

Галицький фаховий коледж імені В'ячеслава Чорновола
Відділення економіки та туризму

Циклова комісія дисциплін готельно-ресторанної
справи та туризму

КУРСОВА РОБОТА

**З дисципліни: «Технологія продукції ресторанного
господарства»**

**на тему: «Технології стародавніх українських страв із овочів і
грибів, рекомендації з їхнього використання у сучасних
умовах»**

Виконала: студентка групи ГР-186

Суховецька Софія Костянтинівна

Науковий керівник:
Муха Роксолана Андріївна

Національна
шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка:

ECTS _____

Члени комісії _____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)

м. Тернопіль – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. АНАЛІТИЧНИЙ ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ.....	4
1.1. Загальний стан та особливості приготування стародавніх українських страв з овочів і грибів.....	4
1.2. Аналіз рецептурного складу та технології виробництва стародавніх українських страв з грибів та овочів.....	8
1.3. Визначення основних шляхів удосконалення процесу виробництва рецептурного складу стародавніх українських страв з овочів та грибів...	11
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ТА ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПІДЖИЩЕННЯ ЯКОСТІ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СТРАВ ОВОЧІВ ТА ГРИБІВ.....	16
2.1. Об'єкт, предмет і матеріали дослідження.....	16
2.2. Методи та загальна схема дослідження.....	18
РОЗДІЛ ІІІ. РОЗРОБКА НОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТІ СУЧАСНИХ УКРАЇНСЬКИХ СТРАВ З ОВОЧІВ ТА ГРИБІВ.....	21
3.1. Обґрунтування вибору сировини, необхідних для приготування досліджуваної продукції.....	21
3.2. Проведення технологічних досліджень удосконалення рецептурного складу стародавніх українських страв із овочів і грибів.....	25
3.3. Розроблення схеми технологічного процесу та проекту нормативної документації та нові види продукції	27
ВИСНОВКИ.....	32
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	33
ДОДАТКИ.....	34

ВСТУП

Стародавні українські страви з овочів та грибів були дуже популярні в минулому, але зараз їх забули. Однак, ці страви мають великий потенціал у сучасній кулінарії, оскільки вони є дуже корисними та смачними.

Українська кухня має багату історію та культурну спадщину, яка передається з покоління в покоління. Одним з найбільш цікавих аспектів української кулінарії є стародавні технології приготування страв з овочів та грибів.

У сучасних умовах можна використовувати ці страви як основні страви або як гарнір до м'ясних страв. Вони дуже корисні та смачні, тому варто спробувати приготувати їх удома.

Метою даної курсової роботи є вивчення технологій приготування стародавніх українських страв з овочів та грибів, а також рекомендації з їхнього використання у сучасних умовах. Для досягнення цієї мети були використані різноманітні джерела, такі як книги з кулінарії, наукові статті та інтернет-ресурси.

Один з найвідоміших страв з грибів та овочів - це борщ. Він готується з буряка, картоплі, моркви, цибулі, капусти та грибів.

У сучасних умовах можна використовувати різні овочі та гриби для приготування страв. Наприклад, для борщу можна використовувати не тільки традиційні овочі, але й броколі, цвітну капусту, гарбуз, а також різні види грибів, такі як шампіньйони, білі гриби, опеньки та інші.

Важливо пам'ятати, що приготування страв з овочів та грибів потребує деяких знань та навичок. Наприклад, гриби потрібно правильно очистити та підготувати до приготування, а овочі - нарізати та варити до готовності. Також важливо дотримуватися рецепту та не перевищувати час приготування, щоб страва не втратила своїх корисних властивостей та смаку.

РОЗДІЛ 1. АНАЛІТИЧНИЙ ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

1.1. Загальний стан та особливості приготування стародавніх українських страв з овочів і грибів

Овочі - це певні їстівні частини рослин, переважно трав'янистих, котрі людина вживає як їжу [5].

У кулінарній практиці у всіх кухнях світу готується дуже різноманітний асортимент страв і виробів з овочів та грибів. Овочі піддаються різним прийомам теплової обробки: їх варять, припускають, жарять, пасерують, тушкують, запікають [8].

Варять овочі у воді, на парі, у мікрохвильових апаратах. Рідину беруть у співвідношенні 1:1 чи ж у більшій кількості. Звичайно овочі закладають у киплячу воду і додають сіль. Без солі варять буряк, моркву, зелений горошок, шпинат і салатні овочі. Овочі з зеленим фарбуванням варять у великій кількості води при відкритій кришці і бурхливому кипінні (щавель, шпинат, стручки квасолі, гороху). Варять овочі очищеними і неочищеними [9].

Після закладки картоплі й овочів у киплячу воду їх швидко доводять до кипіння, а потім нагрівання зменшують і варять до готовності: картопля - 25-40 хв, морква - 30-60 хв, буряк молоду - 1- 1,5 ч, стару - 2-2,5 ч.

Більш раціонально варити буряк так: варити в перебігу 1 години, а потім злити воду і залити холодною водою на 1 годину. Заморожені овочі закладають у гарячу воду не відтаючи.

При варінні картоплі по досягненню тану напівготовності воду зливають і доводять до готовності при закритій кришці 5-7 хв. Консервовані овочі прогрівають разом з відваром зливають його [8].

При варінні овочів па пари досягають значних знижень втрат основних харчових речовин, що робить їхній більш смачними й ароматними. Для цих цілей застосовують парові казани каструлі. Їх закривають щільно кришкою і нагрівають. У мікрохвильове випромінювання овочі поміщають у спеціальних

каструлях з термостійкого скла без води. При цьому вони в 5-10 разів швидше доводяться до готовності в порівнянні з варінням у воді. Однак маса оброблюваного продукту має істотне значення: при первісному розігріві овочі майже цілком зберігають свої харчові переваги.

Якість готової продукції, кількість відходів і втрати живильних речовин при кулінарній обробці залежать насамперед від якості сировини і його технологічних властивостей [8].

Для кулінарної переробки використовують столові сорти картоплі із середнім змістом крохмалю 12-16 %.

Їхня технологічна властивості визначаються формою бульб, кількістю і глибиною залягання вічок, ступенем потемніння сирови і вареної картоплі, збереженням форми при тепловій обробці, консистенцією вареної картоплі [8].

Картоплю необхідно витримати якийсь час при кімнатній температурі. При цьому знижується зміст мальтози, що додає солодкий смак.

