

ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ  
Навчально-науковий інститут денної освіти  
Кафедра технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

## СИЛАБУС

навчальної дисципліни  
«Культура харчування»  
на 2024-2025 навчальний рік

Курс та семестр вивчення	1 курс, 1 семестр
Освітня програма / спеціалізація	«Харчові технології та інженерія», «Ресторанні технології»
Спеціальність	181 Харчові технології
Галузь знань	18 Виробництво та технології
Ступінь вищої освіти	бакалавр

ПІБ НПП, який веде дану дисципліну  
науковий ступінь і вчене звання,  
посада - доцент кафедри технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

**Бородай Анжела Борисівна**  
к.в.н., доцент

Контактний телефон	+38-095-577-17-31
Електронна адреса	<a href="mailto:boroday_angelina@ukr.net">boroday_angelina@ukr.net</a>
Розклад навчальних занять	<a href="http://schedule.puet.edu.ua/">http://schedule.puet.edu.ua/</a>
Консультації	очна <a href="http://www.thvrg.puet.edu.ua/cont.php">http://www.thvrg.puet.edu.ua/cont.php</a> он-лайн: електронною поштою, пн-пт з 10.00-17.00
Сторінка дистанційного курсу	<a href="https://el.puet.edu.ua/">https://el.puet.edu.ua/</a>

### Опис навчальної дисципліни

<b>Мета вивчення навчальної дисципліни</b>	Надання знань та формування у студентів загальнокультурних і навчально-пізнавальних компетенцій у галузі культури харчування як системи матеріальних і духовних цінностей людини і суспільства.
<b>Тривалість</b>	3 кредити ЄКТС/90 годин (лекції 16 год., практичні заняття 20 год., самостійна робота 54 год.)
<b>Форми та методи навчання</b>	Лекції та практичні заняття в аудиторії, самостійна робота поза розкладом. Методи навчання: словесні (розповідь, опис, пояснення), наочні (ілюстрування, демонстрація), практичні (творчі роботи).
<b>Система поточного та підсумкового контролю</b>	Поточний контроль: відвідування занять; навчальна робота на практичних заняттях; виконання індивідуальних завдань; самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань; поточні модульні роботи. Підсумковий контроль – ПМК.
<b>Базові знання</b>	Формування системи знань щодо основних історичних факторів, які впливали на зародження і розвиток харчування; ступінь корисності продуктів для здоров'я та життєдіяльності людини; пріоритети сучасних концепцій харчування; естетичні вимоги до оформлення і подавання страв.
<b>Мова викладання</b>	Українська

**Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання**

Програмні результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач
<p>ПР 01. Знати і розуміти основні концепції, теоретичні та практичні проблеми в галузі харчових технологій.</p> <p>ПР 03. Уміти застосовувати інформаційні та комунікаційні технології для інформаційного забезпечення професійної діяльності та проведення досліджень прикладного характеру.</p> <p>ПР 27. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства, вести здоровий спосіб життя.</p>	<p>ЗК 1. Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності.</p> <p>ЗК 5. Здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 14. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для забезпечення здорового способу життя.</p> <p>СК 12. Здатність формувати комунікаційну стратегію в галузі харчових технологій, вести професійну дискусію.</p>

**Тематичний план навчальної дисципліни**

Назва теми	Види робіт	Завдання самостійної роботи у розрізі тем
<b>Модуль 1. Харчування як фактор зовнішнього середовища</b>		
Тема 1. Культура харчування як дисципліна, що формує систему ціннісних орієнтацій студента.	Відвідування занять, виконання навчальної роботи на практичних заняттях	Питання для самопідготовки: 1. Сутність, мета і завдання навчальної дисципліни. 2. Поняття про екотрофологію. 3. Продовольча безпека. 4. Екологія харчування. 5. Харчування людини у традиційних суспільствах.
Тема 2. Історичні аспекти впливу харчування на еволюцію людини.	Відвідування занять; виконання навчальної роботи на практичних заняттях; завдання самостійної роботи; захист виконання домашнього завдання та результатів практичних завдань; тестування	Питання для самопідготовки: 1. Значення харчування в еволюції людини. 2. Основні фактори формування раціону харчування. 3. Характеристика раціонів харчування за різних історичних періодів. 4. Харчова карта світу. Світові моделі харчування. Вирішити ситуаційні завдання.
Тема 3. Культура харчування як	Відвідування занять, захист завдань самостійної роботи	Питання для самопідготовки: 1. Харчові продукти, як

