**Соболь Ю. (ХТЕІ КНТЕУ, м. Харків)**

**ОЦІНКА, РАЦІОНАЛІЗАЦІЯ, КОНСТРУЮВАННЯ ТА ПРОЕКТУВАННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ХАРЧОВИХ РАЦІОНІВ ДЛЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

На сьогоднішній день складне соціально-економічне становище в державі все більше вносить негативні корективи в харчування військовослужбовців, що проявляється в недостатньому споживанні повноцінної за вмістом білка, поліненасичених жирних кислот, вітамінів, мінеральних речовин їжі, і, як наслідок – зниження фізичного розвитку та прогресування аліментарно обумовленої патології.

Метою дослідження є вивчення та оцінка діючих харчових раціонів для військовослужбовців, обґрунтування та проектування харчових раціонів збалансованих відповідно до сучасних вимог. З урахуванням виявлених відхилень в структурі харчування військовослужбовців розроблені заходи щодо покращення їх харчового статуту та запропонований приблизний раціон, що містить кулінарну продукцію заданої дії. В результаті аналізу виявлено, що вміст ессенціальних речовин не задовольняє потребам військовослужбовців відповідно гігієнічним нормам, а саме для цієї категорії професійної групи формула повноцінного харчового раціону становить білки:жири:вуглеводи =1:0,8…0,9:5,2…5,6.

При аналізі фактичного харчового раціону військової частини за тиждень не забезпечувалося повноцінного харчового раціону не щодобово, не щотижнево протягом місяця. Враховуючи фактичну формулу раціону харчування військовослужбовців, виявлено суттєву різницю в споживанні нутрієнтів та вітамінів. Проведені дослідження свідчать про нестачу в харчуванні військовослужбовців: білків – 15…17%, жирів – 7…10%, вуглеводів – 28…32%, харчових волокон – 45..52%, а також вітамінів: ретинолу (А) – 46…50%, токоферолу (Е) – 33… 47%, аскорбінової кислоти (С) – 16…29%, кальциферолу (D) – 38…50%, вітамінів групи В, а саме: тіамін (В1) – 23…41%, рибофлавін (В2) – 27…33%, пантотенова кислота (В5) – 33…41%, піридоксин (В6) – 33…45%, фолієва кислота (В9) – 18…32%. Дані дослідження показують, що розроблений та запропонований раціон для військовослужбовців можливо використовувати у військових частинах для забезпечення профілактики захворювань та порушень центрально-нервової системи, особливо у зоні АТО. Порівняльний аналіз фактичного та розробленого раціонів показує значну невідповідність вимогам фактичного раціону й високі якісні показники розробленого харчового раціону для військовослужбовців.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Робота виконана під керівництвом к.т.н. доц.. Свідло К.В.