

*Електронний журнал «Ефективна економіка» включено до переліку наукових фахових видань України з питань економіки (Категорія «Б», Наказ Міністерства освіти і науки України № 975 від 11.07.2019). Спеціальності – 051, 071, 072, 073, 075, 076, 292.*  
*Ефективна економіка. 2025. № 7.*

**DOI: <http://doi.org/10.32702/2307-2105.2025.7.28>**

**УДК 338.49**

*I. Л. Сазонець,*

*д. е. н., професор, професор кафедри туристичного та готельно-ресторанного бізнесу,*

*ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет»*

*ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8032-3675>*

*Ю. Г. Лучанська,*

*старший викладач кафедри туристичного та готельно-ресторанного бізнесу,*

*ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет»*

*ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-8234-6965>*

## **КУЛІНАРНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЛІКУВАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ В ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ САНАТОРНО- КУРОРТНИХ ЗАКЛАДІВ**

*I. Sazonets,*

*Doctor of Economic Sciences, Professor, Professor of the Department of Tourist and Hotel and Restaurant Business, Dnipro Humanitarian University*

*Yu. Luchanska,*

*Senior Lecturer of the Department of Tourist and Hotel and Restaurant Business, Dnipro Humanitarian University*

## **CULINARY TECHNOLOGIES OF THERAPEUTIC NUTRITION IN THE ORGANIZATION OF HEALTH-IMPROVING ACTIVITIES OF SANATORIUM AND RESORT ESTABLISHMENTS**

*В статті визначено, що більшість курортів використовують два або більше доступних рекреаційних факторів, оскільки основним принципом оздоровчого відпочинку є комплексний підхід.*

*Перебування в санаторно-курортному закладі можна розділити на три етапи: початковий етап (адаптація), основна фаза лікування, заключна фаза. Під час проходження всіх трьох етапів лікувальне харчування є незмінною та ефективною умовою терапії.*

*Визначено, що розробка та застосування новітніх технологій покращує якість харчових продуктів та підвищує ефективність лікування в курортних та реабілітаційних центрах в цілому.*

*Мікрокулінарна технологія вважається сучасним методом приготування їжі, що передбачає застосування методів переробки харчових продуктів з точністю до мікроскопічного рівня з метою поліпшення харчових, сенсорних і терапевтичних властивостей продуктів харчування. Прикладом цієї технології переробки є низькотемпературна обробка або технологія sous-vide. Технологія RascoJet дозволяє виготовляти холодні гастрономічні продукти з інтенсивним природним смаком. Активно використовуються в лікувальному харчуванні традиційні харчові технології дієтичного приготування страв*

*The article notes that specialized studies identifying therapeutic nutrition as an important factor in the therapeutic and health-improving activities of sanatorium-resort institutions have been conducted by a small number of researchers.*

*The presented study found that most resorts use two or more available recreational factors, since the main principle of health-improving recreation is a*

*holistic approach. An integrated approach (integrated nature) is understood as the use of various natural therapeutic factors in combination with diet therapy, physiotherapy, medication, and other treatment methods.*

*The paper states that a stay at a sanatorium-resort facility can be divided into three stages: the initial stage (adaptation), during which a mild program is applied and therapeutic methods are not yet fully determined; the main phase of treatment, during which the treatment plan is fully implemented (on average 20 days); the final phase (2-3 days), during which a mild program is resumed and the patient rests after the end of the treatment course. It has been determined that during all three stages, therapeutic nutrition is an unchanging and effective condition for therapy.*

*The article states that the development and application of new technologies not only improve the quality of food products and preserve all their beneficial properties, but also make them more attractive to consumers, which increases the effectiveness of health improvement and treatment in sanatoriums, resorts, and rehabilitation centers in general.*