Кращими кулінарними властивостями володіє буряк, без виражених світлих кілець, що додають їй грубу консистенцію, тому що в них накопичується лігнін. Слабко пофарбований буряк для борщів краще зварити в шкірці, а потім очистити і нашаткувати [8].

Білокачанною капусту використовують для різних страв. Ранні сорти капусти краще нарізати для салатів і овочевих супів, середньостиглі і пізньостиглі - для салатів, супів, гасіння. З пухких качанів краще готувати голубці, щільні зручніше шаткувати на машинах соломкою [9].

Червонокачанна капуста придатна для салатів, маринування і гасіння, кольрабі тушкують, брюссельську капусту використовують для супів, запікання, відварюють.

Гострі сорти ріпчастої цибулі краще підходять для пасерування, слабгострі - для салатів, вінегретів, для вживання у свіжому вигляді.

Страви з овочів мають високу харчову та біологічну цінність. Овочі містять велику кількість вітамінів, мінералів та інших корисних речовин,

таких як каротини, флавоноїди, фітонциди та інші. Вони також містять багато волокон, які покращують травлення та знижують ризик розвитку серцево-судинних захворювань та діабету. Страви з овочів можуть бути важливим джерелом білків, особливо для вегетаріанців та веганів, які не споживають м'ясо та рибу [9].

Стародавні страви з овочів можна класифікувати за наступними ознаками:

1. Спосіб приготування: варені, смажені, запечені, тушковані, сирі.
2. Використані овочі: морква, буряк, картопля, капуста, цибуля, часник, перець, томати, гарбуз, кабачки, баклажани, горох, квасоля, сочевиця, індійський горох, бамія, броколі, цвітна капуста, спаржа, морська капуста, редис, редька, салат, шпинат, крес-салат, петрушка, кріп, базилік, орегано, тим'ян, розмарин, м'ята, коріандр, куркума, імбир.
3. Додаткові інгредієнти: м'ясо, риба, гриби, сир, яйця, горіхи, сухофрукти, спеції, зелень.
4. Регіональні особливості: страви зі сходу, заходу, півночі, півдня, країн Сходу, країн Заходу, країн Азії, країн Європи, країн Африки, країн Південної Америки, країн Північної Америки.

Для приготування страв з овочів та грибів важливо мати якісну грибну сировину, але й знати, з якими продуктами гриби поєднуються. Потрібно пам'ятати, що смак страв зі свіжих грибів визначається насамперед природним грибним запахом. Тому додавати такі сильні спеції, як чорний перець, базилік, коріандр, гвоздика та кориця, у грибні супи, соуси та печені небажано. Навпаки, такі приправи та пряні овочі, як часник та цибулю, лавровий лист, кріп та петрушка, відмінно поєднуються з грибами.

Оскільки гриби майже не містять цукру та кислоти, завжди непогано дещо підкислити під час приготування за допомогою сметани, томатної пасти або свіжих помідорів, а також білим сухим вином [9].

Страви з грибів мають високу харчову та біологічну цінність. Гриби містять білки, жири, вуглеводи, вітаміни та мінерали. Вони також містять

амінокислоти, які необхідні для побудови білків в організмі людини. Гриби містять вітаміни групи В, які необхідні для нормального функціонування нервової системи та метаболізму. Крім того, гриби містять мінерали, такі як калій, фосфор, залізо та цинк, які необхідні для здоров'я кісток та м'язів.

Однак, варто зазначити, що деякі види грибів можуть бути отруйними, тому важливо знати, які гриби можна вживати в їжу, а які не можна. Також важливо правильно готувати гриби, щоб уникнути отруєння.

Страви з грибів можуть бути включені до різноманітних дієт, таких як вегетаріанська, веганська, кето-дієта та інші. Вони можуть бути використані як основна складова страви або як додаток до інших страв [8].

Стародавні страви з грибів можна класифікувати за наступними ознаками:

1. Спосіб приготування: варені, смажені, запечені, тушковані, мариновані тощо.
2. Вид грибів: білі, білі гриби, підберезовики, опеньки, масляки, грузді, лисички, печериці, шампіньйони тощо.
3. Склад інгредієнтів: гриби можуть бути приготовлені з різними інгредієнтами, такими як м'ясо, риба, овочі, зелень, спеції тощо.
4. Регіональна кухня: страви з грибів можуть відрізнятися залежно від регіону, де вони готуються. Наприклад, в Україні популярні борщ з грибами, грибна запіканка, грибний соус, а в Італії - піца з грибами, грибний ризотто.
5. Традиції та звичаї: деякі страви з грибів можуть бути пов'язані з традиціями та звичаями певної культури або народу. Наприклад, український грибний пиріг є символом домашнього затишку та гостинності [9].

1.2. Аналіз рецептурного складу та технології виробництва страв з грибів та овочів

Стародавні овочі та гриби займають значну питому вагу в загальному раціоні харчування людини. Овочі можуть споживатися у свіжому,

консервованому вигляді; як самостійна страва або у складі багатокомпонентних страв. Овочева сировина може відігравати у страві як основу (салати, вінегрети тощо), так і додаткову роль (складова частина відтяжок для бульйонів тощо) [11].

Аналіз рецептурного складу та технології виробництва страв з грибів та овочів можна провести на прикладі таких страв, як грибна юшка, грибний рагу, овочевий рагу, овочевий суп.

Грибна юшка складається з таких інгредієнтів: гриби, картопля, морква, цибуля, вершки, зелень, сіль, перець. Гриби, картопля, морква та цибуля нарізаються дрібними кубиками та варяться у воді до готовності. Потім додають вершки, зелень, сіль та перець за смаком.

Грибний рагу складається з таких інгредієнтів: гриби, цибуля, морква, перець, помідори, зелень, сіль, перець, олія. Гриби нарізаються тонкими пластинами та обсмажуються на олії до золотистого кольору. Додають нарізану цибулю, моркву та перець та обсмажують до м'якості. Потім додають нарізані помідори, зелень, сіль та перець за смаком.

Овочевий рагу складається з таких інгредієнтів: картопля, морква, цибуля, перець, помідори, зелень, сіль, перець, олія. Картопля, морква та цибуля нарізаються тонкими пластинами та обсмажуються на олії до золотистого кольору. Додають нарізані помідори, зелень, сіль та перець за смаком.

