

Пути решения проблем качества студенческого питания

Шлетгавер Даниил Витальевич, Смирнов Егор Евгеньевич, магистранты 2 курса, гр.ТП-23МА

Научный руководитель – **Кравченко Наталья Викторовна**, канд. техн. наук, доцент кафедры технологии и организации производства продуктов питания имени А.Ф. Коршуновой, ФГБОУ ВО «Донецкий национальный университет экономики и торговли имени Михаила Туган-Барановского»

Актуальность и значимость исследования.

После вступления в силу Федерального конституционного закона № 5-ФКЗ "О принятии в Российскую Федерацию Донецкой Народной Республики и образовании в составе Российской Федерации нового субъекта - Донецкой Народной Республики" наша Республика начала новый этап интеграции в правовое поле Российской Федерации. И одним из важных направлений этого процесса является питание в образовательных организациях, социальная поддержка и укрепление здоровья детей при помощи питания. И если проблема горячего питания для школьников была пересмотрена и приведена в соответствие с российскими нормами, то проблема питания студентов остается открытой.

Учитывая тот фактор, что наше молодое поколение испытывает постоянные проблемы, стрессы, снижение физической деятельности, нервно-эмоциональную напряженность, связанную со сложной ситуацией в Республике, сегодня особенно важно обеспечить школьников полноценным и разнообразным питанием. При стрессе человек становится беспокойным, раздражительным, усталым, постоянно находится в напряжении. Ему все время хочется спать, или он не способен спать вообще. У него появляется ненасытный аппетит, и он набирает вес, или пища совсем не привлекает, и он снижает вес. У него могут развиваться даже соматические симптомы, например головная боль, боли в суставах и мышцах, ухудшение зрения, высыпания на коже, гастрит, язва или другие расстройства пищеварительной системы. Стресс подстегивает организм, но невозможно всегда находиться в возбуждении. Вслед за возбуждением следует торможение всех функций, апатия.



Для реализации некоторых аспектов деятельности Министерства здравоохранения РФ в 2025 году, а именно *Реализация национального проекта «Продолжительная и активная жизнь»*, целью которого является повышение ожидаемой

продолжительности жизни до 78 лет к 2030 году, возникает проблема совершенствования технологии приготовления продукции адекватного и функционального питания, разработки соответствующих методов контроля, которые основываются на оптимизации режимов и интенсификации процессов производства.



Целью работы является научное обоснование и разработка рекомендаций по питанию студентов

Задачи исследования:

- сбор и анализ информации о влиянии питания на здоровье студентов;
- опрос, мониторинг и тестирование студентов;
- обобщение полученных данных, разработка рекомендаций по питанию молодежи.

Материалы и методы: в процессе исследования были использованы методы теоретического обобщения и сравнения.

ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ КАЧЕСТВА СТУДЕНЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

- ГОСУДАРСТВО**
1. Повышение социально-экономических стандартов
 2. Возрождение доступной студенческой столовой
 3. Пропаганда здорового образа жизни

- НАУКА**
1. Разработка обогащенных полуфабрикатов, которые можно легко перерабатывать в кулинарную продукцию в условиях студенческого быта
 2. Разработка функциональных продуктов питания

НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ	
1	Определение возможности использования нетрадиционного растительного сырья в технологиях продуктов функционального питания
2	Разработка технологий обогащенной выпечки
3	Разработка технологий мучных кондитерских изделий повышенной пищевой и биологической ценности
4	Разработка технологий десертной продукции с заданной структурой
5	Разработка технологий продукции пребиотического действия
6	Разработка технологий новых мясных изделий с использованием высокого гидростатического давления
7	Разработка фаршевых изделий обогащенных растительными добавками и биологически-активными веществами
8	Разработка ресурсосберегающих технологий переработки сельскохозяйственной птицы

На кафедре технологии и организации производства продуктов питания имени Коршуновой А.Ф. были разработаны технологии блюд и изделий с использованием нетрадиционного растительного сырья, селена, пищевых волокон, решаются вопросы использования вторичного сырья и т.п.

Кроме того, нами учитываются гигиенические требования к построению рационального питания человека



Рисунок – Гигиенические требования к построению рационального питания человека

Вывод: нами были изучены общие физиолого-технологические требования к организации питания студентов, к которым относятся требования к пищевому рациону, к режиму питания и к условиям приема пищи. Данные требования являются научной основой организации рационального питания человека, даже независимо от его возраста, пола, состояния здоровья и профессиональной принадлежности.