*It is demonstrated that micro-culinary technology is considered a modern method of food preparation, involving the use of food processing methods with microscopic precision to improve the nutritional, sensory, and therapeutic properties of food products. An example of this processing technology is low-temperature processing or sous-vide technology. The article also describes the PacoJet technology, which allows the production of cold gastronomic products with an intense natural taste, excellent consistency, and ideal serving temperature.*

*The article proves that traditional food technologies for dietary cooking are actively used in the therapeutic nutrition of sanatorium and resort establishments.*

**Ключові слова:** *кулінарні, технології, фактори, лікувальне, харчування, санаторно-курортні, заклади.*

**Keywords:** *culinary, technologies, factors, medical, nutrition, sanatorium-resort, establishments.*

**Постановка проблеми.** На основі основних природних елементів, що мають лікувальні властивості, розрізняють три типи курортів: курорти з гарячими джерелами, курорти з грязями та курорти зі сприятливим кліматом. Більшість курортів використовують два або більше доступних рекреаційних факторів, оскільки основним принципом оздоровчого відпочинку є цілісний підхід. Інтегрований підхід (інтегрована природа) розуміється як використання різних природних лікувальних факторів у поєднанні з дієтотерапією, фізіотерапевтичними методами, медикаментами та іншими методами лікування. Важливо, щоб оздоровчий ефект був природним, тобто щоб природні фактори, які впливали на людину протягом усього її розвитку, відігравали певну роль. Дієтотерапія, яка може застосовуватися практично в будь-якому санаторно-курортному закладі повинна спиратися на сучасні харчові технології та досягнення усталену дієтичну рецептуру.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Організація оздоровчої діяльності санаторно-курортних закладів зумовлена широкою класифікацією та характеристиками курортів. Курорти класифікуються за значенням і характеристикою (природою) природних оздоровчих ресурсів на національному та місцевому рівнях. Місцеві курорти включають природні території з спільними природними лікувальними ресурсами, а національні курорти включають особливо цінні та унікальні природні лікувальні ресурси. Існують також курорти з невизначеним статусом. Управління санаторно-курортними закладами є складною наукою. Дослідження в цій галузі проводили цілий ряд вчених. Можна назвати такі прізвища як: Баб'як О.В. [2], Богатирьова Ю.Л. [9], Бурачик А.І. [2], Вівсянник О.М. [2], Власенко І. В. [3], Джинджоян В.В. [1, 5, 7], Заваріка Г.М. [4], Сазонець І.Л. [1, 2, 5, 6, 8] Сазонець О.М. [7]. Слід зазначити, що більш спеціалізовані дослідження, що визначають лікувальне харчування як важливий фактор лікувально-оздоровчої діяльності курортів проводила незначна кількість дослідників.

**Мета дослідження.** Природні лікувальні фактори відіграють особливу роль у формуванні та розвитку курортів, оскільки вони визначають їхні

лікувальні властивості. Найцінніші природні лікувальні фактори визначаються за допомогою комплексних досліджень курортів, геологічних досліджень джерел мінеральних вод та лікувальних грязей з лікувальним потенціалом. Важливим лікувальним фактором, який є універсальним для будь якого санаторно-курортного закладу є лікувальне, дієтичне харчування. Аналіз і дослідження лікувальних факторів базуються на багаторічних спостереженнях за їхнім складом і якістю. Метою представленої статті є огляд сучасних харчових технологій лікувального харчування, що можуть бути використані як лікувальний фактор.

**Виклад основного матеріалу.** Сучасні санаторно-курортні заклади пропонують ефективні методи лікування та рекреаційні послуги на будь-який смак, оскільки можуть задовольнити найрізноманітніші туристичні та рекреаційні потреби. Всі курорти світу поділяються на категорії: кліматичні (приморські та гірські), бальнеологічні та бальнеологічно-кліматичні.

Курортні райони з морським кліматом. Вони використовують два основних типи рекреаційних ресурсів: морський клімат та прибережну або морську зону для відпочинку на воді.