Овочевий суп складається з таких інгредієнтів: картопля, морква, цибуля, капуста, помідори, зелень, сіль, перець, олія. Картопля, морква, цибуля та капуста нарізаються тонкими пластинами та обсмажуються на олії до золотистого кольору. Додають нарізані помідори, зелень, сіль та перець за смаком.

Удосконалення рецептурного складу можна провести шляхом додавання нових інгредієнтів, наприклад, грибів, які не використовуються в традиційних рецептах, або зміни кількості та співвідношення інгредієнтів. Також можна використовувати нові технології приготування, наприклад,

використовувати мультиварку або духовку з функцією пароварки.

Роль овочів визначається в підтримці кислотно-лужної рівноваги організму (овочі сприяють зрушенню рН в лужну зону), у сприятливому впливі на обмін речовин, лікувально-профілактичними властивостями (покращують травлення, мають детоксикуючі й антибактерицидні властивості, сприяють виведенню холестерину). Денна потреба в овочах складає близько 15 % від загального харчового раціону.

Низька калорійність більшості овочів має певні переваги. Порівняємо калорійність деяких овочів. Споживання 100 г нижчеперелічених овочів дають організму такі кілокалорії: огірки – 14, білокачанна капуста – 27, салат – 14, цвітна капуста – 30, баклажани – 24, кабачки – 23, томати – 23, гарбуз – 29. Для порівняння: калорійність такої ж кількості вершкового масла складає 661 ккал, а свинячого шпику – 841 ккал [11].

Свіжі овочі відрізняються високим вмістом води (84-96%). Основна складова частина сухої речовини - вуглеводи (складні і прості).

Окремо розглянемо значення з грибів, яка займає незначне місце у класичній нормативній базі (у «Збірнику рецептур...» загальна кількість страв, в яких гриби є основним рецептурним компонентом, налічує тільки 5 найменувань). Свіжі гриби, як й овочі, відрізняються високим вмістом води (84-92%). Кількість сухих речовин складає 8-16%. Основна складова частина сухих речовин - азотисті речовини (до 50% від сухої речовини), з них до 80% білків. Вміст білкових речовин, до складу яких входять всі незамінні амінокислоти, в грибах значно вище, ніж у багатьох овочів. Вільні амінокислоти (0,3-2,6%) в поєднанні з іншими екстрактивними та специфічними ароматичними речовинами стимулюють секреторну діяльність шлункових залоз і тим самим сприяють перетравленню інших харчових продуктів. До азотистих речовин грибів належить фунгін (ідентичен хітину ракоподібних), який складає основу грибної клітковини. Він не перетравлюється в організмі людини, тому дещо знижує засвоюваність грибів, яка в середньому складає 70%. Гриби багаті ферментами (амілаза, ліпаза,

уреаза та ін.), які сприяють розщепленню жирів, клітковини, казеїну та ін. Із вуглеводів у грибах наявні цукри - глюкоза, трегалоза, фруктоза (до 1,5%), які надають приємний солодкуватий присмак; цукроспирти - манніт, сорбіт, інозит (0,2...0,7%); глікоген - до 0,15%, клітковина - 1%.

Гриби також є джерелом поліненасичених жирних кислот (олеїнової, лінолевої, ліноленової), фосфоліпідів, які входять до складу ліпідів (0,5-1,2%). Овочі і гриби є джерелом мінеральних речовин (К, Р, Mg, Fe, Zn та ін.), вітамінів (D, С, В1, В2, РР, А та ін.), ароматичних речовин, ефірних олій (цибуля, селера) [12].

Вищенаведені дані мають узагальнений характер. Проте, хімічний склад, морфологічна будова і технологічні властивості окремих груп овочів мають свої особливості. Тому, на наступному етапі вважаємо за доцільне розглянути найбільш вагомі класифікаційні ознаки овочевої сировини [12].

Овочеву сировину можна класифікувати на наступні групи:

1. За ботанічним видом:

- бульбоплоди (картопля, батат, топінамбур);
- коренеплоди (морква, буряк, петрушка, пастернак, ріпа, селера, редис);
- гарбузові (огірки, кабачки, гарбуз);
- капустяні (капуста біло- і червонокачанна, савойська, брюссельська, цвітна);
- томатні (томати, баклажани, перець стручковий);
- цибульні (цибуля ріпчаста, порей, зелена, часник);
- листові (салат листовий і качановий, шпинат, щавель, кропива, лобода);
- десертні (спаржа, артишоки, ревінь);
- боби (квасоля, горох, боби, ліма);
- пряні (хрін, естрагон, чабер, майоран);
- зернові (кукурудза).

2. За термінами дозрівання:

- ранні;
- середні;

- пізні.

3. За ступенем попередньої обробки:

- свіжі

- консервовані (заморожені, сушені, солоні, квашені тощо) [12].

У закладах ресторанного-господарства овочі надходять у свіжому і консервованому (солоному, маринованому, сушеному і замороженому) вигляді, в індивідуальному виді або в сумішах [11].

Аналіз рецептурного складу та технології виробництва страв з овочів може включати наступні етапи:

1. Визначення складу і кількості інгредієнтів. Для цього необхідно вивчити рецепт та визначити, які овочі використовуються, які ще інгредієнти додаються (наприклад, спеції, зелень, м'ясо або риба), та яка кількість кожного інгредієнту потрібна.

2. Аналіз технології приготування. Необхідно вивчити послідовність дій, які необхідно виконати для приготування страви з овочів. Наприклад, які овочі потрібно нарізати, як їх обробляти, як довго варити або смажити.

3. Визначення харчової цінності. Необхідно визначити кількість калорій, білків, жирів та вуглеводів у страві з овочів. Це допоможе визначити, наскільки корисна страва для здоров'я [11].

4. Аналіз смакових якостей. Необхідно оцінити смак та аромат страви з овочів, щоб визначити, наскільки вона смачна та приваблива для споживачів.

5. Визначення вартості виробництва. Необхідно визначити вартість інгредієнтів та часу, необхідного для приготування страви з овочів. Це допоможе визначити, наскільки економічно вигідна страва для виробника.

Після проведення аналізу рецептурного складу та технології виробництва страв з овочів можна визначити, які зміни можна внести для поліпшення якості та корисності страви, а також для зниження вартості виробництва.