матеріальний аспект життєдіяльності людини.	студентів; поточна модульна контрольна робота	основа життєдіяльності людини. 2. Основні харчові речовини: значення в житті людини. 3. Поняття про харчову, енергетичну та біологічну цінність харчових продуктів. Вирішити ситуаційні завдання.
<b>Модуль 2. Культура харчування як елемент духовної культури людства</b>		
Тема 4. Харчування як елемент культури нації.	Відвідування занять; виконання навчальної роботи на практичних заняттях; завдання самостійної роботи; захист виконання домашнього завдання та результатів практичних завдань; тестування	Питання для самопідготовки: 1. Харчування як складова народних традицій, обрядів, ритуалів, церемоній. 2. Народна мудрість про культуру харчування – прислів'я, приказки, частівки. 3. Культура харчування у висловлюваннях філософів, поетів, політиків, художників. 4. Кулінарне мистецтво в репродукціях великих художників світу. Підготувати презентацію згідно із завданням викладача.
Тема 5. Харчування як елемент філософської культури.	Відвідування занять; виконання навчальної роботи на практичних заняттях; завдання самостійної роботи; захист виконання домашнього завдання та результатів практичних завдань; тестування	Питання для самопідготовки: 1. Система Аюрведа та її принципи харчування. 2. Макробіотика – філософія харчування за Ін-Ян. 3. Філософія здорового харчування – концепція піраміди харчування. Підготувати презентацію згідно із завданням викладача.
Тема 6. Культура споживання їжі.	Відвідування занять; виконання навчальної роботи на практичних заняттях; завдання самостійної роботи; захист виконання домашнього завдання та результатів практичних завдань; тестування; поточна модульна контрольна робота.	Питання для самопідготовки: 1. Визначення понять «почуття», «емоції». 2. Смакові відчуття як культура сприйняття їжі. 3. Смакові переваги їжі. 4. Сучасна культура застільного етикету. 5. Культура споживання страв: правила, традиції, особливості.

### Інформаційні джерела

#### Основні

1. Брайченко Олена, Гримич Марина, Лильо Ігор, Резніченко Віталій. Україна. Їжа та Історія. Вид. «Їzhak». 2021. 288 с.
2. Вакулик І.І. Етикет та культура харчування: Навчальне видання / І.І. Вакулик, Я.В. Пузиренко, Т.М. Мисюра. К.: Вид. ТОВ «Аграр Медіа Груп», 2010. 68с.
3. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Артеменко В.С. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: Підручник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2020. 558 с.
4. Капрельянц Л.В., Петросьянц А.П. Лікувально-профілактичні властивості харчових продуктів та основи дієтології. Одеса: Друк, 2011. 269 с.
5. Основи харчування: підручник / М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк, Н.В. Розумикова, В.В. Кручаниця, В.В. Брич, В.П. Кіш. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.
6. Решта С.П., Пилипенко Л.М., Данилова О.І. Фізіологічні аспекти оцінки якості харчових продуктів: навчальний посібник/заред. Л. М. Пилипенко. Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2021. 334 с.
7. Черевко О.І. та інші. Дієтичне харчування: Підручник. Вид. «Світ книг». 2016. 360 с.
8. Єжова О. О. Основи популяризації здорового способу життя : навчальний посібник / О. О. Єжова, В. І. Кириченко. Суми : Сумський державний університет, 2024. 154 с. Режим доступу: <https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream-download/123456789/95060/1/Yezhova.pdf>
9. Большакова В. А., Янчева М. О., Желева Т. С. Технологія оздоровчих харчових продуктів (у схемах і таблицях): навч. посібник. Харків: ДБТУ, 2021. 97 с. : Режим доступу: <https://repo.btu.kharkov.ua/handle/123456789/53239>