Курортні райони з гірським кліматом. Вони розташовані в гірських районах і широко використовують кліматичні, геологічні, геоморфологічні та гідрологічні ресурси гірських річок, озер і мальовничих гірських ландшафтів.

Термальні курорти. Найважливішими природними рекреаційними ресурсами цих курортів є гарячі джерела. Вони використовують два типи рекреаційних ресурсів: термальні джерела та лікувальні грязі.

Деякі курорти з більш різноманітними ресурсами вважаються багатофункціональними курортами. Наприклад, курорт з термальними грязями та кліматом може мати термальні джерела, лікувальні грязі, морські або гірські ресурси. Курорти з усіма типами ресурсів практично не існують.

Успішна діяльність і розвиток курортів базуються на ефективному використанні рекреаційних ресурсів, які вважаються лікувальними факторами в практичній медицині. Розглянемо найважливіші з них.

Клімат. Це найважливіший фактор у лікуванні та відновленні здоров'я людини. Сьогодні під кліматом зазвичай розуміють статистичні погодні умови, що склалися протягом багатьох років і характеризують територію завдяки її географічному положенню. Кожен клімат має свої особливості, але в будь-якому випадку ці кліматичні фактори можуть бути ефективно використані в профілактичних і лікувальних цілях. Наприклад, гірський клімат з сосновими лісами та степовий клімат рекомендуються при захворюваннях легенів і дихальних шляхів. Кліматичне лікування в курортних місцях зазвичай доповнюється різними процедурами: гімнастикою, прогулянками, купанням, електротерапією, дієтою, тощо. Поєднання різних терапевтичних факторів разом зі збалансованим лікувальним харчуванням підвищує ефективність лікування. Основними методами кліматотерапії є таласотерапія, аеротерапія та сонячна терапія.

Таласотерапія, або морська терапія (від грецького слова «Thalassa» - море), поєднує в собі всі лікувальні фактори морського клімату: повітряні ванни та сонячні ванни в поєднанні з морськими ваннами. Найбільш ефективні методи використання морської води включають теплі морські ванни і плавання в морі. Фізіологічна дія теплих морських ванн (таласотерапія), як і всіх видів теплової води, пов'язана з трьома основними факторами: механічними (гідростатичний тиск води), тепловими і хімічними. Найбільш ефективні методи використання морської води включають теплі морські ванни і плавання в морі. Фізіологічна дія теплих морських ванн (таласотерапія), як і всіх видів теплової води, пов'язана з трьома основними факторами: механічними (гідростатичний тиск води), тепловими і хімічними.

Сонячна терапія (від грецького слова «Helios» - сонце) - застосування сонячної терапії в дозах, при яких лікувальні властивості сонячного випромінювання використовуються в терапевтичних і профілактичних цілях. Сонячні ванни — це дозований метод лікування, що використовує особливі властивості сонячного випромінювання для лікування та профілактики

захворювань. Зазвичай розрізняють два основних типи сонячної терапії: комплексна (синтетична) терапія та дифузна терапія.

Аеротерапія, або повітряне лікування (від грецького слова «Аеро» - повітря) - активний метод оздоровлення, відновлення та зміцнення захисних сил організму, що включає перебування на свіжому повітрі та аеротерапію. Чисте повітря є незамінним терапевтичним засобом. Чисте морське повітря особливо корисне, оскільки воно багате на корисні хімічні сполуки, рослинні речовини з водоростей, йод, азот і кисень. Хімічний склад морського повітря та його фізичні властивості позитивно впливають на здоров'я всього організму та доповнюють всі інші методи лікування. Лікувальний ефект повітряних ванн полягає в зміцненні організму.