Овочі, які додають до будь-якої страви з м'яса, риби, сприяють кращому

засвоєнню їх. Смакові й ароматичні речовини, барвники, які містяться в овочах, підвищують апетит. Поєднуючи овочі з м'ясом, рибою, можна підвищити їхню біологічну цінність. Добирати гарніри до страв з м'яса, птиці, риби потрібно за смаком, кольором і складом овочів, враховуючи при цьому калорійність і смак основної страви. Наприклад, до страв з жирного м'яса і птиці використовують більш гострі гарніри - тушковану, квашену капусту, овочі, тушковані з томатною пастою. До страв з нежирного м'яса краще подавати гарніри з ніжним смаком - відварну картоплю, картопляне пюре, овочі в молочному соусі; до вареного м'яса подають зелений горошок, відварну картоплю, картопляне пюре, смаженого - смажену картоплю, складні овочеві гарніри; до вареної і припущеної риби - картоплю варену і смажену. Гарніри з капусти, брукви і ріпи до рибних страв не подають. Гарніри з овочів можуть бути простими, комбінованими і складними. До простих гарнірів входить один вид овочів, комбінованих - два, складних - три і більше [12].

У курсовій роботі було вибрано та досліджено страву аналог: Грибний крем-суп з картоплею та цибулею.

Рецептурний склад страви "Грибний крем-суп з картоплею та цибулею":

Інгредієнти:

- 500 грамів свіжих грибів (шампіньйони, білі гриби або інші за смаком)
- 1 середній картоплина
- 1 середня цибуля
- 2 зубчики часнику
- 1 літр овочевого бульйону
- 1 склянка вершків (200 мл)
- 2 столові ложки олії
- сіль та перець за смаком

Технологія приготування:

1. Гриби очистити та нарізати на кубики. Цибулю та часник нарізати дрібно.

2. На розігрітій олії обсмажити цибулю та часник до золотистого

кольору.

3. Додати гриби та обсмажувати їх до того моменту, поки вони не виділять свій сік.

4. Додати нарізану картоплину та овочевий бульйон. Довести до кипіння та варити на середньому вогні до того моменту, поки картопля не стане м'якою.

5. Зняти з вогню та за допомогою блендера розтерти суп до стану крему.

6. Додати вершки та знову довести до кипіння.

7. Приправити сіллю та перцем за смаком.

8. Подаємо гарячим зі свіжим хлібом або грінками.

Ця страва є дуже смачною та корисною, оскільки містить в собі багато вітамінів та мінералів, а також має низьку калорійність.

Таблиця 1.1

Аналіз рецептурного складу виробу-аналога грибний крем-суп з картоплею та цибулею.

Таблиця 1.1

Назва продуктів	Кількість сировини на 1000 г (4 порції) продукції, г		Вміст, % до маси н/ф	Рецептурні компоненти основні		Роль у технологічному процесі
	Брутто	Нето		За функціональним призначенням	За вмістом	
Картоплина	400	400	0,4	Білковий, джерело лактози, вітамінів	Основний компонент	Основна сировина, для приготування страви
Свіжі гриби (шампіньйони, білі гриби або інші за смаком)	500	400	0,4	Вітамінний	Основний компонент	Основна сировина, для приготування страви
Масло вершкове	20	20	0,02	Жировий	Додатковий компонент	Надає молочний присмак страві
Вершки	50	50	0,05	Білковий	Допоміжний компонент	Формування виробу

Цибуля	100	100	0,10	Білковий	Основний компонент	Основна сировина, для приготування страви
Олія	10	10	0,01	Жировий	Допоміжний компонент	Формування виробу
Овочевий бульйон	1000	1000	1 л.	-	Основний компонент	Основна сировина, для приготування страви
Зубчики часнику	2 шт.	2 шт.			Додатковий компонент	
Сіль та перець					Додатковий компонент	Надає смак страві

1.3. Визначення основних шляхів удосконалення процесу виробництва рецептурного складу стародавніх українських страв з овочів та грибів

Удосконалення процесу виробництва можна досягти за допомогою різних методів та підходів. Основні з них:

- Використання новітніх технологій та обладнання. Це дозволяє зменшити час виробництва, підвищити якість продукції та знизити витрати на її виробництво.
- Оптимізація процесів виробництва. Це означає виявлення та усунення непотрібних етапів виробництва, зменшення часу на переходи між етапами, використання більш ефективних методів роботи.
- Впровадження системи управління якістю. Це дозволяє контролювати якість продукції на кожному етапі виробництва та забезпечувати відповідність продукції вимогам клієнтів.
- Підвищення кваліфікації працівників. Це дозволяє забезпечити високу якість роботи та зменшити кількість помилок.
- Використання методів Lean та Six Sigma. Ці методи дозволяють

зменшити витрати на виробництво, підвищити якість продукції та зменшити час виробництва.

- Впровадження екологічної політики. Це дозволяє зменшити вплив виробництва на довкілля та забезпечити сталий розвиток підприємства [12].

Основні шляхи удосконалення процесу виробництва рецептурного складу стародавніх українських страв з овочів та грибів включають наступні етапи:

1. Вивчення традиційних рецептів та інгредієнтів, що використовуються в українській кухні. В українській кухні, є важливим етапом в розробці нових страв вивчення рецептів та інгредієнтів. Це дозволяє зберегти культурну спадщину та збагатити її новими ідеями та інгредієнтами.

Крім того, вивчення традиційних рецептів допомагає зберегти традиційний смак та аромат страв, що є важливим для збереження національної кухні.

2. Аналіз сучасних технологій виробництва та обробки овочів та грибів.

Сучасні технології виробництва та обробки овочів та грибів включають в себе різноманітні методи та процеси, які дозволяють зберігати якість та корисні властивості продуктів [2, с. 74].

Один з найбільш поширених методів обробки овочів та грибів - це консервування. Цей процес включає в себе зберігання продуктів у банках або пакетах з додаванням консервантів та інших речовин, які допомагають зберегти якість та свіжість продукту.

Іншим методом обробки є заморожування. Цей процес дозволяє зберегти більшість корисних властивостей овочів та грибів, оскільки вони заморожуються при низьких температурах. Заморожені продукти можуть бути збережені на довгий час та використовуватися для приготування різноманітних страв.

Також, сучасні технології включають в себе використання вакуумного упакування, яке дозволяє зберегти свіжість та корисні властивості продукту на довгий час. Цей метод використовується для зберігання овочів та грибів, а

також для їх транспортування.

