

4. Hilton. Travel with Purpose 2030 Goals 2023. 54p. URL: <https://surl.li/ixzfw5> (дата звернення: 16.03.2025).

5. Редько, В. Є., Сливенко, В. А. Переваги використання технологій штучного інтелекту в гостьовому циклі обслуговування в готелі. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: економіка та управління*, 2024. № 15. <https://doi.org/10.54929/2786-5738-2024-15-12-01>.

6. UN Tourism. ESG Framework for Tourism Businesses. Project Brochure. 2025. <https://surl.li/qwvcyg> (дата звернення: 15.03.2025).

Іщенко Н. В.

к.т.н., доцент кафедри туризму і ГРС

Босецька Н.Г.

старший викладач кафедри туризму і ГРС

Савченко В. В.,

здобувач вищої освіти

Черкаський національний університет

імені Богдана Хмельницького

ІДЕЯ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ У ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОЇ ІНДУСТРІЇ

Здорове харчування — це не просто модний тренд, а важлива складова нашого повсякденного життя. Протягом останніх років спостерігається зростаючий інтерес до здорового способу життя, що включає в себе правильне харчування, фізичну активність, достатній сон та психоемоційний комфорт. Одним із основних місць, де люди отримують їжу, є заклади ресторанної індустрії. Ідея здорового харчування в ресторанах набуває популярності, оскільки все більше людей усвідомлюють важливість контролю за раціоном і прагнуть до збереження здоров'я через правильне харчування.

Протягом останніх десятиліть у світі, і в Україні зокрема, спостерігається значний інтерес до здорового харчування. Це пов'язано з багатьма факторами, зокрема з поширенням інформації про негативний вплив незбалансованого раціону на здоров'я, зростанням популярності дієт і фітнесу, а також із загальним прагненням до кращої якості життя. Все більше людей звертають увагу на те, що вони споживають, і намагаються обирати продукти, які сприяють підтримці здоров'я, підвищенню енергії та поліпшенню загального самопочуття.

Заклади ресторанної індустрії відреагували на цей тренд і почали впроваджувати нові страви, що відповідають принципам здорового харчування. У меню з'являються страви, приготовані з натуральних інгредієнтів, зниженою кількістю цукру та жиру, а також з урахуванням індивідуальних потреб клієнтів (веганські, безглютенові, безлактозні страви). Популярність рослинних страв зростає, і ресторани активно впроваджують у

меню альтернативу м'ясу, такі як рослинні бургери та ковбаси. Це відповідає зростаючому попиту на веганські та вегетаріанські опції серед споживачів.

Ресторани почали враховувати переваги органічних продуктів, а також інформувати своїх відвідувачів про їх склад та походження. Використання місцевих та сезонних інгредієнтів стає пріоритетом для багатьох закладів, що не лише підтримує місцевих виробників, але й забезпечує високу якість страв.

Зростає інтерес до страв, що містять суперфуди та функціональні інгредієнти, які сприяють покращенню здоров'я, зокрема зміцненню імунітету. Ферментовані страви, такі як кімчі, комбуча та квашені овочі, набувають популярності завдяки їхнім корисним властивостям для травлення та унікальним смакам.

Заклади ресторанного господарства все частіше пропонують десерти та напої з меншим вмістом цукру, використовуючи натуральні підсолоджувачі, такі як фініки та стевія, для збереження смаку без шкоди для здоров'я.

Ефективність ресторану залежить від багатьох чинників: від ідеї засновників до контролю над діяльністю. Використання технологій, таких як штучний інтелект та 3D – друк їжі, дозволяє створювати індивідуальні плани харчування та страви, адаптовані до особистих потреб та вподобань клієнтів.

Заклади харчування приділяють більше уваги екологічним аспектам, зокрема використанню біорозкладної упаковки, зменшенню харчових відходів та підтримці сільського господарства. За останні кілька років набирає популярності тема здорового способу життя, включаючи вегетаріанські кафе та доставку фітнес-обідів, що вже давно стали популярними за кордоном.

Сьогодні тренд на здорове харчування перестав бути просто захопленням, і підхід до вибору продуктів споживачами стає більш усвідомленим, вони готові платити більше за органічні та якісні продукти.

Основні вимоги до ресторанів є виготовлення продуктів здорового харчування з екологічно чистої сировини та застосування сучасних технологій їх приготування [2].

Здорове харчування у закладах ресторанної індустрії має кілька безсумнівних переваг як для споживачів, так і для самого бізнесу.

1. Поліпшення здоров'я клієнтів. Клієнти, які обирають здорове харчування, отримують значно менше шкідливих компонентів, таких як надлишковий цукор, насичені жири та консервантів. Це сприяє зниженню ризику серцево-судинних захворювань, цукрового діабету, проблем з вагою та іншими хворобами.

2. Задоволення потреб нових споживачів. Сучасні клієнти все частіше мають особливі харчові потреби — веганство, безглютенові дієти, індивідуальні алергії. Ресторани, що пропонують здорові варіанти страв, здатні задовольнити ці вимоги, що дозволяє розширити аудиторію.

3. Покращення іміджу ресторану. Ресторани, що пропонують здорові страви, можуть створити позитивний імідж серед свідомих споживачів. Вони можуть бути сприйняті як відповідальні компанії, які піклуються про

здоров'я своїх клієнтів і підтримують стійкість та екологічність виробництва продуктів.