Для ефективного лікування в реабілітаційних та оздоровчих центрах особливе значення має загальний режим оздоровчого центру, режим реабілітаційного центру та індивідуальний режим. Загальний режим санаторію поширюється на всю територію санаторію і визначається внутрішніми правилами санаторію. Цей режим включає встановлені характеристики діагностичних, терапевтичних і загальних основ функціонування курорту, збалансоване харчування за режимом, а також боротьбу з шумом. Режим санаторію - це порядок і ритм життя в санаторії, що визначає частоту втручання у життя пацієнтів. Регламент лікування включає загальні правила для всіх пацієнтів та індивідуальні вказівки і рекомендації лікаря щодо повсякденного способу життя пацієнта, а також дотримання вказівок лікаря, в тому числі, з урахуванням призначення різних видів дієт. Індивідуальний режим розробляється окремо для кожного пацієнта і визначається після першої консультації з лікарем. Ця програма залежить від характеру захворювання та стану пацієнта і може бути тренувальною програмою при застосуванні методів лікування з сильним ефектом або м'якою програмою з обмеженням кількості та інтенсивності терапевтичних заходів та обов'язковим контролем за харчуванням. Загальний режим оздоровчого центру, режим реабілітаційного центру та

індивідуальний режим завжди містять в собі таку важливу оздоровчо-лікувальну компоненту як лікувальне харчування.

Перебування в лікувальному закладі можна розділити на три етапи:

- початковий етап (адаптація), на якому застосовується м'яка програма, а терапевтичні методи ще не повністю визначені. Цей етап збігається з повторною оцінкою стану пацієнта і зазвичай триває не більше 2-3 днів;

- основна фаза лікування, під час якої повністю реалізується план лікування (в середньому 20 днів);

- заключна фаза (2-3 дні), під час якої поновлюється м'яка програма і пацієнт відпочиває після закінчення курсу лікування.

Під час проходження всіх трьох етапів лікувальне харчування є незмінною та ефективною умовою терапії.

У сучасних закладах лікування та реабілітації терапевтичне харчування відіграє важливу роль у відновленні здоров'я пацієнтів та їх реінтеграції в суспільство. Оптимізація технології переробки харчових продуктів має на меті зберегти поживну цінність продуктів харчування, поліпшити їх засвоєння та забезпечити дотримання стандартів харчування. Застосування передових методів теплової обробки, таких як парове варіння, швидке варіння, низькотемпературне випікання, а також автоматизація виробничого процесу та індивідуалізація порцій сприяють підвищенню ефективності терапевтичного харчування.

Одним з найперспективніших напрямків розвитку галузі є застосування мікрокулінарних технологій, які сприяють підвищенню ефективності дієтотерапії завдяки точному дозуванню, збереженню корисних властивостей продуктів харчування та застосуванню інноваційних методів обробки. Оптимізація процесу приготування їжі за допомогою цих технологій не тільки покращує смак і поживні властивості продуктів, але й підвищує рівень автоматизації та контролю якості.

Мікрокулінарна технологія вважається сучасним методом приготування їжі, що передбачає застосування методів переробки харчових



продуктів з точністю до мікроскопічного рівня з метою поліпшення харчових, сенсорних і терапевтичних властивостей продуктів харчування. Дуже характерним прикладом цієї технології переробки є низькотемпературна обробка або технологія sous-vide. Суть цієї технології полягає у використанні спеціальних вакуумних пакетів для обробки м'яса, риби, фруктів та овочів[9].

Всі інгредієнти обробляються при низькій температурі протягом 72 годин. Цей метод дозволяє обробляти продукти в їхньому власному соку. Таким чином, всі смакові якості краще проявляються, а продукти зберігають свою м'якість і соковитість. Ця технологія застосовується в основному для м'яса або риби, які багаті на вітаміни А, О, РР і вітаміни групи В, а риба також містить вітаміни D і С. Ці вітаміни дуже важливі для лікування багатьох захворювань, від яких часто страждають пацієнти, що відвідують реабілітаційні та оздоровчі центри. Багато людей, які хочуть відпочити або поліпшити своє здоров'я в цих закладах, мають дефіцит вітамінів, тому сьогодні дуже важливо зберегти вітаміни в їжі[9].