Крім того, сучасні технології включають в себе використання спеціальних обладнань та інструментів для обробки овочів та грибів, таких як нарізчики, шинкувальні машини, міксери та інші.

Узагалі, сучасні технології виробництва та обробки овочів та грибів дозволяють зберігати якість та корисні властивості продуктів на довгий час, що дозволяє забезпечити населення якісною та корисною їжею.

3. Розробка нових рецептів з використанням сучасних технологій та інгредієнтів. Цей етап є важливою частиною розвитку кулінарної культури. Це дозволяє зберегти традиційні смаки та створити нові, більш сучасні та цікаві страви. Наприклад, можна спробувати створити нові версії традиційних страв, додавши до них нові інгредієнти, які раніше не використовувалися, або використовуючи нові технології приготування. Також можна експериментувати зі сполученням різних кухонь та створювати нові, унікальні страви. Важливо при цьому не забувати про збереження смакових якостей та корисних властивостей страв.

4. Впровадження нових технологій виробництва та обробки овочів та грибів. Обробка овочів та грибів може покращити якість та безпеку продукту, збільшити його термін зберігання та знизити витрати на виробництво. Наприклад, використання нових методів консервування може зберегти більше корисних речовин у продукті, а використання автоматизованих систем може знизити ризик забруднення продукту людським фактором. Також, нові технології можуть допомогти зменшити втрати продукту під час транспортування та зберігання.

5. Тестування нових рецептів та технологій на практиці. Важливим етапом в розробці нових страв. Це можна зробити шляхом приготування та подачі нових страв клієнтам у ресторані або кафе, або провести тестування серед співробітників компанії. Під час тестування важливо зібрати відгуки та пропозиції щодо поліпшення рецепту та технології приготування. Також можна провести опитування клієнтів щодо смакових властивостей та

задоволеності новими стравами. Отримані результати допоможуть вдосконалити рецепти та технології приготування та забезпечити високу якість та задоволення клієнтів.

6. Оцінка якості та смакових властивостей нових страв. Для оцінки якості та смакових властивостей нових страв можна провести дегустацію залучивши експертів з гастрономії та кулінарії. Дегустація може бути проведена в спеціально обладнаному приміщенні з контрольованою атмосферою та освітленням. Експерти можуть оцінювати страви за такими критеріями, як смак, аромат, текстура, колір, привабливість та інші. Також можна провести опитування серед потенційних споживачів, щоб дізнатися їхню думку про нові страви та їхні смакові властивості. Оцінка якості та смакових властивостей нових страв є важливим етапом впровадження успішних рецептів та технологій виробництва в масове виробництво.

7. Впровадження успішних рецептів та технологій виробництва в масове виробництво. Перш за все, необхідно провести дослідження ринку та визначити, які страви є популярними серед споживачів. Далі, можна впроваджувати нові рецепти та технології виробництва, які дозволять покращити якість та смак страв [2, с. 91].

Для просування нових страв можна використовувати різні методи реклами, такі як: рекламні банери на сайтах та соціальних мережах; рекламні оголошення в газетах та журналах; рекламні ролики на телебаченні та в Інтернеті; організація дегустацій та презентацій нових страв у ресторанах та кафе; розсилання інформації про нові страви по електронній пошті та SMS; співпраця з блогерами та інфлюенсерами, які можуть розповісти про нові страви у своїх соціальних мережах.

Важливо також забезпечити якісний сервіс та задоволення клієнтів, щоб вони рекомендували нові страви своїм знайомим та поверталися до ресторану знову.

8. Продаж та реклама нових страв на ринку. Для ефективного продажу та реклами нових страв на ринку можна використовувати деякі методи,

зокрема:

- Створення привабливого меню: розробити меню, яке буде привабливим та зручним для клієнтів. Воно повинно містити опис страв, їх склад та ціни.

- Реклама в соціальних мережах: створити сторінку ресторану в соціальних мережах та розміщувати там фото та опис нових страв. Також можна запустити рекламну кампанію на Facebook або Instagram.

- Промо-акції: проводити різні промо-акції, наприклад, знижки на нові страви, подарунки для клієнтів, які замовлять новинки меню.

- Дегустації: організовувати дегустації нових страв для клієнтів та отримувати від них відгуки.

- Реклама на місці продажу: розміщувати постери та інформаційні матеріали про нові страви на видному місці в ресторані.

- Співпраця з блогерами: запрошувати блогерів на дегустації та просити їх написати відгуки про нові страви у своїх блогах.

- Реклама в місцевих ЗМІ: розміщувати оголошення про нові страви в місцевих газетах та журналах [2, с. 79].

Такі шляхи дозволять покращити якість та смакові властивості стародавніх українських страв з овочів та грибів, а також збільшити їх популярність серед споживачів.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТЕОРЕТИЧНИХ ТА ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ СТАРОДАВНІХ УКРАЇНСЬКИХ СТРАВ ОВОЧІВ ТА ГРИБІВ

2.1. Об'єкт, предмет і матеріали дослідження

Об'єктом дослідження курсової роботи є технології виробництва і приготування стародавніх українських страв з овочів та грибів.

Предметом дослідження є рецептури та технології приготування таких страв, а також їхні характеристики та властивості у сучасних умовах.

Матеріали дослідження включають літературні джерела, що описують традиційні українські страви з овочів та грибів, архівні матеріали, рецепти, які передаються з покоління в покоління, а також результати власних експериментів з приготування цих страв; історичний огляд традиційної української кухні та її особливості; опис технологій приготування стародавніх українських страв з овочів та грибів, включаючи рецепти та інгредієнти; аналіз харчової цінності та корисних властивостей овочів та грибів, що використовуються в стравах; дослідження впливу сучасних технологій на приготування стародавніх українських страв з овочів та грибів.

Рекомендації з використання стародавніх українських страв з овочів та грибів у сучасних умовах можуть включати в себе використання більш сучасних технологій та інгредієнтів, збереження традиційних рецептів та методів приготування, а також пропагування здорового способу життя та правильного харчування.

Технологічний регламент страв з овочів та грибів може включати наступні етапи:

- Приготування овочів і грибів: очищення, нарізання, обробка (наприклад, відварювання, смаження, запікання).
- Приготування соусів та заправок: зазвичай використовують олію, оцет, лимонний сік, спеції та інші інгредієнти.

- Змішування овочів з соусами та заправками.
- Подача страви на стіл.