4. Тренд на екологічність та етичність. Здорове харчування в ресторанах також часто супроводжується етичним ставленням до природи, тварин та навколишнього середовища. Використання органічних продуктів, відмова від використання штучних добавок і надання переваги локальним виробникам є важливою складовою здорового харчування.

Хоча концепція здорового харчування має багато переваг, її впровадження в ресторанну індустрію стикається з низкою проблем і викликів. Одна з яких – це вартість інгредієнтів. Органічні продукти, безглютенові або безлактозні продукти, а також інші спеціалізовані інгредієнти зазвичай мають вищу вартість.

Проблемою є і потреба в кваліфікованому персоналі. Для приготування здорових страв необхідні знання про харчові властивості інгредієнтів, правильні методи приготування та поєднання продуктів. Тому ресторани повинні інвестувати в навчання свого персоналу, що також може збільшити витрати.

До того ж існує певний скептицизм серед споживачів. Ідея здорового харчування все ще може викликати скепсис серед деяких споживачів, які не готові відмовитися від традиційних смачних страв на користь здоровіших варіантів. Крім того, існує думка, що здорові страви можуть бути менш смачними або недооцінюється їхня поживна цінність.

Попри певні виклики, перспективи розвитку здорового харчування у ресторанній індустрії є досить обнадійливими. З огляду на глобальні тенденції щодо здорового способу життя, можна очікувати, що все більше ресторанів будуть включати в меню здоровіші варіанти страв. Інноваційні технології приготування їжі, зростання популярності доставки здорових обідів і відкриття нових концепцій ресторанів, орієнтованих на здорове харчування, дозволять ще більше адаптувати ресторанну індустрію до потреб споживачів.

Окрім того, важливою частиною цього процесу є постійна комунікація з клієнтами, надання їм необхідної інформації про склад страв та їх користь. Ресторан може використовувати сучасні технології для того, щоб зробити інформацію більш доступною, а також пропонувати індивідуальні консультації щодо харчових уподобань.

Ідея здорового харчування у закладах ресторанної індустрії є важливою складовою сучасного способу життя і відповідає зростаючим вимогам споживачів щодо якості їжі. Це сприяє поліпшенню здоров'я клієнтів, розширенню аудиторії ресторанів і покращенню їхнього іміджу. Однак, для успішної реалізації цієї ідеї заклади повинні подолати певні економічні та організаційні труднощі. У майбутньому здорове харчування в ресторанах має значний потенціал для розвитку і може стати нормою, а не винятком, у ресторанній індустрії.

Список використаних джерел:

1. Данько Н.І, Чубаха А.О. Перспективи розвитку закладів здорового харчування на ринку ресторанних послуг міста Харків. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2019. № 10. С. 200–208. URL: <https://doi.org/10.26565/2310G9513G2019G10G21> (дата звернення: 26.03.2025).

2. Саблук Р.О Ланиця І.Ф. Здорове харчування - сучасний тренд в ресторанному господарстві. *Інновації, тренди та виклики в індустрії гостинності*: Матеріали II Міжнар. наук.-практ. конф., м. Львів, 4 трав. 2023 р. 2023. С. 134–137.

Савчук П. В., Савчук О. В.,
здобувачі вищої освіти,

Науковий керівник: д.е.н., проф. Охріменко А. Г.
Державний торговельно-економічний університет,
м. Київ, Україна

ВПЛИВ СТАЛОГО РОЗВИТКУ НА СВІТОВІ ТУРИСТИЧНІ ТРЕНДИ

Сучасний туристичний ландшафт перебуває в стані глибокої парадигмальної трансформації, яка безпосередньо пов'язана з концепцією сталого розвитку. У світлі глобальних викликів, таких як кліматичні зміни, деградація довкілля та соціальна нерівність, туристична галузь не може залишатись осторонь і повинна відігравати активну роль у забезпеченні балансу між економічними вигодами та екологічною й соціальною відповідальністю.

За даними Всесвітньої туристичної організації ООН (UNWTO), 74% мандрівників у 2022 році визначили екологічність як пріоритетний фактор при виборі подорожі, що демонструє фундаментальні зміни у свідомості глобальної туристичної спільноти [1, с. 24]. Зростає попит на «зелені» готелі, екологічні маршрути, сертифіковані екотуристичні послуги, а також прозорість у звітності туристичних операторів щодо впливу на довкілля.

Традиційна модель туризму, що базувалася на принципах масового споживання та мінімальної уваги до екологічних наслідків, поступається місцем новій парадигмі усвідомленої та відповідальної подорожі. Дослідження Booking.com показало, що 83% туристів вважають сталий туризм критично важливим, а 49% готові сплачувати преміальну вартість за екологічно відповідальний туристичний продукт [2, с. 37]. Це відкриває перспективи для розвитку нішевих форматів подорожей: агротуризму, еко-ретритів, волонтерських програм тощо.

Світовий економічний форум у звіті за 2023 рік підкреслює, що сталий туризм є не лише екологічним трендом, але й потужним інструментом економічного розвитку. Дослідження показують, що community-based туризм може збільшити доходи локальних спільнот на 35–40% порівняно з традиційними туристичними моделями [3, с. 78].