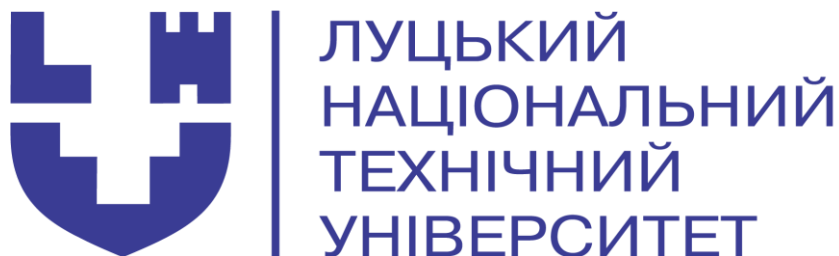


Міністерство освіти і науки України



## КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ

Методичні вказівки до практичних занять  
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
освітньо-професійної програми «Готельно-ресторанна справа»  
галузі знань 24 Сфера обслуговування  
спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа  
денної та заочної форм навчання

ЛУЦЬК 2025

УДК 641.5:39(07)

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій ЛНТУ

Директор бібліотеки \_\_\_\_\_ Наталія Поліщук

Рекомендовано до видання вченою радою факультету митної справи, матеріалів та технологій ЛНТУ,

протокол № \_\_\_\_ від « » \_\_\_\_\_ 2025 року.

Голова вченої ради факультету ММТ \_\_\_\_\_ Валентина Ткачук

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри туризму та готельно-ресторанної справи ЛНТУ, протокол № \_\_\_\_ від « » \_\_\_\_\_ 2025 року.

Завідувачка кафедри \_\_\_\_\_ Людмила Матвійчук, д.е.н., професор кафедри туризму та готельно-ресторанної справи ЛНТУ

Укладач: \_\_\_\_\_ Михайло Лепкий, к.г.н., доц., доцент кафедри туризму та готельно-ресторанної справи ЛНТУ.

Рецензент: \_\_\_\_\_ Володимир Подоляк, к.т.н., доц., доцент кафедри туризму та готельно-ресторанної справи ЛНТУ

Відповідальний за випуск: \_\_\_\_\_ Людмила Матвійчук, д.е.н., проф., завідувачка кафедри туризму та готельно-ресторанної справи ЛНТУ

К 36  
Кулінарна етнологія: методичні вказівки до практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 Сфера обслуговування спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа денної та заочної форм навчання / укладач: Лепкий М.І. Луцьк: ЛНТУ, 2025. 36 с.

Методичне видання складене відповідно до діючої програми курсу «Кулінарна етнологія» з метою виконання практичних робіт та надання методичної допомоги у процесі виконання.

## *МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ*

Згідно з робочою програмою вибіркової навчальної дисципліни «Кулінарна етнологія» студенти стаціонарної та заочної форм навчання виконують практичні роботи. Практична робота – форма навчального заняття, при якій викладач організує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни та формує вміння і навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань. Зміст практичної роботи студента з дисципліни «Кулінарна етнологія» визначається навчальною програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями, які видаються студентам.

Методичні рекомендації містять завдання для практичної роботи студентів з дисципліни «Кулінарна етнологія» відповідно до програми вивчення дисципліни. Організація роботи студентів, передбачає ведення термінів з теми, підготовку відповідей на контрольні питання та завдання, занотування наукових літературних джерел, а також розв'язання практичних завдань. Мета практичної роботи – закріпити теоретичні знання в межах програмного змісту дисципліни, розвинути вміння розв'язувати проблемні ситуації у процесі обслуговування відвідувачів готельно-ресторанних закладів, організації діяльності щодо надання основних видів послуг у сфері готельно-ресторанного бізнесу.

Питання для самоконтролю передбачають активізацію у студентів знань з тем курсу, уміння набувати навички з сутності етнічних кулінарних традицій та уподобань, а також технологій приготування основних страв, виробів та напоїв етнічних кухонь країн світу; вивчення оформлення і подачі страв у закладах ресторанного господарства із урахуванням етнічних традицій; аналізу спеціальних меню з урахуванням режиму харчування та етногастрономічних вподобань відвідувачів з різних країн. Творчі завдання передбачають розвиток вміння застосовувати здобуті теоретичні знання для аналізу теоретичних і прикладних проблем підприємств готельно-ресторанного бізнесу.

Під час виконання практичної роботи студент має можливість користуватися літературою бібліотеки університету, комплексними методичними рекомендаціями, посібниками та інше; періодичною, науковою, монографічною літературою. Питання, які виникають у студентів стосовно виконання завдань, вирішуються на консультаціях, що проводяться згідно з графіком, затвердженим кафедрою.

Метою дисципліни «Кулінарна етнологія» є формування професійних знань в області кулінарних особливостей етнічних кухонь народів різних країн світу у зв'язку з подальшим розвитком ресторанного бізнесу в цілому і необхідністю організації харчування закордонних туристів в Україні.

Завдання викладання дисципліни, враховуючи сформульовану мету:

- здобуття теоретичних знань і формування практичних навичок щодо особливостей етнічних кулінарних традицій та уподобань;
- технологій приготування основних страв, виробів та напоїв етнічних кухонь країн світу;
- етнотехнології у виробництві страв та виробів у різних країнах світу;
- оформлення і подачі страв у закладах ресторанного господарства із урахуванням етнічних традицій;
- складання спеціальних меню з урахуванням режиму харчування та етногастрономічних вподобань відвідувачів з різних країн.

Знання: загальних особливостей етнічних кухонь різних країн світу; набору традиційної і сучасної продовольчої сировини, характерної для різних етнічних кухонь; особливостей використання кулінарних етномаркерів у виробництві страв та напоїв; традиційних способів кулінарної обробки продуктів в різних етнічних кухнях; основного асортименту та технологій традиційних етнічних страв; режиму харчування, характерного для туристів різних країн світу.

Уміння: володіння термінами та визначеннями щодо культури та традицій харчування народів світу; розробляти технологічну документацію кулінарної продукції для етнічних закладів ресторанного господарства та впроваджувати його у технологічний процес підприємства; оформлювати й подавати страви у закладах ресторанного господарства, враховуючи етнічні традиції; складати меню для груп іноземних туристів з урахуванням їх етногастрономічних вподобань та організувати їх обслуговування; організувати та впроваджувати прогресивні технології виробництва страв етнічних кухонь світу; використовувати сучасні форми, схеми та методи обслуговування іноземних туристів у готельно-ресторанних комплексах.

*ПРОГРАМНИЙ МАТЕРІАЛ  
ДО ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «КУЛІНАРНА ЕТНОЛОГІЯ»*

Тема 1. *Кулінарна етнологія: поняття та стадії розвитку.*

Предмет, мета і завдання вивчення дисципліни. Національна кухня як джерело творчості кулінарного мистецтва. Види національних кухонь світу. Стадії розвитку етнічних кухонь.

