

# ХАРЧОВА КУЛЬТУРА В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ

Кафедра готельно-ресторанної справи та туризму

Економічний факультет

<i>Лектор</i>	Неїленко Сергій Михайлович, к. тех. н., доцент
<i>Семестр</i>	7
<i>Освітній ступінь</i>	Бакалавр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	3
<i>Форма контролю</i>	Залік
<i>Аудиторні години</i>	30 (15 год лекцій, 15 год практичних занять)

## Загальний опис дисципліни

**Мета вивчення дисципліни** – сформувати у здобувачів освіти цілісне розуміння ролі харчової культури у забезпеченні фізичного, психічного та соціального благополуччя людини (well-being) і професійні компетентності щодо розроблення, організації та впровадження здорового харчування у сфері гостинності. Особливу увагу приділено вивченню сучасних підходів до раціонального, функціонального та інклюзивного харчування, а також впливу культури споживання їжі на якість життя людини.

**Предметом вивчення** є наукові основи харчової культури, принципи раціонального та збалансованого харчування, психофізіологічні аспекти харчування, вплив гастрономічних традицій, інновацій та сервісу на стан well-being у закладах гостинності.

У результаті вивчення освітньої компоненти здобувач освіти повинен **знати**:

- ✚ основи фізіології та психології харчування, принципи формування харчової поведінки;
- ✚ концепції харчової культури, гастрономічної етики та їхній вплив на стан well-being;
- ✚ сучасні тенденції у сфері здорового, інклюзивного та функціонального харчування;
- ✚ принципи раціонального харчування для різних вікових, соціальних і професійних груп населення;
- ✚ взаємозв'язок харчування, способу життя, емоційного стану та продуктивності праці;
- ✚ світові стандарти та підходи до організації здорового харчування у сфері гостинності;
- ✚ роль харчової культури в підвищенні якості та корпоративного іміджу підприємства.

### **Вміти:**

- ✚ аналізувати харчову поведінку споживачів і визначати їхні потреби у контексті well-being;
- ✚ розробляти раціони й меню з урахуванням фізіологічних, соціальних та психологічних особливостей гостей;
- ✚ організувати харчування на принципах здорового способу життя й гастрономічної культури;
- ✚ впроваджувати інноваційні технології та концепції «здорового сервісу» у практику ресторанного бізнесу;
- ✚ оцінювати якість харчових продуктів і страв за критеріями поживної цінності, безпечності та користі для організму;
- ✚ формувати культуру харчування та пропагувати здорові гастрономічні практики серед гостей.

### **Теми лекцій:**

1. Харчування людини як медико-біологічний, соціально-економічний та культурний феномен.
2. Культура харчування та концепція Well-being у сфері гостинності.
3. Еволюція теорій харчування: від класичних до сучасних wellness-підходів.
4. Вплив харчування на функціонування основних систем організму людини.
5. Обмін речовин та енергії.
6. Основи раціонального та збалансованого харчування.
7. Раціональне харчування окремих груп населення.
8. Сучасні тенденції формування культури харчування та здорового способу життя.

### **Теми практичних занять:**

1. Аналіз сучасних харчових моделей та стилів життя людини.
2. Well-being як концепція гармонійного життя і складова ресторанної філософії.
3. Історичний розвиток і практичне застосування теорій харчування.
4. Взаємозв'язок харчування і функціонування систем організму людини.
5. Визначення енергетичної цінності добового раціону.
6. Розробка меню з урахуванням принципів збалансованого харчування.
7. Харчування спеціальних груп споживачів у системі гостинності.
8. Сучасні світові тенденції харчування та їхнє впровадження у сфері HoReCa.