Технологічний регламент може відрізнятися в залежності від конкретної страви та рецепту. Наприклад, для салатів з овочів можуть використовуватися різні види овочів, які потрібно нарізати та змішати з соусом. Для супів з овочів можуть використовуватися різні види овочів, які потрібно відварити та змішати з бульйоном. Для гарнірів з овочів можуть використовуватися різні види овочів, які потрібно запікати або смажити.

Для розрахунку харчової цінності страви з овочів та грибів необхідно знати складові інгредієнти та їх кількість. Далі необхідно використати таблиці харчової цінності, де вказано кількість білків, жирів, вуглеводів та калорій на 100 грамів продукту [3, с. 164].

Наприклад, страва складається з 200 грамів овочів (морква, капуста, цибуля) та 100 грамів грибів, то необхідно знайти кількість білків, жирів, вуглеводів та калорій на 300 грамів цих продуктів.

Після цього можна розрахувати харчову цінність страви на 100 грамів, поділивши отриману кількість білків, жирів, вуглеводів та калорій на 3.

Наприклад, якщо в 300 грамах продуктів міститься 5 грамів білків, 2 грами жирів, 10 грамів вуглеводів та 70 калорій, то на 100 грамів страви буде:

- 1,67 грамів білків;
- 0,67 грамів жирів;
- 3,33 грамів вуглеводів;
- 23,3 калорій.

За допомогою таблиці харчової цінності можна розрахувати, що в 100 г моркви міститься 41 ккал, 1,3 г білків, 0,2 г жирів та 9,6 г вуглеводів. Аналогічно, для інших інгредієнтів можна розрахувати їх харчову цінність.

Після цього, необхідно скласти загальну таблицю харчової цінності страви, додавши кількість поживних речовин усіх інгредієнтів. Наприклад, для салату з овочів та грибів загальна кількість калорій буде дорівнювати сумі калорій усіх інгредієнтів.

Важливо пам'ятати, що розрахунок харчової цінності страви з овочів та грибів може бути приблизним, оскільки він залежить від багатьох факторів, таких як якість інгредієнтів, спосіб приготування та інші.

Фізико-хімічні показники страв з овочів та грибів включають:

- Вміст білків, жирів та вуглеводів - ці показники визначають кількість основних поживних речовин у страві.
- Калорійність - цей показник визначає кількість енергії, яку може виділити організм зі споживанням страви.
- Вміст вітамінів та мінералів - ці показники визначають кількість корисних речовин у страві.
- Рівень pH - цей показник визначає кислотність або лужність страви.
- Вміст вологи - цей показник визначає кількість води у страві.
- Вміст золи - цей показник визначає кількість мінеральних речовин у страві.
- Вміст харчових волокон - цей показник визначає кількість речовин, які не засвоюються організмом та сприяють нормальному функціонуванню кишечника.

Ці показники можна визначити за допомогою лабораторних досліджень та спеціальних програм для розрахунку харчової цінності страв [3, с. 187].

2.2. Методи та загальна схема дослідження

Методи дослідження курсової роботи можуть включати:

- Аналіз літературних джерел та історичних документів про традиційну українську кухню та страви з овочів і грибів;
- Експериментальне вивчення технологій приготування страв з овочів і грибів, які використовувалися в стародавній українській кухні;
- Аналіз сучасних технологій приготування страв з овочів і грибів, які використовуються в сучасній кухні;

- Проведення дегустації страв з овочів і грибів, які були приготовлені за стародавніми технологіями та за сучасними технологіями [13].

Основна схема дослідження технологій стародавніх українських страв із овочів і грибів та їхнього використання у сучасних умовах може включати наступні етапи:

- Вибір теми та формулювання мети дослідження.
- Збір та аналіз літературних джерел та історичних документів про традиційну українську кухню та страви з овочів і грибів.
- Експериментальне вивчення технологій приготування страв з овочів і грибів, які використовувалися в стародавній українській кухні.
- Аналіз сучасних технологій приготування страв з овочів і грибів, які використовуються в сучасній кухні.
- Проведення дегустації страв з овочів і грибів, які були приготовлені за стародавніми технологіями та за сучасними технологіями.
- Формулювання рекомендацій щодо використання стародавніх технологій приготування страв з овочів і грибів у сучасних умовах.
- Оформлення курсової роботи відповідно до вимог наукового стилю та структури.
- Вивчення літературних джерел та історичних документів про страви з овочів і грибів, які готувалися в Україні в минулі часи.
- Аналіз складу та властивостей овочів та грибів, які використовувалися в стародавніх українських стравах.

Вивчення технологій приготування страв з овочів та грибів, які використовувалися в Україні в минулі часи.

- Експериментальне вивчення технологій приготування страв з овочів та грибів, які використовувалися в Україні в минулі часи, з використанням сучасних кулінарних інструментів та технологій.
- Аналіз результатів експериментального дослідження технологій приготування страв з овочів та грибів, які використовувалися в Україні в

минулі часи, та розробка рекомендацій щодо їхнього використання у сучасних умовах.

- Розробка рецептів страв з овочів та грибів, які використовувалися в Україні в минулі часи, з урахуванням сучасних технологій та інгредієнтів.
- Проведення дегустації розроблених рецептів та оцінка їхньої смакової якості.
- Розробка рекомендацій щодо зберігання та подачі страв з овочів та грибів у сучасних умовах.
- Підготовка науково-популярної статті або презентації з результатами дослідження [13].

РОЗДІЛ III. РОЗРОБКА НОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТІ СУЧАСНИХ УКРАЇНСЬКИХ СТРАВ З ОВОЧІВ ТА ГРИБІВ

3.1. Обґрунтування вибору сировини, необхідних для приготування досліджуваної продукції

Вибір сировини для приготування досліджуваної продукції залежить від багатьох факторів, таких як тип продукту, його якість, смакові властивості, вартість та доступність на ринку.

Овочі та гриби є джерелом вітамінів, мінералів та інших корисних речовин, тому важливо вибирати якісну та свіжу сировину. Для приготування досліджуваної продукції можна використовувати різноманітні овочі, такі як моркву, капусту, буряк, цибулю, перець, томати та інші. Гриби можуть бути свіжими або консервованими.

При виборі сировини важливо звернути увагу на її якість та свіжість. Свіжі овочі та гриби мають більше корисних речовин та смакових властивостей, тому їх використання дозволяє отримати якісну та смачну продукцію.