Тема 2. *Спеціальні форми та методи обслуговування іноземних туристів.*

Класифікація методів і форм обслуговування іноземних туристів. Основні системи харчування в готелях, що діють за принципом шведського столу. Види сніданків.

Тема 3. *Основи мистецтва вживання прянощів, приправ в національних кухнях народів світу.*

Об'єктивні ознаки, що відрізняють прянощі від приправ і ароматичних речовин. Класифікація прянощів. Використання смако-ароматичних речовин в національних кухнях

Тема 4. *Особливості української національної кухні.*

Сезонність української кухні. Особливості та традиції української кухні. Українські національні страви.

Тема 5. *Кухня країн Західної Європи.*

Основні способи й прийоми приготування європейської їжі. Особливості національної кухні Франції. Особливості національної кухні Англії. Особливості національної німецької кухні. Особливості національної кухні Португалії.

Тема 6. *Кухня країн Південно-Східної Європи.*

Особливості національної кухні Італії. Особливості національної кухні Греції. Особливості національної кухні Іспанії. Особливості національної кухні Болгарії

Тема 7. *Особливості національних кухонь Північної Америки.*

Особливості національних кухонь Північної Америки. Особливості культури та традиції харчування в США. Особливості культури та традиції харчування в Канаді.

Тема 8. *Особливості національних кухонь Центральної та Південної Америки.*

Особливості національних кухонь Південної Америки. Особливості культури та традиції харчування в Мексиці. Особливості культури та традиції харчування інших народів Південної Америки.

Тема 9. *Особливості кулінарної етнології народів Азії.*

Азійська кухня та її характеристика. Загальні риси азійської кухні. Особливості та традиції азійської кухні.

Тема 10. *Особливості кулінарної етнології народів Південно-Східної Азії.*

Особливості національної кухні Китаю. Особливості національної кухні Японії. Особливості національної кухні Кореї.

Тема 11. *Особливості кулінарної етнології Австралії та Нової Зеландії.*

Особливості традицій та культури харчування народів країн Австралійського союзу. Австралійський сніданок. Особливості традицій та культури харчування народів Нової Зеландії.

Тема 12. *Особливості національних кухонь народів Північної і Західної Африки.*

Кулінарні особливості національної кухні Арабської Республіки Єгипет. Традиції харчування в Марокко та Алжирі. Харчування населення Гвінеї, Гани, Сенегалу, Кот-д'Івуара

Тема 13. *Особливості національних кухонь народів Центрально-Східної і Південної Африки.*

Традиції харчування в країнах Південної Африки. Особливості національних традицій Намібії, Ботсвані, Мозамбіку. Особливості режиму харчування народів Ефіопії.

## ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ РОБІТ

Практична робота 1. Способи обробки продуктів при приготуванні страв

Мета заняття: розкрити поняття дисципліни «Кулінарна етнологія» та стадій розвитку етнічних кухонь

Завдання: 1. Скласти таблицю культури харчування

Культура харчування	Країни поширення	Що можна	Що не можна	Що не рекомендується	Що потрібно
Християнство					
Іудаїзм					
Буддизм					
Іслам					

2. Заповніть порівняльну таблицю, обґрунтувавши, чому конкретний етнос обрав саме такий спосіб обробки.

Регіон / Етнос	Пріоритетний спосіб обробки	Етнологічне обґрунтування (дефіцит ресурсів, клімат, релігія)
Центральна Азія (кочівники)	Сушіння, в'ялення, варіння	
Північна Африка (бербери)	Томління в таджині	
Південно-Східна Азія	Стир-фрай (швидке смаження)	
Україна (Полісся/Лісостеп)	Пряження (томління в печі)	

3. Скласти таблицю способів оброблення продуктів при приготуванні страв

Вид способу	Характеристика способу
Випікання	
Барбекю	
Бланшування	
Варіння	
Тушкування	
Бройл	
Смаження у фритюрі	
Фрі	
Глазурування	
Смаження	
Гриль	
Пан-бройл	
Папільйот	
Парбойл	
Поуч	
Випарювання	
Парку	
Сім мер	
На парі	
Соте	
су-від	

4. Скласти таблицю найтипівіших страв країн світу

Назва страви	Країна	Характеристика страви
Мідії з картоплею фрі	Бельгія	
Віденський шніцель	Австрія	
Асадо	Аргентина	
Путін	Канада	
Фейжоада	Бразилія	
Пиріг-поплавок	Австралія	
Сяо лонг бао	Китай	
Пажський сир	Хорватія	
Молохея	Єгипет	
Ростбіф з йоркширським пудингом	Англія	
Хачапурі	Грузія	
Оселедець	Голландія	
Курка тандурі	Індія	
Пиріг теранг булан	Індонезія	
Піца	Італія	
Кацудон	Японія	
Вареники	Україна	
Насі лемак	Малайзія	
Соус моле	Мексика	
Ракфіск	Норвегія	
Адобо	Філіппіни	
Франсезінья	Португалія	
Сармале	Румунія	
Касба	Саудівська Аравія	
Копчений лосось	Шотландія	
Бринзові галушки	Словаччина	
Кранська ковбаса	Словенія	
Білтонг	ПАР	
Панчхан	Південна Корея	
Хамон іберіко	Іспанія	
Шаурма	ОАЕ	
Гамбургер	США	
Пабелльон кріоліт	Венесуела	

5. Складіть презентацію на тему «Вплив релігійних та світських традицій на етнічні особливості харчування населення»

Питання та завдання для самоконтролю

1. Національна кухня як джерело творчості кулінарного мистецтва.
2. Види національних кухонь світу.
3. Стадії розвитку етнічних кухонь Література: 1-20.

Практична робота 2. Нові формати сучасних закладів ресторанного господарства  
 Мета заняття: розглянути формати сучасних закладів ресторанного господарства.  
 Завдання: 1. Скласти таблицю систем харчування народів світу

Системи харчування	Види систем харчування	Характеристика видів систем харчування
Традиційні	Національні кухні	
Сучасні		
Наукові	Теорія збалансованого харчування	
	Теорія адекватного харчування	
	Концепція роздільного харчування	
Альтернативні	Вегетаріанство	
	Сироїдіння	
	Макробіотика	
	Біоїжа	

2. Складіть таблицю спеціальних форм організації харчування туристів

Спеціальні форми організації харчування	Характеристика спеціальних форм організації харчування
HCAI (High Class All Inclusive) = DAI (Deluxe All Inclusive)	
UAI (Ultra All Inclusive) = SAI (Superior All Inclusive) = EXTAI (Extended All Inclusive) = ELGAI (Elegance All Inclusive) = VIPAI (VIP All Inclusive)	
AI (All inclusive)	
FB+ (Full Board Plus) = EXTFB (Extended Full Board)	
FB (Full Board)	
HBS (Half Board Superior)	
HB+ (Half Board Plus)	
HB (Half Board)	
BB (Bed & Breakfast)	
RO (Room only) AO (Accommodation Only), NO (без харчування), EP (European Plan)	

