

УДК 640.4:641.56

JEL classification: L83, L66, I12, Q18

[https://doi.org/10.31891/dsim-2025-12\(11\)](https://doi.org/10.31891/dsim-2025-12(11))

ВПРОВАДЖЕННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНОГО ХАРЧУВАННЯ З АЛЬТЕРНАТИВНИМИ ДЖЕРЕЛАМИ БІЛКУ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ В ЗАКЛАДАХ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

СИЛЬЧУК Тетяна

доктор технічних наук, професор,
професор кафедри готельно-ресторанної справи
Національний університет харчових технологій
<https://orcid.org/0000-0001-8035-4957>

e-mail: tsnft@gmail.com

ПУШКА Ольга

кандидат технічних наук, доцент,
доцент кафедри готельно-ресторанної справи
Національний університет харчових технологій
<https://orcid.org/0000-0001-8016-4889>

e-mail: pushka_os@ukr.net

КУЩИЙ Елір

здобувач освіти кафедри готельно-ресторанної справи
Національний університет харчових технологій
e-mail: elirk6@gmail.com

Розглянуто перспективи впровадження спеціалізованого харчування для спортсменів у закладах готельно-ресторанного господарства із застосуванням альтернативних джерел білка. Визначено актуальні тенденції wellness-туризму, підвищення попиту на функціональні, безглютенові та веганські продукти, що формує нові можливості для готельного бізнесу. Досліджено хімічний склад і харчову цінність конопляного, лляного, гарбузового протеїнів, кіноа та спельти, які забезпечують високу амінокислотну насиченість та мінеральний баланс розробленого харчування. Представлено приклади страв, адаптованих до готельно-ресторанного бізнесу. Обґрунтовано, що використання рослинних протеїнів сприяє підвищенню конкурентоспроможності готелів, розширенню цільової аудиторії та формуванню іміджу інноваційних і клієнтоорієнтованих закладів.

Ключові слова: харчування, функціональні продукти, готельно-ресторанний бізнес.

IMPLEMENTATION OF SPECIALIZED NUTRITION WITH ALTERNATIVE PROTEIN SOURCES FOR ATHLETES IN HOTEL AND RESTAURANT INDUSTRY

SYLCHUK Tetiana, PUSHKA Olga, KUTSYI Elir

National University of Food Technologies

The article explores the prospects of introducing specialized nutrition programs for athletes within the hospitality industry, with a particular focus on the integration of alternative plant-based protein sources into the gastronomic offering of hotels and restaurants. Growing attention to wellness tourism and the global shift toward healthier, more sustainable diets highlight the urgent need for hotels to adapt their culinary strategies. Modern consumers, including both professional athletes and health-conscious guests, increasingly demand functional foods, gluten-free options, and vegan-friendly alternatives. Meeting these demands provides hotels with an opportunity to stand out in a highly competitive market while simultaneously strengthening their commitment to sustainability and customer well-being. A detailed analysis of the chemical composition and nutritional profile of hemp, flax, pumpkin seed proteins, quinoa, and spelt has been conducted. These products demonstrate a high concentration of essential amino acids, valuable fatty acids, fiber, vitamins, and minerals, which collectively contribute to balanced dietary support for individuals engaged in regular physical activity. Unlike many traditional protein sources, these alternatives also align with ecological and ethical principles, thus reinforcing the image of hotels as socially responsible enterprises. The study further presents examples of dishes tailored to hotel and restaurant settings that incorporate these proteins into diverse meal formats, from energizing breakfasts and light snacks to recovery-focused dinners. Such dishes not only ensure adequate protein intake but also offer guests novelty, gastronomic diversity, and a personalized experience aligned with their lifestyle. The inclusion of plant-based proteins in hotel menus expands the potential target audience by attracting athletes, wellness tourists, vegetarians, vegans, and environmentally aware travelers. The article concludes that the integration of plant-derived proteins into hotel gastronomy is a strategic step toward enhancing competitiveness, diversifying the customer base, and creating an innovative, client-oriented image. By adopting these nutritional practices, hotels can simultaneously address contemporary health trends, contribute to sustainable development, and offer guests added value that goes beyond traditional accommodation and dining services.

Keywords: nutrition, functional products, hotel and restaurant business.