Також важливо враховувати вартість та доступність сировини на ринку. Для приготування досліджуваної продукції можна використовувати як дорогі, так і більш доступні овочі та гриби, залежно від бюджету та потреб споживачів.

Для приготування стародавніх страв з грибів та овочів необхідно використовувати таку сировину:

1. Гриби - як основна сировина. Гриби містять білки, жири, вуглеводи, вітаміни та мінерали, необхідні для здорового харчування. Вони також мають приємний смак та аромат, що робить їх ідеальною складовою для страв.

2. Овочі - як доповнення до грибів. Овочі містять багато вітамінів та мінералів, необхідних для здорового харчування. Вони також додають смаку

та кольору до страв.

3. Спеції та трави - як додаткові інгредієнти. Спеції та трави додають смаку та аромату до страв. Вони також мають корисні властивості для здоров'я.

Для приготування страв з грибів та овочів можна використовувати різні способи приготування: тушкування, смаження, варіння, запікання, гриль тощо. Важливо дотримуватися правильних пропорцій та технології приготування, щоб страва вийшла смачною та корисною

Таким чином, використання грибів та овочів як основних інгредієнтів у стародавніх стравах є обґрунтованим з точки зору здорового харчування та смакових властивостей. Додавання спецій та трав доповнює смак та аромат страви.

Отже, вибір сировини для приготування досліджуваної продукції залежить від багатьох факторів, але головними критеріями є якість та свіжість сировини, її смакові властивості, вартість та доступність на ринку.

3.2 Проведення технологічних досліджень удосконалення рецептурного складу стародавніх українських страв із овочів і грибів

Для проведення технологічних досліджень удосконалення рецептурного складу стародавніх українських страв із овочів і грибів можна виконати наступні кроки:

1. Вивчити історію та традиції української кухні, зокрема, страви з овочів та грибів.
2. Відібрати декілька рецептів страв з овочів та грибів, які були популярні в минулому, але зараз не так часто готуються.
3. Провести аналіз складу цих страв та визначити можливі напрямки їх удосконалення.
4. Провести експериментальні дослідження, використовуючи різні інгредієнти та способи приготування, щоб знайти оптимальний рецепт.

5. Оцінити смакові та органолептичні властивості нових страв, порівняти їх з традиційними рецептами.

6. Розробити рекомендації щодо використання нових рецептів у ресторанному та домашньому середовищі.

7. Провести дегустацію нових страв серед споживачів та зібрати їхні відгуки.

8. Внести необхідні корективи до рецептури та провести повторні дослідження.

9. Оформити результати досліджень у вигляді наукової статті або звіту.

Було проведено органолептичну оцінку страви-аналогу грибний крем-суп з картоплею та цибулею та вже удосконаленої страдодавньої страви з овочів та грибів (Таблиця 3.1).

Таблиця 3.1

Бальна оцінка якості страви (виробу)

Показники якості	Відмінно (5)	Добре (4)	Задовільно (3)	Незадовільно (2)
Смак та запах	+			
Зовнішній вигляд і консистенція		+		
Колір	+			

Органолептичні показники грибного крем-супу з картоплею та цибулею (Таблиця 3.2):

- Колір: світло-коричневий зі золотистим відтінком.
- Запах: ароматний, з грибними нотками та легким запахом цибулі.
- Смак: кремовий, з грибним смаком та легкою кислинкою від цибулі.

Фізико-хімічні показники можуть бути наступними:

- Вміст білків: 2-3 г на 100 г продукту.
- Вміст жирів: 3-5 г на 100 г продукту.
- Вміст вуглеводів: 10-12 г на 100 г продукту.
- Калорійність: близько 100 ккал на 100 г продукту.
- Вміст води: близько 80-85%.
- Вміст солі: 1-2 г на 100 г продукту.

Таблиця 3.2

Показники якості грибного крем-суп з картоплею та цибулею

Назва страв	Зовнішній вигляд і консистенція	Смак і запах	Колір
Страва-аналог «Грибний крем-суп з картоплею та цибулею»	Гладка консистенція та кремовий вигляд.	Гриби віддають бульйону свій особливий смак і приємний лісовий аромат, а решта інгредієнтів робить страву ситною і смачною.	Світло-коричневого кольору зі золотистим відтінком.

3.3. Розроблення схеми технологічного процесу та проекту нормативної документації та нові види продукції

Схема технологічного процесу - це графічне зображення послідовності операцій, які необхідно виконати для виготовлення продукту або надання послуги. Схема технологічного процесу допомагає зрозуміти, які кроки потрібно виконати, які матеріали та обладнання необхідні, які ресурси будуть витрачені та які результати очікувати [10].

Проект нормативної документації - це комплексний документ, який

містить вимоги до якості продукції, її властивостей, параметрів, технічних характеристик, а також вимоги до процесу її виготовлення. Проект нормативної документації має бути розроблений відповідно до вимог законодавства та стандартів [1, с. 58].

Розроблення схем технологічного процесу та проекту нормативної документації є важливим етапом виробничого процесу, який дозволяє забезпечити якість продукції та ефективність виробництва.

Для розробки схеми технологічного процесу необхідно визначити послідовність дій, які потрібно виконати для виготовлення продукту. Це може включати в себе вибір сировини, обробку, збірку, упакування та інші етапи. Для кожного етапу потрібно визначити необхідні матеріали, обладнання та робочу силу.

Проект нормативної документації повинен включати в себе вимоги до якості продукту, технічні характеристики, вимоги до безпеки та інші стандарти. Цей проект повинен бути розроблений відповідно до законодавства та регуляторних вимог [1, с. 58].

Щодо нових видів продукції, необхідно провести дослідження ринку та визначити потреби споживачів. Потім можна розробити концепцію продукту та провести його тестування. Після успішного тестування можна розпочати виробництво та маркетингову кампанію.

Усі ці процеси потребують детального планування та виконання відповідних дій. Якщо виникають питання, можна звернутися до фахівців у відповідних галузях.

Технологічний процес обробки овочів складається з таких операцій, як сортування, миття, очищення, доочистки після механічного очищення, промивання та нарізання.

У закладі ресторанного господарства залежно від потужності та виробництва овочевих напівфабрикатів в овочевому цеху виділяють такі технологічні лінії з відповідними ділянками та робочими місцями:

- лінія обробки коренеплодів;

- лінія обробки капусти;
- лінія (ділянка) обробки цибулі;
- лінія обробки сезонних овочів та зелені;
- лінія обробки фруктів.