3. Складіть таблицю методів обслуговування

Методи обслуговування	Характеристика методів обслуговування
а-ля карт	
а парт	
табльдот	
«шведський стіл»	
буфетне обслуговування	

4. Скласти таблицю міжнародної класифікації типів меню

Назва меню	Характеристика
a la carte (а ля карт)	
table d'hote (табль д'от)	

du jour (дю жур)	
tourist menu (туристичне меню)	
California menu (каліфорнійське меню)	
бізнес-ланч	
дієт-меню	
гала-меню	
дитяче меню	
без калорійне меню	
ланч-провізія	
квік-ланч	
«Сеньйора-меню»	
меню-сюрприз	
вегетаріанське меню	
повне (класичне) меню	
меню для персоналу	
cycle menu (циклічне меню)	

5. Складіть таблицю видів національних сніданків

Назва	Склад
Австрійський 1-й	
Австрійський 2-й	
Американський	
Англійський короткий	
Англійський повний	
Голландський	
Іспанський та португальський 1-й	
Іспанський та португальський 2-й	
Італійський	
Німецький 1-й	
Німецький 2-й	
Польський 1-й	
Польський 2-й	
Скандинавський	
Фінський	

Питання та завдання для самоконтролю

1. Класифікація методів і форм обслуговування іноземних туристів.
2. Основні системи харчування в готелях, що діють за принципом шведського столу.
3. Види сніданків

Практична робота 3. Основи мистецтва вживання прянощів, приправ в національних кухнях народів світу

Мета заняття: ознайомитися з мистецтвом вживання прянощів, приправ в національних кухнях народів світу.

Завдання: 1. 1. Складіть таблицю характеристики прянощів

Прянощі	Характеристика прянощі
Аніс	
Бодян	
Ванілін	
Гвоздика	
Імбир	
Кардамон	
Коріандр	
Кориця	
Лавровий лист	
Мускатний горіх	
Перець білий	
Перець червоний	
Перець чорний	
Кмин	
Шафран	

2. Кожен студент обирає одну країну, яка відома своїм унікальним використанням прянощів (наприклад, Індія, Мексика, Таїланд, Марокко, Італія, Франція, Туреччина). Визначити 5-7 ключових прянощів/приправ, які є найбільш характерними для обраної кухні. Описати походження, основні властивості (аромат, смак) та традиційні способи використання цих прянощів у стравах. Навести приклади 3-5 типових страв, де ці прянощі відіграють ключову роль. Розглянути історичні аспекти впливу прянощів на розвиток обраної кухні (наприклад, торговельні шляхи, колонізація).

3. Студенти повинні створити власну суміш прянощів (бленд), яка буде ідеально підходити для конкретного типу продукту або страви (наприклад, для курки гриль, овочевого рагу, риби, десерту, маринаду).

Розробка рецепта бленду:

- вибрати 3-5 різних прянощів, обґрунтувавши свій вибір (які смаки/аромати вони нададуть, як вони поєднуються між собою).

- визначити оптимальні пропорції для кожної прянощі в бленді.

- надати назву своєму бленду.

Підготувати короткий звіт

4. Кожен студент обирає один рецепт відомої національної страви, де прянощі відіграють значну роль (наприклад, курка тічка масала, гуакамолє, паелья, том-ям, борщ з копченостями).

- визначити всі прянощі та приправи, зазначені в рецепті;

- описати функцію кожної прянощі (наприклад, додає гостроти, аромату, кольору, слугує консервантом, емульгатором).

- пояснити, як ці прянощі взаємодіють між собою та з основними інгредієнтами страви.

5. Складіть таблицю характеристики приправ української кухні

Назва приправи	Характеристика приправи	Вплив на страву
Сіль		
Оцет		

Столова гірчиця		
Майонез		
Столовий хрін		

6. Складіть презентацію на тему «Використання прянощів в національній кухні (на вибір)»

Питання та завдання для самоконтролю

1. Ознаки відмінностей прянощів від приправ і ароматичних речовин.
2. Класифікація прянощів.
3. Використання смако-ароматичних речовин в національних кухнях

#### Практична робота 4. Особливості української національної кухні

Мета заняття: вивчити особливості української національної кухні.

Завдання: 1.Скласти таблицю тривалості теплової обробки продуктів української кухні

№ пор.	Продукт	Тривалість варіння, хв.
1.	Рис	
2.	Перлові крупи (запарені)	
3.	Квасоля замочена	
4.	Горох лущений	
5.	Макарони	
6.	Локшина	
7.	Вермішель	
8.	Супова засипка	
9.	Капуста квашена тушкована	
10.	Капуста білоголова свіжа	
11.	Капуста цвітна	
12.	Овочі пасеровані	
13.	Буряки тушковані	
14.	Картопля нарізана	
15.	Лопаточки зеленого горошку	
16.	Квасоля стручкова	
17.	Шпинат	

2. Скласти таблицю стародавніх рецептів української кухні

Назва страви	Характеристика страви і рецепту
Затірка	
Меживо	
Лемішка	
Коцюрба	
Токан	
Книші	
Пампушки	
Гусянка	

3. Розробити концепцію однієї української страви для сучасного ресторану.

Візьміть автентичний рецепт (наприклад, *Гамула* або *Гомбовці*).

Залиште етнічну основу (смак, інгредієнти).

Змініть текстуру (використання піни/еспуми, дегідратції або гелеутворення).

Запропонуйте візуальну подачу, яка б відсилала до народних промислів (кераміка Опішні, Косова тощо)

4. Оберіть одну з наведених нижче технік та опишіть алгоритм її виконання в умовах сучасної кухні:

- ферментація (квашення): Чому українське квашення відбувалося без додавання оцту?

Опишіть роль молочнокислих бактерій у приготуванні бурякового квасу для борщу.

- комбінована обробка: Розберіть етапи приготування Верещаки (обсмажування м'яса + тушкування у буряковому квасі). Як кислота впливає на сполучну тканину м'яса під час обробки?

- використання природних загущувачів: Дослідіть використання солодів та заквасок у десертних стравах (наприклад, у Путрі чи Кваші).

5. Заповнити порівняльну таблицю, де порівнюється традиційний метод приготування в печі з сучасними ресторанными аналогами.