Технологія РасоJet (пакоджетінг) також дуже популярна. Суть цієї технології полягає в змішуванні та гомогенізації продуктів харчування. Технологія РасоJet дозволяє виготовляти холодні гастрономічні продукти з інтенсивним природним смаком, чудовою консистенцією та ідеальною температурою подачі. Унікальність цієї технології полягає в однорідності продукту, яка досягається завдяки мінімальному подрібненню продукту без використання хімічних речовин [9].

Парова обробка є типовим методом приготування в лікувальних дієтах, оскільки більшість дієтичних меню забороняють смажені страви. Крім того, більшість терапевтичних дієт обмежують кількість солі та цукру. Використання інноваційних приладів, зокрема парових печей, вакуумного варіння та автоматичних систем контролю процесу приготування їжі, дозволяє поліпшити якість харчових продуктів та зменшити витрати ресурсів.

Раціоналізація технологічного процесу також включає поліпшення ланцюга поставок, використання місцевих і сезонних продуктів, а також дотримання принципів НАССР для забезпечення безпеки харчових продуктів. Важливим фактором є індивідуалізація раціону, що дозволяє адаптувати харчування відповідно до медичних рекомендацій, уподобань та харчових алергій. Тому вдосконалення процесів переробки є вирішальним фактором для розвитку терапевтичних систем харчування в умовах відпочинку[9].

**Висновки.** В представленому дослідженні визначено, що більшість курортів використовують два або більше доступних рекреаційних факторів, оскільки основним принципом оздоровчого відпочинку є цілісний підхід. Інтегрований підхід (інтегрована природа) розуміється як використання різних природних лікувальних факторів у поєднанні з дієтотерапією, фізіотерапевтичними методами, медикаментами та іншими методами лікування.

Перебування в санаторно-курортному закладі можна розділити на три етапи: початковий етап (адаптація), на якому застосовується м'яка програма, а терапевтичні методи ще не повністю визначені; основна фаза лікування, під час якої повністю реалізується план лікування (в середньому 20 днів); заключна фаза (2-3 дні), під час якої поновлюється м'яка програма і пацієнт відпочиває після закінчення курсу лікування. Під час проходження всіх трьох етапів лікувальне харчування є незмінною та ефективною умовою терапії.

Розробка та застосування новітніх технологій не тільки покращують якість харчових продуктів, але й роблять їх більш привабливими для споживачів, що підвищує ефективність лікування в курортних та реабілітаційних центрах в цілому.

Мікрокулінарна технологія вважається сучасним методом приготування їжі, що передбачає застосування методів переробки харчових продуктів з точністю до мікроскопічного рівня з метою поліпшення харчових, сенсорних і терапевтичних властивостей продуктів харчування.

Прикладом цієї технології переробки є низькотемпературна обробка або технологія sous-vide. Технологія RascoJet дозволяє виготовляти холодні гастрономічні продукти з інтенсивним природним смаком, чудовою консистенцією та ідеальною температурою подачі. Активно використовуються в лікувальному харчуванні традиційні харчові технології дієтичного приготування страв.

### Література

1. Джинджоян В.В., Саленко А.С., Сазонець І.Л. Соціальні детермінанти розвитку сфери послуг в концепції формування постіндустріального суспільства: монографія. Рівне. Волин. обереги, 2021. 160 с.
2. Сазонець І.Л., Вівсянник О.М., Баб'як О.В., Бурачик А.І. Курортна справа. Навчальний посібник. Рівне. Волинські обереги, 2024. 300 с.
3. Власенко І. В. Іващенко Г. В., Сокол Т. Г. Курортна справа і медичний туризм : навч. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2017. 374 с.
4. Заваріка Г. М. Курортна справа : навч. посіб. для студентів ВНЗ. Київ : ЦУЛ., 2015. 263 с.
5. Сазонець І.Л., Джинджоян В.В. Соціальний потенціал та перспективи функціонування санаторно-курортних підприємств. Вісник НУВГП. Економічні науки : зб. наук. праць. Рівне : НУВГП, 2020. Вип. 1(89). С. 295-306.
6. Сазонець І.Л., Потьомкіна В.А. Державно-інституційне регулювання розвитку курортної справи в Україні. Державне управління: удосконалення та розвиток. 2023, № 2 URL: <https://www.nayka.com.ua/index.php/dy/article/view/1116> (дата звернення: 23.05.2023 р.).
7. Корпоративна соціальна відповідальність в індустрії гостинності : навч. посіб. / Джинджоян В.В., Сазонець О.М., Лисенко О.В., Гессен А.Є. Київ : «Каравела», 2025. 250 с.