#### Додаткові

10. Белокоз Анна, Самойленко Наталія. Виховання харчування. 10 кроків до здоров'я вашої дитини . К. Уакабоо. 2023. 241 с.
11. Ендрю Дженкінсон. Чому ми такі ненажери? BookChef. 2021. 285 с.
12. Безпека харчування : дайджест. Вип. 41 [Електронний ресурс] / Нац ун-т харч. технол., Наук.-техн. б-ка ; підгот. О. В. Олабоді. Київ, 2018. 17 с. Режим доступу : <http://library.nuft.edu.ua>
13. Культура і побут населення України: навч. посібник / В.І. Кулько, Л.Ф. Артюх, В.Ф. Торленко та ін. 2-е вид. доп. та перероб. К.: Либідь, 1993. 288 с.
14. Смоленський Б.Л., Білова Л.В. Віра та харчування: Обряди і народні традиції харчування у світових релігіях [Текст]. 1994. 155 с.
15. Технологія продуктів дієтичного та лікувально-профілактичного харчування : науково-допоміжний бібліографічний показник двома мовами 1990-2019 рр. / [упоряд. Т. П. Фесун] ; Наук.-техн. б-ка ; Нац. ун-т харч. технологій. Київ, 2019. 157 с.
16. . Закон України «Про безпечність та якість харчових продуктів» зі змінами і доповненнями від 22 липня 2014 року № 1602-7.
17. Закон України «Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення» зі змінами і доповненнями від 06 вересня 2018 року №2530-8.
18. Збірник рецептур страв та кулінарних виробів. Для підприємств громадського харчування всіх форм власності / О.В. Шалимінов, Т.П. Дятченко, Л.О. Кравченко. К.: А.С.К., 2008. 848 с.
19. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах. Клопотенко Є., © Видавництво “Літопис”, 2019. 144 с.
20. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії / МОЗ України. Наказ № 1073 від 03.09.2017. К., 2017. (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text>)
21. Закон України «Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів» (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2019, № 7, ст.41)

22. Хомич Г. П., Горобець О. М., Наконечна Ю. Г., Олійник Л. Б., Бородай А. Б. Хеномелес в якості поліфункціональної добавки в технології виробництва харчових продуктів. Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі. Випуск 2, 2023. С. 24-30. <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/13577>

23. Хомич Г.П., Горобець О.М., Бородай А.Б., Молчанова Н.Ю., Гайворонська З.М. Дослідження різних видів смородини та їх використання в технології десерту пана-коти. Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі. Випуск 3, 2023. С. 13-21. <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/14153>

24. Бородай А. Б., Суткович Т. Ю., Геречук А. М., Левченко Ю. В. Удосконалення технології попередньої обробки м'яса для приготування в закладах ресторанного господарства. Науковий вісник ЛНУВМБ імені С.З. Гжицького. Серія: Харчові технології, 2024, т 26, № 101. С. 84-90. <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/14154>

25. Анжела Бородай, Галина Хомич, Олександра Горобець, Юлія Левченко, Юлія Мацук. Використання фруктової сировини як джерела органічних кислот у технології дрібношматкових м'ясних напівфабрикатів. Journal of Chemistry and Technologies, 2022, 30 (4), С. 613-626. © 2022 Oles Honchar Dnipro National University; doi: 10.15421/jchemtech.v30i4.260055 Режим доступу: <http://chemistry.dnu.dp.ua>

### **Програмне забезпечення навчальної дисципліни**

1. Загальне програмне забезпечення, до якого входить пакет програмних продуктів Microsoft Office.

2. Спеціалізоване програмне забезпечення комп'ютерної підтримки освітнього процесу з навчальної дисципліни, яке включає перелік конкретних програмних продуктів: мультимедійні презентації, програмний засіб «OpenTest 2.0». Тестування проводиться під час проведення занять (поточний контроль) і під час підсумкового контролю знань, дистанційний курс у системі дистанційного навчання ПУЕТ.

### **Методичне забезпечення навчальної дисципліни**

- Курс лекцій. з дисципліни
- Дистанційний курс
- Методичні вказівки щодо виконання практичних робіт,
- Комплект тестів для поточного модульного контролю,
- Комплект тестів для рубіжного модульного контролю.

### **Методи навчання**

1. Інтерактивні методи («Відкритий простір», дебати)
2. Методи візуалізації знань (Метод символічної наочності, інфографічний метод)
3. Комп'ютерно-орієнтовані методи.
4. Дослідницькі методи (міні-дослідження)

### **Політика вивчення навчальної дисципліни та оцінювання**

**Політика оцінювання здобувачів вищої освіти.** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається із дозволу провідного викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Положення про організацію освітнього процесу <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/06/polozhennya-pro-organizacziyu-osvitnogo-proczesu-1.pdf>

Положення про порядок та критерії оцінювання знань, вмінь та навичок здобувачів вищої освіти [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh\\_por\\_kryt\\_ocinyuvannya.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_kryt_ocinyuvannya.pdf)

Порядок ліквідації здобувачами вищої освіти академічної заборгованості <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/por-likvid-akad-zaborgovanosti.pdf>

**Політика щодо відвідування.** Відвідування занять є обов'язковим компонентом. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в режимі он-лайн.