Традиційна страва	Процес у печі (Етно-метод)	Сучасна технологічна альтернатива	Вплив на органолептику (смак/текстуру)
Борщ	Тривале «мління» при спадаючій температурі	Технологія Sous-vide (су-від) або Slow Cooking	
Товченики / Потапці	Запікання з «присмажуванням» зверху	Конвектомат (режим гриль + пара)	
Топлене молоко	Пряження (випаровування вологи)	Низькотемпературна пастеризація	

#### Питання та завдання для самоконтролю

1. Сезонність української кухні.
2. Особливості та традиції української кухні.
3. Українські національні страви

Практична робота 5. Українська регіональна національна кухня

Мета заняття: основи української регіональної національної кухні

Завдання: 1. Скласти таблицю технології регіональних перших страв

Назва страви	Основні інгредієнти для приготування	Технологія приготування
щерба		
верещака		
куліш		
таратуга		
юшка гетьманська		

2. Скласти таблицю технології регіональних других страв

Назва страви	Основні інгредієнти для приготування	Технологія приготування
ячня гуцульська		
книдлі		
лежні картопляні		
кулеша		
чир		
хоми		
буцики		
мнишка		
лемішка з салом		
вареники з рибою по-одеськи		
котлети рибні по одеськи		
вергуни прості		
бабка вишнева		

3. Студенти діляться на групи, кожна з яких отримує один з етнографічних регіонів (Галичина, Волинь, Поділля, Полтавщина, Слобожанщина, Таврія, Закарпаття).

Скласти «портрет» регіону за наступним планом:

1. Домінуюча сировина: Які продукти є ключовими (наприклад, кукурудза та овечий сир для Гуцульщини; прісноводна риба для Наддніпрянщини; дунайський оселедець для Бессарабії).
2. Історичний вплив: Які сусідні культури вплинули на кухню регіону (наприклад, австро-угорський вплив на Галичину, кримськотатарський — на Південь).
3. Технологічна фішка: Опишіть одну специфічну техніку (наприклад, копчення фруктів, використання «засипки» з пшона, готування у чавунних казанах на відкритому вогні).

4. Оберіть одну загальнонаціональну страву (наприклад, Борщ або Вареники) і доведіть, як вона змінюється залежно від регіону.

Регіон	Унікальний інгредієнт у страві	Спосіб подачі або форма	Назва варіації
Полтавщина			
Чернігівщина			
Одещина			
Галичина			

5. Уявіть, що Ви розробляєте меню для фестивалю етнічної кухні. Завдання: Скласти сет-меню (закуска, основна страва, десерт, напій), яке б на 100% репрезентувало один обраний регіон.

Приклад для Слобожанщини: Окрошка на сирівці → Смажена дичина → Гречаники → Узвар з чебрецем.

Обґрунтування: Чому ці страви є автентичними для цієї місцевості?

6. Складіть схему або зробіть фото-колаж сервірування регіональної страви.

- Який текстиль (рушники, скатертини) притаманний регіону?

- Який посуд підкреслить етно-стилістику (чорна кераміка Гавареччини, полив'яний посуд Косова, дерев'яні ложки)?

Питання та завдання для самоконтролю

1. Регіональна українська кухня.

2. Особливості та традиції регіональної української кухні.

3. Регіональні українські національні страви

Практисна робота 6. Кухня країн Західної Європи.

Мета: закріпити теоретичні та практичні знання щодо кухні країн Західної Європи.

Завдання 1. Скласти таблицю основних національних страв та солодошів західноєвропейської кухні

Вид кухні	Представники кухні	Основні національні страви і солодоші
Західноєвропейська	австрійська	
	бельгійська	
	нідерландська	
	французька	
	німецька	
	швейцарська	
	кухня Ліхтенштейну	
	кухня Люксембургу	

2. Скласти таблицю основних способів і прийомів приготування європейської їжі

Назва способу	Характеристика
механічна обробка продуктів (холодна)	
теплова обробка (за існуванням високих температур)	Варіння смаження тушкування брезиркування пасерування бланшування
біохімічні способи (діяння на продукти мікроорганізмів і ферментів)	

3. Дати характеристику національної кухні Західної Європи згідно таблиці (згідно варіанту)

1	Вступ		
	1.1	Географічне положення країни	Вплив на формування національної кухні
		Рельєф, географічні зони	
		Клімат	
	1.2	Основні напрямки сільського господарства	Вплив на формування національної кухні
		Переробна та харчова промисловість	
		Населення країни (національний склад)	
Віровизнання (релігія)			
2	Продукти харчування, характерні для кухні даної країни (народу)		
	В том числі смакові продукти (пряності, спеції, приправи)		
	Способи кулінарної обробки та їх характеристика: механічна, теплова (вказати найбільш характерні, відмінні від інших режими, прийоми)		
	Найбільш характерні національні страви, їх аналоги в інших кухнях, способи оформлення та подачі		
	Режим харчування		
	Особливості культури харчування (прибори, посуд, особливості застілля)		
3	Приблизне меню		

4. Оберіть традиційну страву однієї країни Західної Європи. Підготуйте план приготування цієї страви, враховуючи традиційні страви та способи кулінарної обробки. За можливості введіть демонстрацію або презентацію процесу приготування.
5. Розгляньте правила етикетки для столу у вибраних країнах Західної Європи. Опишіть особливості сервірування та прийому їжі. Обговоріть, як традиції впливають на сучасну культуру харчування і гастрономічного туризму.
6. Підготувати повідомлення на тему – основні страви національної кухні (згідно варіанту)

#### Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості національної кухні Франції.
2. Особливості національної кухні Англії.
3. Особливості національної німецької та португальської кухні.

Практична робота 7. Кухня країн Південно-Східної Європи

Мета: закріпити теоретичні та практичні знання щодо кухні країн Південно-Східної Європи.

Завдання: 1. Дати характеристику національних страв кухонь Південно-Східної Європи

Країна	Назва страви	Характеристика страви
Греція	мусака	
	клевтіко	
	спанакопита	
	долма	
	сувлаки	
	фасолада	
Італія	різотто	
	лазанья	
	паста	
	піца	
	ньоки	
Іспанія	паелья	
	гаспачо	
	тапас	
	косидо	
	фабада	
Болгарія	чорба	
	гювеч	
	таратор	
	шопський салат	
	баніца	

2. Скласти таблицю асортименту страв меню, режиму харчування туристів з країн Південно-Східної Європи

Складаючи меню для туристів з країн Південно-Східної Європи необхідно передбачити:	
Для грецьких туристів	
Для італійських туристів	
Для іспанських туристів	
Для болгарських туристів	

3. Скласти таблицю режиму харчування в країнах Південно-Східної Європи

Країна	Вид харчування	Час виду харчування	Характеристика типових страв
Греція	сніданок		
	Обід		
	Вечеря		
Італія	сніданок		
	Обід		
	Вечеря		
	сніданок		

Іспанія	Обід		
	вечеря		
Болгарія	сніданок		
	обід		
	вечеря		

4. Складіть таблицю харчування в країнах Південно-Східної Європи

Греція	Холодні закуски	
	Перші страви	
	Другі страви	
	Десерти	
	Не рекомендується пропонувати грекам	
Італія	Холодні закуски	
	Перші страви	
	Другі страви	
	Десерти	
	Не рекомендується пропонувати італійцям	
Іспанія	Холодні закуски	
	Перші страви	
	Другі страви	
	Десерти	
	Не рекомендується пропонувати іспанцям	
Болгарія	Холодні закуски	
	Перші страви	
	Другі страви	
	Десерти	
	Не рекомендується пропонувати болгарам	

5. Складіть презентацію на одну з тем «Харчування в Греції», «Харчування в Італії», «Харчування в Іспанії», «Харчування в Болгарії»

Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості національної кухні Італії.
2. Особливості національної кухні Греції та Іспанії.
3. Особливості національної кухні Болгарії

Практична робота 8. Кухня народів Північної Америки

Мета: засвоїти теоретичні та практичні основи харчування народів Північної Америки.