Стаття надійшла до редакції / Received 29.09.2025

Прийнята до друку / Accepted 30.10.2025

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Сучасний розвиток готельно-ресторанного бізнесу визначається посиленням конкуренції та зростаючим попитом на спеціалізовані послуги, орієнтовані на здоровий спосіб життя та спортивний туризм. Попри поширення wellness-готелів у світі, які поєднують оздоровчі програми з харчуванням, спеціалізовані готельні підприємства, орієнтовані безпосередньо на потреби спортсменів, залишаються поодинокими. Особливо недостатньо пропозицій, що враховують сучасні тенденції до використання альтернативних джерел білка (рослинного чи комбінованого походження), які одночасно відповідають вимогам спортивного харчування та екологічної сталості.

У більшості готелів харчування орієнтоване на широке коло споживачів й не враховує індивідуальні потреби спортсменів. Це викликає розрив між запитом на харчування з високою поживною цінністю та реальною пропозицією закладів готельно-ресторанного господарства.

АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Значну увагу питанням впровадження сучасних концепцій оздоровлення та спеціалізованого харчування у сфері готельно-ресторанного господарства приділено у працях вітчизняних та зарубіжних дослідників. У науковій статті Т. О. Парфіненко [2] розглядається концепція Wellness як інноваційний напрям організації роботи готельних підприємств, акцентується увага на поєднанні оздоровчих програм із раціональним харчуванням, що може підвищувати конкурентоспроможність закладів гостинності.

У роботі О. М. Топорков та С. М. Котляр [6] аналізується особливості харчування висококваліфікованих спортсменів у циклічних видах спорту. Наголошується на потребі збалансованих програм харчування з підвищеним вмістом білка та функціональних компонентів для підтримки витривалості й швидкого відновлення.

У дослідженні А. Мельнікова, В. Шинкарука та Р. Яковлева [5] досліджено вплив спортивного харчування на фізичний розвиток спортсменів. Авторами підтверджено позитивний вплив спеціалізованих дієт і добавок на спортивні результати, що є підґрунтям для впровадження таких підходів у практику ресторанного господарства для цільових аудиторій.

Серед міжнародних джерел увагу привертає публікація Jen Murphy у виданні Condé Nast Traveler, де представлено ключові тенденції wellness-туризму у 2025 р. У публікації підкреслюється зростання попиту на здорове харчування під час подорожей та інтеграцію спеціалізованих меню у пропозиції готельних підприємств.

Попри зростаючу увагу дослідників та практиків до інтеграції концепції wellness у діяльність готельно-ресторанних підприємств, низка аспектів залишаються недостатньо опрацьованими. Передусім, це стосується впровадження спеціалізованого харчування для спортсменів, яке має враховувати не лише енергетичні потреби організму, але й оптимальне співвідношення макро- та мікронутрієнтів у раціоні.

Невирішеним залишається питання адаптації меню готелів і ресторанів до сучасних тенденцій спортивного харчування з використанням альтернативних джерел білка. Цей напрям у світовій практиці розглядається як один із ключових для підвищення екологічної сталості, проте його інтеграція у сферу HoReCa в Україні перебуває на початковому етапі.

ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Метою дослідження є вивчення можливостей впровадження спеціалізованого харчування з альтернативними джерелами білка для спортсменів у закладах готельно-ресторанного господарства. Основна увага приділяється аналізу сучасних тенденцій спортивного та здорового харчування, оцінці потенціалу інтеграції альтернативних білкових інгредієнтів у меню, а також розробці рекомендацій щодо формування раціонів.

ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ

Впровадження спеціалізованого харчування для спортсменів у готельній індустрії активно розвивається в міжнародній практиці та стає важливим елементом підвищення конкурентоспроможності готельних підприємств. Заклади, що пропонують спеціалізовані послуги для спортсменів, отримують можливість розширити свою аудиторію та сформувати нові конкурентні переваги [1]. Це включає спеціально кориговані дієти, що забезпечують оптимальне відновлення після фізичних навантажень, підтримання фізичної форми та підвищення результативності тренувань.

Спеціалізовані страви для спортсменів зазвичай містять збалансовані кількості білків, вуглеводів і жирів, а також додаткові поживні добавки, такі як вітаміни та мінерали, що є важливими у періоди інтенсивних тренувань або змагань [1].

Аналізуючи світовий ринок готельних послуг, можна відзначити відсутність закладів, орієнтованих виключно на харчування спортсменів, що створює перспективну нішу для розвитку цього напрямку [2]. Wellness-готелі виступають найближчими аналогами таких закладів, пропонуючи програмні пакети, які включають спеціалізоване харчування та фізичну активність. Вони забезпечують більш тривале перебування

гостей, збільшення доходів від послуг спа та wellness, а також стабільний потік гостей навіть у низький сезон [1, 2].