Технологічні лінії механічної обробки сировини організовуються таким чином, щоб процес обробки окремих видів продуктів проходив найкоротшим шляхом, а шляхи руху сировини не перетинались між собою і не мали зворотного руху. Тобто, розміщення технологічних ліній повинне бути таким, щоб не було перетинів технологічних потоків [1, с. 60].

Оскільки до рецептури деяких страв входять гриби, тому в овочевому цеху передбачена ділянка обробки грибів, яка призначена для сортування, зачищення, промивання водою.

Після опису організації роботи овочевого цеху ми розробляємо структурно-технологічну схему виробничого процесу овочевого цеху (Додаток Б).

Проект нормативної документації стародавніх страв з овочів та грибів містить наступні розділи:

1. Загальні положення:
 - Мета та область застосування документації
 - Терміни та визначення
2. Вимоги до сировини та матеріалів: вимоги до овочів та грибів і вимоги до інших компонентів страв.
3. Технологічний процес приготування страв
 - Послідовність операцій приготування
 - Вимоги до обладнання та інструментів
 - Вимоги до умов приготування
4. Вимоги до якості та безпеки страв
 - Вимоги до смакових та органолептичних властивостей страв
 - Вимоги до безпеки харчових продуктів

5. Маркування та упаковка страв: вимоги до маркування страв і вимоги до упаковки страв.

6. Контроль якості та безпеки страв

- Вимоги до контролю якості та безпеки страв
- Методи контролю якості та безпеки страв

7. Вимоги до персоналу

- Вимоги до кваліфікації персоналу
- Вимоги до санітарно-гігієнічних умов роботи

8. Вимоги до зберігання та транспортування страв

- Вимоги до умов зберігання страв
- Вимоги до умов транспортування страв

9. Вимоги до утилізації відходів

- Вимоги до утилізації відходів від приготування страв
- Вимоги до утилізації відходів від споживання страв

10. Додатки

- Рецепти стародавніх страв з овочів та грибів
- Схеми технологічного процесу приготування страв
- Перелік використовуваних джерел

Проект нормативної документації повинен відповідати вимогам законодавства та стандартів, а також враховувати специфіку приготування стародавніх страв з овочів та грибів.

Серед видів продукції зі стародавніх страв овочів та грибів можна виділити наступні:

- Квашені овочі - це традиційний спосіб зберігання овочів, який використовували ще наші предки. Квашення дозволяє зберегти корисні властивості овочів та збільшити їх тривалість зберігання.

- Сушені гриби - це ще один спосіб зберігання грибів, який використовували в давнину. Сушені гриби мають більш насичений смак та аромат, а також зберігають корисні властивості.

- Мариновані овочі - це ще один спосіб зберігання овочів, який використовували в давнину. Маринування дозволяє зберегти корисні властивості овочів та збільшити їх тривалість зберігання.

- Зелені соки - це напої, які виготовляються зі свіжих овочів та зелені. Вони містять багато корисних речовин та допомагають підтримувати здоров'я.

- Грибні супи - це традиційна страва, яка використовується в багатьох кухнях світу. Грибні супи містять багато корисних речовин та допомагають підтримувати здоров'я.

- Овочеві салати - це страви, які виготовляються зі свіжих овочів та зелені. Вони містять багато корисних речовин та допомагають підтримувати здоров'я[10].

ВИСНОВКИ

Багатство природних ресурсів України сприяло розвитку кулінарного мистецтва та створенню різноманітних страв з овочів та грибів. Стародавні українські страви з овочів та грибів мають високу харчову цінність та корисні властивості для організму людини.

Технології приготування страв з овочів та грибів, які використовувалися в стародавні часи, можуть бути корисними у сучасних умовах, оскільки вони дозволяють зберегти корисні властивості продуктів та зберегти їхній натуральний смак.

Сучасні технології приготування страв з овочів та грибів можуть бути збагачені елементами стародавніх рецептів, що дозволить покращити смак та корисні властивості страв.

Рекомендації щодо використання страв з овочів та грибів у сучасних умовах полягають у збалансованому харчуванні, врахуванні індивідуальних потреб організму та використанні якісних та свіжих продуктів. Використання страв з овочів та грибів у сучасному харчуванні може допомогти зменшити споживання м'ясних продуктів та покращити стан здоров'я людини.

Стародавні українські страви з овочів та грибів можуть бути відмінним доповненням до сучасного раціону харчування, оскільки вони містять багато корисних речовин та вітамінів, необхідних для здорового життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Термін «овочі». URL: <https://sad.agroc.com.ua/ovochi> (дата звернення: 05.04.2023).
2. Технологія страв та кулінарних виробів з овочів, грибів. URL: <https://elearn.nubip.edu.ua/mod/book/view.php?id=438449> (дата звернення: 07.04.2023).
3. Особливості споживання грибів. URL: <https://harchi.info/articles/osoblyvosti-spozhyvannya-grybiv> (дата звернення: 06.05.2023).
4. Технологія страв та кулінарних виробів з овочів та грибів. URL: <http://um.co.ua/9/9-3/9-3666.html> (дата звернення: 08.05.2023).
5. Українська кухня. URL: <https://naurok.com.ua/ukra-nska-kuhnya-tehnologi-prigotuvannya-davnih-tradiciynih-strav-10450.html> (дата звернення: 11.05.2023).
6. Характеристика технологічного процесу та особливості організації технологічних ліній та окремих робочих місць овочевого цеху. URL: <https://studfile.net/preview/5193483/page/6/> (дата звернення: 05.05.2023).
7. Контроль якості приготування складних страв з овочів та грибів. URL: http://4ua.co.ua/manufacture/qa3ac79a4c53a89521206c26_0.html (дата звернення: 04.04.2023).
8. Технологія страв та кулінарних виробів з сировини рослинного походження. URL: <http://um.co.ua/9/9-3/9-3666.html> (дата звернення: 09.04.2023).
9. Обґрунтування вибору сировини необхідної для приготування досліджуваних виробів. URL: https://studwood.net/1592873/tovarovedenie/obgruntuvannya_viboru_sirovin_i_neobhidnoyi_prigotuvannya_doslidzhuvanih_virobiv (дата звернення: 26.04.2023).