Завдання: 1. Скласти таблицю основних національних страв та солодоців субрегіонів США

Назва субрегіону	Основні національні страви і солодоці
Нова Англія	
Середньоатлантичний	
Північно-східний центральний	
Північно-західний центральний	
Південноатлантичний	
Південно-східний центральний	
Південно-західний центральний	
Гірський	
Тихоокеанський	

2. Скласти таблицю основних національних страв та солодоців канадської кухні

Назва провінції	Столиця	Населення	Основні страви регіону
Альберта	Едмонтон	3 256 800	
Британська Колумбія	Вікторія	4 254 500	
Манітоба	Вінніпег	1 177 600	
Нова Шотландія	Галіфакс	937 900	
Нью-Брансвік	Фредеріктон	752 000	
Ньюфаундленд і Лабрадор	Сент-Джонс	516 000	
Онтаріо	Торонто	12 541 400	
Острів Принца Едварда	Шарлоттаун	138 100	
Квебек	Квебек	7 598 100	
Саскачеван	Реджайна	994 100	
Північно-західні території	Єллоунайф	42 800	
Юкон	Вайтхорс	31 200	
Нунавут	Ікалуїт	28 300	

3. Дати характеристику основних страв США та Канади

Назва	Характеристика
<i>США</i>	
індичка по-американськи	
гарбузовий пиріг	
BBQ/Grilling	
Стек	

New England Clam Chowder	
яблучний пиріг	
м'ясний пиріг	
американська піца	Нью-Йоркська піца (збільшена Неаполітанська) - Нью-Хевен - Грецька піца - Чикагська піца - піца Гавайська - Бруклінська піца
<i>Канада</i>	
туртєр	
путін	
коктейль «Цезар»	
гороховий суп	
еопчене монреальське м'ясо	
канадський бекон	
хліб Беннок	
Бівер Тейлс	
батончики Нанаймо	
вершковий тарт	

#### 4. Складіть таблицю видів американських стейків

Вид стейків	Характеристика стейку
ріб-стейк	
клуб-стейк	
тібоун-стейк	
портерхаус-стейк	
стріплойн-стейк	
раундрамб-стейк	
філе-мінйон	
шатобріан	
торнедос	
скірт-стейк	

#### Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості культури та традиції харчування в країнах Північної Америки.
2. Культура та традиції харчування в США.
3. Особливості культури та традиції харчування в Канаді.

## Практична робота 9. Кухня народів Центральної Америки

Мета: засвоїти теоретичні основи кухні країн Центральної Америки

Завдання: 1 Порівняти два фундаментальні підходи до приготування складних соусів

Параметр порівняння	Соус Моле	Соус Сальса
Етнічне коріння	Ацтекське + іспанський вплив	Класична мезоамериканська база
Ключові інгредієнти	Какао, чилі, горіхи, сухофрукти, спеції	Томатільйо/томати, чилі, цибуля, лайм
Складність обробки	Тривале тушкування, багатокomпонентність	Подрібнення (часто сире або запечене)
Функція у страві	Основна смакова домінанта	Доповнення, підсилювач смаку

2. Розробіть технологічну карту приготування яловичих щік або свинини в стилі Pibil за допомогою технології Sous-vide. Розрахуйте параметри (температура/час) для досягнення текстури, аналогічної до 12-годинного томління в печі. Як ви імітуватимете «димний» профіль без використання відкритого вогню? (Використання пасти Achiote, рідкого диму або обпалювання пальником).

3. У сучасних ресторанах Мехіко та Ліми кукурудза є головним продуктом. Створіть меню з трьох страв, де один і той самий сорт кукурудзи представлений у різних агрегатних станах:

- Закуска: Еспума (піна) з кукурудзи з додаванням чилі.
- Основна страва: Тортилья з синьої кукурудзи власного виробництва (опишіть закупівлю метате або ручного преса).
- Десерт: Морозиво з паленої кукурудзи (із використанням Rasojet).

4. Соус Mole Madre може готуватися роками (додаючи нові інгредієнти до старої бази). Завдання: 1. Обґрунтуйте з точки зору маркетингу використання «вічного соусу» у вашому закладі. 2. Пропишіть склад соусу, що включає мінімум 20 інгредієнтів. 3. Як ви поясните гостю ресторану цінність соусу, який готувався понад 1000 днів?

5. Розробити коктейльну карту на основі дистилатів агави (Текіла, Мескаль) або ферментованих напоїв (Тепаче).

Опишіть процес приготування Терасхе (ферментований ананас) в умовах ресторанного бару. Створіть рецепт коктейлю, де використовується техніка «копчення» келиха, що відсилає до ритуалів майя.

### Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості культури та традиції харчування в країнах Центральної Америки.
2. Чому імпорт автентичних мексиканських чилі (Ancho, Guajillo, Chipotle) є критичним для фуд-косту, і чим їх можна замінити без втрати етнічного профілю?
3. Як використовувати листя кукурудзи для подачі страв або декору, мінімізуючи відходи?
4. Як офіціант має презентувати гостю гостроту страв, щоб це було частиною «show-cooking»?

Практична робота 10. Кухня народів Південної Америки

Мета: засвоїти теоретичні основи кухні країн Південної Америки

Завдання: 1. Складіть таблицю традиційних страв, традицій та режиму харчування країн Південної Америки

Назва кухні	Традиції та режим харчування	Основні страви	Характеристика напоїв
Аргентинська			
Бразильська			
Парагвайська			
Уругвайська			
Чилійська			
Перуанська			
Еквадорська			
Болівійська			

2. Складіть таблицю традиційних страв Південної Америки

Назва страви	Характеристика страви
Такака по тукупі	
Мунгузу	
Гуасадо де таргаруга	
Карне де сол	
Фрігідейра	
Ломб де шмагання	
Жакаре	
Фейжоада	
Кюрраско	
Казальтека	
Хилашас	
Мондонго	
Санкошо	
Санкото	
Настільки де злоте	
Платано	
Кіпес	

3. Складіть таблицю популярних страв Південної Америки

Назва страви	Країна	Характеристика страви
Емпанадас	Аргентина	
Pisco Sour	Чилі, Перу	
Йерба Мате	Аргентина	
Пастель	Бразилія	
Дульсе де Лече	Колумбія, Венесуела, Аргентина, Уругвай, Бразилія	
Brigadeiros	Бразилія	
Platanos Fritos	Вся Південна Америка	
Чорізо	Аргентина	

4. Складіть таблицю характеристики кави Південної Америки

Сорт кави	Характеристика сорту	Характеристика напою
Болівійська арабика		
Арабіка Сантос із Бразилії		
Арабіка Жовтий Бурбон		
Арабіка з Еквадору		
Арабіка Галапагос Сан-Крістобаль		
Колумбійська арабіка		
Перуанська арабіка		
Арабіка Домінікана		
Арабіка Панама		
Арабіка Гватемала		
Арабіка Куба		
Арабіка Коста-Ріка		

5. Скласти презентацію національних страв кухні однієї країни Південної Америки (на вибір студента)

Питання та завдання для самоконтролю

1. Традиції та культура харчування народів Південної Америки.
2. Особливості кухонь в країнах Південної Америки.
3. Проаналізуйте склад та походження бразильської фейжоади.
4. Поясніть, як міграційні процеси (японська та китайська діаспори) сформували сучасне гастрономічне обличчя Перу.