**Політика щодо академічної доброчесності.** Здобувач повинен дотримуватись принципів академічної доброчесності, зокрема недопущення академічного плагіату, фальсифікації, фабрикації, списування під час поточного, рубіжного та підсумкового контролю. Списування під час контрольних робіт та поточних тестів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування та підготовки практичних завдань в процесі заняття. В ПУЕТ діють:

Кодекс честі студента [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/kodeks\\_chesti\\_studenta.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/kodeks_chesti_studenta.pdf)

Положення про академічну доброчесність [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh\\_akadem\\_dobrochesnist.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_akadem_dobrochesnist.pdf).

Положення про запобігання випадків академічного плагіату <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-zapobigannya-vypadkam-akademichnogo-plagiatu.pdf>

**Політика визнання результатів навчання визначена такими документами:**

Положення про порядок перезарахування результатів навчання, здобутих в іноземних та вітчизняних закладах освіти [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh\\_por\\_perezarah\\_rez\\_zvo.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_por_perezarah_rez_zvo.pdf)

Положення про академічну мобільність здобувачів вищої освіти [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozha\\_pro\\_akademichnu\\_mobilnist.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozha_pro_akademichnu_mobilnist.pdf)

Положення про порядок визнання результатів навчання здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти посилення; інфографіка (розділ Освіта/Організація освітнього процесу/Неформальна освіта) <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-poryadok-vyznannya-rezultativ-navchannya-zdobutyh-shlyahom-neformalnoyi-ta-abo-informalnoyi-osvity.pdf>

**Політика вирішення конфліктних ситуацій:**

Положення про правила вирішення конфліктних ситуацій <https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozhennya-pro-pravyla-vyrishennya-konfliktnyh-sytuacij-u-puet.pdf>

Положення про апеляцію результатів підсумкового контролю у формі екзамену [https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh\\_pro-apel\\_pidscontr.pdf](https://puet.edu.ua/wp-content/uploads/2023/07/polozh_pro-apel_pidscontr.pdf)

Уповноважена особа з питань запобігання та виявлення корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

**Політика підтримки учасників освітнього процесу:**

Психологічна служба: <https://puet.edu.ua/psychologichna-pidtrymka-v-puet/>

Студентський омбудсмен (Уповноважений з прав студентів) ПУЕТ <https://puet.edu.ua/other-divisions/studentskyj-ombudsmen-upovnovazhenyj-z-prav-studentiv-puet/>

Уповноважений з прав корупції <https://puet.edu.ua/zapobigannya-ta-protidiya-korupciyi/>

**Безпека освітнього середовища:** Інформація про безпечність освітнього середовища ПУЕТ наведена у вкладці «Безпека життєдіяльності» <https://puet.edu.ua/pro-puet/bezpeka-zhyttyedyialnosti/>

## Оцінювання

**Підсумкова оцінка за вивчення навчальної дисципліни розраховується через поточне оцінювання для студентів**

Види робіт	Максимальна кількість балів
Модуль 1. (теми 1-3) відвідування занять (10,0 бали); навчальна робота на практичних заняттях (5,0 бали); самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань (5,0 бали); захист виконання домашнього завдання (5,0 бали); виконання індивідуальних завдань (5,0 бали); виконання поточної модульної контрольної роботи (20,0 балів)	50
Модуль 2. (теми 4-6) відвідування занять (10,0 балів); навчальна робота на практичних заняттях (5,0 балів); самостійна робота з підготовки до занять та виконання домашніх завдань (5,0 балів); захист виконання домашнього завдання (5,0 балів); виконання індивідуальних завдань (5,0 бали); виконання поточної модульної контрольної роботи (20,0 балів)	50
<b>РАЗОМ /Підсумковий контроль (ПМК)</b>	<b>100</b>

**Шкала оцінювання знань студентів за результатами підсумкового контролю з навчальної дисципліни «Культура харчування»**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	задовільно
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

**Система нарахування додаткових балів за видами робіт з вивчення навчальної дисципліни «Культура харчування»**

Форма роботи	Вид роботи	Бали
Навчальна	1. Виконання індивідуальних завдань підвищеної складності	10,0
	2. Підготовка рефератів і участь в проведенні круглих столів.	8,0
Науково – дослідна	1. Участь в наукових семінарах	5,0
	2. Участь в наукових студентських конференціях: університетських, міжвузівських, всеукраїнських, міжнародних	5,0
Кафедральна	1. Участь у виготовленні мультимедійних засобів навчання	2,0
<b>Разом</b>		<b>30</b>