8. Сазонець І.Л., Гессен А.Є., Седлецька О.В., Лучанська Ю.Г. Стандарти створення безбар'єрного простору в ресторанах України на основі інклюзивних підходів. *Агросвіт*. 2025. № 7. С. 72-77.

9. Богатирьова Ю.Л. Нові кулінарні технології в ресторанному господарстві. *Інноваційний розвиток готельно-ресторанного господарства харчових виробництв*: Матер. II Міжнар. наук.-практ. конф., Кривий Ріг, 30 квітня 2021 р. С. 40-41.

### References

1. Dzhyndzhoian, V.V. Salenko, A.S. and Sazonets', I.L. (2021), Sotsial'ni determinanty rozvytku sfery posluh v kontseptsii formuvannia postindustrial'noho suspil'stva [Social determinants of development of the service sector in the concept of formation of post-industrial society], Volyn. oberehy, Rivne, Ukraine.

2. Sazonets', I.L. Vivsiannyk, O.M. Bab'iak, O.V. and Burachyk, A.I. (2024), Kurortna sprava [Resort business], Volynski oberehy, Rivne, Ukraine.

3. Vlasenko, I.V. Ivaschenko, H.V. and Sokol, T.H. (2017), Kurortna sprava i medychnyj turizm [Resort and medical tourism], Nilan-LTD, Vinnytsia, Ukraine.

4. Zavarika, H.M. (2015), Kurortna sprava [Resort business], TsUL., Kyiv, Ukraine.

5. Sazonets', I.L. and Dzhyndzhoian, V.V. (2020), “Social potential and prospects for the functioning of sanatorium and resort enterprises”, Visnyk NUVHP. Ekonomichni nauky, vol. 1 (89), pp. 188-209.

6. Sazonets', I.L. and Pot'omkina, V.A. (2023), “State and institutional regulation of the development of resort business in Ukraine”, Derzhavne upravlinnia: udoskonalennia ta rozvytok, vol. 2, available at: <https://www.nayka.com.ua/index.php/dy/article/view/1116> (Accessed 23.05.2023).

7. Dzhyndzhoian, V.V. Sazonets', O.M. Lysenko, O.V. and Hessen, A.Ye. (2025), Korporatyvna sotsial'na vidpovidal'nist' v industrii hostynnosti

[Corporate social responsibility in the hospitality industry], Karavela, Kyiv, Ukraine.

8. Sazonets', I.L. Hessen, A.Ye. Sedlets'ka, O.V. and Luchans'ka, Yu.H. (2025), “Standards for creating a barrier-free space in Ukrainian restaurants based on inclusive approaches”, *Ahrosvit*, vol. 7, pp. 72-77.

9. Bohatyr'ova, Yu.L. (2021), “New culinary technologies in the restaurant industry”, *Innovatsijnyj rozvytok hotel'no-restorannoho hospodarstva kharchovykh vyrobnytstv: Mater. II Mizhnar. nauk.-prakt. konf. [Innovative development of the hotel and restaurant industry of food production: Materials of the II International Scientific and Practical Conference]*, Kryvyj Rih, Ukraine, pp. 40-41.

*Стаття надійшла до редакції 15.07.2025 р.*