## Практична робота 11. Особливості кулінарної етнології народів Азії.

Мета: вивчити особливості кулінарної етнології народів Азії

Завдання: 1. Скласти таблицю основних національних страв та солодошів азіатської кухні

Вид кухні	Представники кухні	Основні національні страви і солодоші
Центральноазійська	казахська	
	киргизька	
	монгольська	
	таджицька	
	туркменська	
	узбецька	
Східноазійська	китайська	
	японська	
	тайванська	
	корейська	
	гонконгська	

2. Етнологія приготування страв у воці базується на дефіциті палива, що змушувало кухарів подрібнювати продукти для миттєвої готовності. Порівняйте вплив «дихання вока» (Wok Hei) при готуванні на відкритому вогні та на сучасній індукційній вок-плиті.

Складіть технологічну карту для страви «Стир-фрай», де обґрунтуйте послідовність закладання інгредієнтів залежно від їхньої щільності.

Як техніка швидкого обсмажування впливає на вихід готової продукції (mass loss) та енергоефективність кухні ресторану?

3. Складіть таблицю найпопулярніших спецій азіатської кухні

Назва спеції	Характеристика
Сушений мелений лемонграс	
Карі	
Перець чилі	
Васалі	
Сичуанський, чорний та червоний перці горошком	
Арахіс і горіхи кеш'ю	

4. Дослідіть «Кухню пряношів» (Індія, Таїланд, В'єтнам) як засіб адаптації етносу до тропічного клімату. Складіть власну суміш спецій (Масала) для конкретного регіону Індії. Поясніть роль кожної спеції як природного антисептика.

Розробіть рецептуру «Лассі» або в'єтнамської кави з яйцем. Чому ці напої ідеально доповнюють гострі етнічні страви з точки зору фізіології смаку?

5. Створіть сніданок у стилі «Asian-Modern» для бізнес-готелю. База: Рис або локшина. Етнічний елемент: Яйце пашот у соєво-імбирному маринаді або місо-суп. Локальна адаптація: Як додати до цієї етнічної бази локальні продукти вашого регіону, щоб зробити страву зрозумілою для місцевого гостя?

### Питання та завдання для самоконтролю

1. Азійська кухня та її характеристика.
2. Загальні риси азійської кухні.
3. Особливості та традиції азійської кухні..

Практична робота 12. Особливості кулінарної етнології країн Південно-Східної Азії.

Мета: вивчити кухню країн Південно-Східної Азії.

Завдання: 1. Складіть таблицю ключових інгредієнтів кухні регіонів

Регіон	Ключовий продукт/інгредієнт	Функція в кулінарії	Етнологічне значення та асоціація
Таїланд, В'єтнам	Рибний соус (Нам Пла, Нуок Чам)		
Малайзія, Індонезія	Паста з креветок (Белачан/Трасі)		

2. Складіть таблицю основних критеріїв Південноазійської та Південно-Східно азійської кухні

Критерій	Південна Азія (Індія)	Південно-Східна Азія (Таїланд)	Південно-Східна Азія (В'єтнам)
Основний прилад для їжі			
Форма подачі			
Роль рису			
Важливість звуків			
Алкоголь та їжа			

3. Скласти повне меню (мінімум 3 страви та 1 напій) для тематичного вечері, що поєднує (ф'южн) елементи Індійської (Південна Азія) та Тайської (Південно-Східна Азія) кухонь.

4. Розробити повну концепцію проведення кулінарного майстер-класу для гостей готелю/ресторану на тему «Вулична їжа Сінгапуру та Малайзії». Скласти меню з 2-х основних страв та 1-го десерту, які будуть готуватися на майстер-класі. Описати необхідне обладнання та організаційні елементи, що створюють автентичну атмосферу (декор, музика). Скласти міні-кошторис (на 10 учасників) на закупівлю основних унікальних інгредієнтів. Підготувати короткий (до 1 хв.) сценарій вступної презентації, яка познайомить учасників з феноменом "Hawker Culture" як об'єктом культурної спадщини.

5. Розробити детальний покроковий інструктаж для офіціантів та менеджерів ресторану щодо правил подачі та етикету споживання традиційної Південно-Азійської страви "Тхалі" або Індонезійського бенкету «Рейшштафель». Описати традиційне розташування елементів на Тхалі (або порядок подачі страв у Рейшштафелі). Роз'яснити культурні особливості, пов'язані зі споживанням: використання рук (якої саме руки), заборони чи вимоги до поведінки за столом, спільне чи індивідуальне споживання. Сформулювати 3-4 поради для персоналу, як коректно відповісти на типові запитання гостя щодо цих ритуалів.

Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості національної кухні Китаю.
2. Особливості національної кухні Японії.
3. Особливості національної кухні Кореї.

Практична робота 13. Особливості кулінарної етнології Австралії та Нової Зеландії.

Мета: вивчити традиції та кухню Австралії та Нової Зеландії.

Завдання: 1. Завдання: 1.Скласти таблицю основних національних страв та солодоців австралійської кухні

Назва території	Основні національні страви і солодоці
Новий Південний Уельс	
Квінсленд	
Південна Австралія	
Тасманія	
Канберра	
Північна Територія	
Вікторія	
Західна Австралія	

2. Скласти таблицю основних національних страв та солодоців регіонів новозеландської кухні

Назва регіону	Центр регіону	Населення регіону	Основні страви регіону
Нортленд	Вангареї	158 700	
Окленд	Окленд	1 529 300	
Ваїкато	Гамільтон	418 500	
Бей оф Пленті	Вакатан	278 100	
Гісборн	Гісборн	46 700	
Хоукіс Бей	Нейпір	155 000	
Таранакі	Стретфорд	110 500	
Манавату-Вангануї	Палмерстон Норт	232 700	
Веллінгтон	Веллінгтон	492 500	
Тасман	Річмонд	48 600	
Нельсон	Нельсон	46 800	
Марлборо	Бленім	45 900	
Вест-Кост	Греймут	32 700	
Кантербері	Крайстчерч	566 000	
Отаго	Данідін	213 200	
Саутленд	Інверкаргіл л	94 800	
Північний острів		3 422 000	
Південний острів		1 048 200	
Острови Чатем		600	

