у закладах ресторанного господарства / А. Куцмида, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 72–75.

19. Баль-Прилипко Л. Вплив фітохімічних харчових речовин на ризик вірусних інфекцій, включаючи Covid-19 / Л. Баль-Прилипко, О. Швець, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 16–18.

20. Баль-Прилипко Л. В. Удосконалення технології паштетних консервів із білоквмісними наповнювачами / Баль-Прилипко Л. В., Паска М. З., Рябовол М. В. // Продовольчі ресурси. – 2020. – Т. 8, № 15. – С. 6–14.

21. Жук О. Перспективні методи рафінації рослинних олій / О. Жук, М. Паска М. // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів: ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 148-150

22. Карпов А. Інноваційні способи приготування кавових напоїв / А. Карпов, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 155–157.

23. Карпова М. Капінг як спосіб органолептичної оцінки обсмаженого кавового зерна / М. Карпова, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. – С. 55–57.

24. Паска М.З. Розробка рецептур та удосконалення технології функціональних м'ясних посічених напівфабрикатів і котлет з використанням білкового збагачувача / М.З. Паска, О.Б. Маслійчук // Продовольчі ресурси.

2018. № 11. С. 132–138. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pr\\_2018\\_11\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pr_2018_11_17).

25. Петришин Н.З., Бліщ Р.О. Перспективні збагачувальні добавки із зародків пшениці для кондитерських виробів. Вісник Львівської комерційної академії. – Львів : Видавництво Львівської комерційної академії, 2015. – Вип. 16. – С.106 –109 (Технічні науки).

26. Петришин Н.З. Дослідження властивостей листового тіста з використанням дієтичних добавок із зародків пшениці. Вісник Львівської комерційної академії. – Львів : Видавництво Львівської комерційної академії, 2014. – Вип. 14. – С.149-151 – (Технічні науки).

27. Петришин Н.З. Сучасні напрямки розвитку технології харчових виробництв./ Р. О.Бліщ, Н.З. Петришин, І.М. Бабич. // Вісник Львівського торговельно-економічного університету. – Львів: видавництво Львівського торговельно-економічного університету, 2021.–Вип. 25. – С.31-37.(Технічні науки).

28. Петришин Н.З., Назар М.І.. Технологія безглютенових кулінарних страв і кулінарних виробів. Матерали Міжнародної науково-практичної конференції Сучасні напрями розвитку економіки, підприємництва, технологій та їх правового забезпечення (18-19 червня 2020 р.) Львів ЛТЕУ. С. 229-230

29. Петришин Н.З., Кіт Я. Інноваційні технології соусів підвищеної харчової цінності Матерали Міжнародної науково-практичної конференції Сучасні напрями розвитку економіки, підприємництва, технологій та їх правового забезпечення (18-19 червня 2020 р.) Львів ЛТЕУ. С. 230-231

30. Петришин Н.З., Ланиця І. Ф. Ферментація: оптимальний шлях розширення асортименту продукції функціонального призначення. Матерали Міжнародної науково-практичної конференції "Сучасні напрями розвитку економіки, підприємництва, технологій та їх правового забезпечення". (2-3 червня 2021 р.). Львів ЛТЕУ, 2021 С. 196.

### **Електронні ресурси**

1. [http://irbis-nbuv.gov.ua/irbis\\_nbuv.htm](http://irbis-nbuv.gov.ua/irbis_nbuv.htm)
2. <http://www.liet.lviv.ua/redakce/index.php?slozka=715&xuser=&lanG=uk>
3. <http://www.liet.lviv.ua/redakce/index.php?slozka=541&xuser=&lanG=uk>
4. [http://www.onaft.edu.ua/?view=arhiv\\_newspaper](http://www.onaft.edu.ua/?view=arhiv_newspaper)
5. [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Chem\\_Biol/Pkh/texts.html](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Chem_Biol/Pkh/texts.html)
6. <http://www.nbuv.gov.ua/portal/natural/khnit/index.html>
7. [http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/ekhp/index.html](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/ekhp/index.html)
8. <http://library.kr.ua/orhus/harch.html>