3. Підготувати повідомлення на тему – основні страви національної кухні (згідно варіанту)

4. Дати характеристику основних страв Австралії та Нової Зеландії

Назва	Характеристика
	Австралія
веджимайт	

meat pie	
sausage rolls	
курчата Мельбурн	
пиріг-поплавок	
салат «Літній»	
анауке (печиво) із вівсяних пластівців	
карпетбэг стейк (Carpetbag Steak)	
Нова Зеландія	
Hangi	
roastkumara	
Kuku	
muttonbird	
суп із цикорію	
м'ясний пиріг	
colonial goose	

#### 5. Дати характеристику десертів Австралії та Нової Зеландії

Назва	Характеристика
Австралія	
торт «Павлова»	
Лемінгтон	
рокі-роуд (кам'яниста дорога)	
Фрогкейки	
ельфійський хліб	
Нова Зеландія	
хокі-покі	
chocolate crackles	
торт Лоллі	
пиріг з фруктами	
Джеми	
желе із ожини	

#### Питання та завдання для самоконтролю

1. Особливості традицій та культури харчування народів країн Австралійського союзу.
2. Австралійський сніданок.
3. Особливості традицій та культури харчування народів Нової Зеландії.

Практична робота 14. Особливості національних кухонь Північної і Західної Африки.

Мета: вивчити традиції та кузню народів Північної і Західної Африки.

Завдання: 1. Складіть таблицю особливостей африканської кулінарії

Особливість	Характеристика особливості
Різноманітність інгредієнтів	
Техніки приготування	
Вплив місцевих традицій	
Регіональні особливості	
Гостинність	

2. У багатьох ресторанах використовують кускус швидкого приготування, але автентична етнологія вимагає іншого.

Опишіть етапи традиційного приготування кускусу в пароварці (couscoussière). Чому крупу потрібно змащувати маслом та перетирати руками під час процесу?

Як демонстрація процесу «перетирання» крупи перед гостями може підвищити середній чек у концептуальному ресторані?

3. Західноафриканська кухня базується на крохмалистих основах та гострих рагу.

Дослідіть продукт Фуфу (Fufu). З якої сировини його виготовляють (маніок, ямс, плантани) та яка його роль у культурі спільної трапези?

Складіть меню для «Вечора африканської кухні», де центральною стравою буде Рис Джолоф. Поясніть різницю між ганським та нігерійським стилями.

4. Складіть таблицю типових страв Єгипту

Назва страви	Характеристика страви
Шакшука	
Молохів	
Фаттах	
Кебда	
Махші	
Таамея (Фалафель)	
Кошарі	
Баба Ганудж	
Самак	
Гебна	
Конафа	
Шай	
Соки	

5. Складіть таблицю типових страв Марокко

Назва	Характеристика страви
Чорна	
Харіра	
Єбаба	
Таджин	
Мешуа	
Мішна	
Гайїн ель гхальмі	

6. Розробити концепцію «Pop-up» ресторану африканської кухні для готелю 5\*.

Оберіть візуальні маркери (берберські килими, мідний посуд або тканини кенте).

Обґрунтуйте вибір між індивідуальною подачею та Communal Dining (спільні тарілки, їжа руками за допомогою коржів).

Складіть сет із 3-х страв, де обов'язково присутня баранина, бобові та екзотичні фрукти.

#### Питання та завдання для самоконтролю

1. Кулінарні особливості національної кухні Арабської
2. Республіки Єгипет. Традиції харчування в Марокко та Алжирі.
3. Харчування населення Гвінеї, Гани, Сенегалу, Кот-д'Івуара

Практична робота 15. Особливості національних кухонь народів Центрально-Східної і Південної Африки.

Мета: вивчити традиції та кухню народів Центрально-Східної і Південної Африки.

Завдання: 1. Складіть таблицю страв кухонь Південної Африки

Назва страви	Характеристика страви
Боботі	
Брей	
Білтонг	
Бунні Чау	
Сосатіс	
Потжікос	
Самос	
Мілк Тарт	
Веткоек	
Амарула	

2. Розробіть концепцію тематичного вечора в ресторані, присвяченого кухні обраної країни Центрально-Східної і Південної Африки. Складіть меню (закуска, основна страва, десерт, напій), опишіть сервірування, можливу музичну супровід та елементи декору, що створять атмосферу.

Підготуйте письмовий звіт (1-2 сторінки) про концепцію. Звіт повинен містити:

- короткий опис дослідженої країни та її кулінарних особливостей.
- опис концепції тематичного вечора.

3. Розділіться на групи (по 3-4 студенти). Кожна група обирає одну з країн Південної Африки для дослідження (наприклад, Південно-Африканська Республіка, Намібія, Ботсвана, Зімбабве, Мозамбік). Проведіть детальне дослідження кулінарних традицій обраної країни, звертаючи особливу увагу на:

- основні продукти харчування та їхнє походження;
- типові страви та їхні рецепти (знайдіть автентичні рецепти);
- вплив історичних подій (колонізація, міграція) на формування кулінарних традицій;
- регіональні відмінності в харчуванні;
- традиційні напої;
- особливості сервірування та споживання їжі;
- кулінарні фестивалі та свята;
- сучасні тенденції в ресторанному бізнесі країни, пов'язані з національною кухнею.

4. Детально дослідіть типовий режим харчування ефіопів протягом дня. Опишіть основні прийоми їжі, їхній час, склад та соціальне значення. Порівняйте режим харчування в різних регіонах Ефіопії та серед різних соціальних груп (наприклад, міське та сільське населення). Дослідіть вплив постів (особливо під час Великого посту) на раціон та спосіб харчування.

5. Складіть таблицю типових страв Мозамбіку

Назва страви	Характеристика страви
Piri-Piri Chicken	
Matapa	
Samarão Nacional	
Zambezia Chicken	
Pãozinho, Prego no Pão	
Feijoada à Moçambicana	
Xima	

Bolo Polana	
Frango à Zambeziana	
Caldeirada	

6. Складіть презентацію на тему «Страви народів Центрально-Східної і Південної Африки»

Питання та завдання для самоконтролю

1. Традиції харчування в країнах Південної Африки.
2. Особливості національних традицій Намібії, Ботсвані, Мозамбіку.
3. Особливості режиму харчування народів Ефіопії

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Гаврилко П.П. Збірник рецептур національної кухні Європи. К.: Центр учблвлі літератури, 2024. 620 с.
2. Дишкантюк О., Власюк К. Гастрономічний туризм: підручник. Одеса, 2021. 136 с.
3. Дишкантюк О., Осипова Л., Жмудь, А. (2024). Кулінарна етнологія в контексті сталого розвитку індустрії гостинності. Економіка та суспільство, (70). DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-70-90>
4. Кулінарна етнологія: підручник. / за заг. редак. д.т.н., проф. Доценка В.Ф. К.: Гельветика, 2021. 756 с.
5. Кулінарна етнологія: конспект лекцій / уклад. Н.П. Шевчук, Л.О. Стріха, О.І. Петрова, А.В. Зюзько. Миколаїв: МНАУ, 2022. 209 с.
6. Кухні країн світу: конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОПП «Харчові технології» спеціальності 181 «Харчові технології» денної та заочної форми здобуття вищої освіти / укладачі Шевчук Н.П., Петрова О.І. Миколаїв: МНАУ, 2024. 186 с.
7. Лепкий М.І., Мілашовська О.І., Мезенцева І.В. Розвиток гастрономічного бренду регіону на основі формування конкурентоспроможних туристичних продуктів. Перспективи розвитку туризму в Україні та світі: управління, технології, моделі: колективна монографія. Видання шосте / за наук. ред. проф. Матвійчук Л.Ю. Луцьк: ІВВ Луцького НТУ, 2020. С.245-262.
8. Лепкий М.І., Подоляк В.М. Інноваційні напрями розвитку гастрономічного туризму в умовах сталого розвитку. Реалії та перспективи розвитку індустрії гостинності в умовах інтеграційних процесів: тези доповідей VI Всеукраїнської науково-практичної конференції. Мукачево: РВВ МДУ, 2023. С.67-69.
9. Лепкий М.І. Геопросторові тенденції розвитку гастрономічного туризму в прикордонних з ЄС регіонах України. Стратегії та політики ЄС: інституційна структура та механізми реалізації: матеріали I науково-практичної конференції (21-22 березня 2024 року). Кривий Ріг: Донецький національний університет економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського, 2024. 299 с. С.116-120.
10. Лепкий, М., Левчук, О. (2024). Гастрономічний туризм як інструмент брендингу регіонів України. Інновації та технології в сфері послуг і харчування, (3 (13), 62-68. [https://doi.org/10.32782/2708-4949.3\(13\).2024.10](https://doi.org/10.32782/2708-4949.3(13).2024.10)
11. Матвійчук Л.Ю., Лепкий М.І., Подоляк В.М. Аналіз формування гастрономічного бренду міста Луцька. Товарознавчий вісник: збірник наукових праць. Випуск 15, частина 2 / Редкол.: ред. Пахолюк О.В., відп. секретар Передрій О.І. Луцьк, 2022. С. 104-113. <http://tovvisnik.lutsk-ntu.com.ua/index.php/tovvisnik/issue/view/11>
12. Matviichuk, L., Lepkyi, M., Dashchuk, Y., Sydoruk, S., & Mezentseva, I. (2023). Approach to formation of enogastronomic tourism based on the geographical indication system. Journal of Geology, Geography and Geocology, 31(4), 689-701. <https://doi.org/https://doi.org/10.15421/112265>
13. Неїленко С., Русавська В. Кулінарна етнологія: навч. посіб. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020. 612 с.
14. Ощипок І.М., Пономарьов П.Х., Філь М.І. Кухні народів світу: навчальний посібник [для студ. вищ. навч. закл.]. Львів: Видавництво «Магнолія 2006», 2025. 248 с.
15. Ростовський В.С. Кухні народів світу. Навчальний посібник. К.: Кондор, 2024. 497с.
16. Ростовський В.С. Сучасна українська кухня. Навчальний посібник. К.: Кондор, 2024. 134 с.
17. Русавська В. А. Гостинність в українській традиційній культурі. Київ : Ліра-К, 2020. 280 с.

18. Русавська В.А., Пиптик Н. Українська національна кухня – нематеріальна культурна спадщина та туристичний ресурс регіонів. Тези доповідей IV Міжнар. наук.-практ. конф.-фестивалю «Нематеріальна культурна спадщина як сучасний туристичний ресурс: досвід, практики, інновації» (м. Київ, 20-21 травня 2021 р.). К.: Вид. центр КНУКіМ, 2021. 426 с. С. 255-258.

19. Слащева А.В. Етнічні кухні: навчальний посібник. Кривий Ріг: ДонНУЕТ, 2020. 159 с.

20. Стахмич Т.М., Пахолюк О.М. Кулінарна справа. Технологія приготування їжі. К.: Грамота, 2020. 280 с.

#### Інформаційні ресурси

21. Гастроспадщина – ресурс розвитку економіки регіонів. URL: <https://uccs.org.ua/novyny/hastrospadshchyna-resurs-rozvytkuekonomiky-rehioniv/>

22. Гастрономічна спадщина та національна ідентичність. URL: <https://www.istpravda.com.ua/columns/2021/08/11/159985>

23. Технологія приготування їжі: українська кухня. URL: <https://elc.library.onaft.edu.ua/libraryw/DocumentDescription?docid=OdONAHТcnv.BibRecord.151967>

24. Збірник рецептур національної кухні країн Європи. URL: <https://elc.library.onaft.edu.ua/libraryw/DocumentDescription?docid=OdONAHТcnv.BibRecord.157117>

## ЗМІСТ

Мета та завдання вивчення дисципліни .....	3
Програмний матеріал до вивчення дисципліни «Кулінарна етнологія» .....	5
Практична робота 1. Способи обробки продуктів при приготуванні страв .....	6
Практична робота 2. Нові формати сучасних закладів ресторанного господарства. ....	8
Практична робота 3. Основи мистецтва вживання прянощів, приправ в національних кухнях народів світу .....	10
Практична робота 4. Особливості української національної кухні .....	12
Практична робота 5. Українська регіональна національна кухня .....	14
Практична робота 6. Кухня країн Західної Європи .....	16
Практична робота 7. Кухня країн Південно-Східної Європи .....	18
Практична робота 8. Кухня народів Північної Америки .....	20
Практична робота 9. Кухня народів Центральної Америки .....	22
Практична робота 10. Кухня народів Південної Америки .....	23
Практична робота 11. Особливості кулінарної етнології народів Азії .....	25
Практична робота 12. Особливості кулінарної етнології країн Південно-Східної Азії .....	26
Практична робота 13. Особливості кулінарної етнології Австралії та Нової Зеландії .....	27
Практична робота 14. Особливості національних кухонь Північної і Західної Африки .....	29
Практична робота 15. Особливості національних кухонь народів Центрально-Східної і Південної Африки .....	31
Список рекомендованої літератури .....	33

Кулінарна етнологія: методичні вказівки до практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 Сфера обслуговування спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа денної та заочної форм навчання / укладач: Лепкий М.І. Луцьк: ЛНТУ, 2025. 36 с.

Комп'ютерний набір  
Редактор

Лепкий М.І.  
Лепкий М.І.

Підп. до друку 2025 р.  
Формат 60x84/16. Папір офс. Гарнітура Таймс.  
Ум. друк. арк. 1,83. Обл.-вид. арк. 0,6  
Тираж 50 прим. Зам. 45.

Відділ іміджу та промоції  
Луцького національного технічного університету  
43018 м. Луцьк, вул. Львівська, 75