Важливою особливістю спеціалізованого харчування є персоналізація меню з урахуванням фізичних навантажень та індивідуальних потреб гостей. Це дозволяє не лише залучати професійних спортсменів, а й людей, які ведуть активний спосіб життя та підтримують здоров'я через правильне харчування.

Готелі, що пропонують повний комплекс спортивних послуг, забезпечують комфортні умови для відпочинку та досягнення спортивних цілей, підвищуючи свою конкурентоспроможність на ринку готельних послуг.

Сучасні тенденції демонструють стійке зростання попиту на здорове харчування. Так, глобальний ринок здорових продуктів харчування у 2023 році оцінювався в 653 млрд доларів США і прогнозується його подвоєння до 2030 року [3]. Зростає популярність функціональних продуктів, органічної їжі, продуктів з високим вмістом білка та без глютену чи лактози. Одночасно відзначається активна інтеграція рослинних альтернатив м'яса та молока, що відповідає сучасним тенденціям усвідомленого споживання [3].

В міжнародній спільноті звертають увагу на необхідність забезпечення доступності поживного харчування для всіх верств населення, оскільки ціна мінімального раціону часто перевищує реальні витрати на харчування в багатьох країнах, а попит на здорові продукти зростає [4].

Впровадження спортивного харчування в ресторані при готелі — це не лише відповідь на зростаючий запит споживачів, які ведуть активний спосіб життя, а й потужний маркетинговий інструмент, здатний створити конкурентну перевагу на ринку гостинності. За умов високої конкуренції між готельними підприємствами, можливість виокремитися завдяки унікальному функціоналу, пов'язаному зі здоровим харчуванням, формує сильну ринкову ідентичність закладу.

Готель, що пропонує адаптоване спортивне меню, автоматично формує нішу «активного» або «функціонального» сервісу. Це дозволяє виокремити цільову аудиторію — спортсменів, туристів, що займаються трекінгом, учасників змагань, фітнес-ентузіастів тощо, та зосередити маркетингову комунікацію саме на її потребах.

Особливу увагу варто звернути на корпоративний сегмент, який часто організовує оздоровчі програми для співробітників. Готель з концепцією спортивного харчування може бути включений до переліку рекомендованих локацій для корпоративного відпочинку або тимблдингу з оздоровчим фокусом. Це дозволяє залучати великі групи клієнтів і отримувати високомаржинальні бронювання.

Таблиця 1

Порівняння традиційного ресторанного формату та формату зі спортивним харчуванням (з позицій маркетингу)

Параметр	Класичний ресторан при готелі	Ресторан при готелі зі спортивним харчуванням
Цільова аудиторія	Широка, без фокусування	Активні мандрівники, спортсмени, фітнес-туристи
Маркетингове позиціонування	Нейтральне, залежить від готельного підприємства	Нішева стратегія (fit-friendly, athlete-ready)
Можливості для колаборацій	Обмежені	Високі (бренди харчування, фітнес, спортзаходи)
Потенціал органічного просування	Середній	Високий через контент створений споживачами
Корпоративна привабливість	Помірна	Висока (як платформи для фітнес-тимблдингів)
Емоційна лояльність гостей	Низька та залежить від готельного підприємства	Висока — через відчуття турботи про фізичний стан гостей

Джерело: розроблено автором

Впровадження харчування для спортсменів в ресторані при готелі — це не лише функціональна послуга, а й комплексний маркетинговий ресурс, що відкриває нові горизонти в просуванні готелю, підвищенні його впізнаваності та залученні лояльної цільової аудиторії. У стратегічній перспективі це дозволяє формувати навколо готелю спільноту активних людей, готових повертатися знову й знову за сервісом, який відповідає їхнім життєвим цінностям.

Хоча попит на таке харчування в Україні зростає, ця практика тільки починає розвиватися і потребує більшої уваги з боку фахівців та інвестицій у відповідну готельну базу.

Тому розробка спеціалізованого харчування для спортсменів у готелях є важливою інновацією, яка здатна суттєво підвищити рівень сервісу та забезпечити конкурентоспроможність готельних підприємств. У сфері світової практики такий підхід вже активно впроваджується, але в Україні його розвиток лише набирає обертів і надає можливості для розвитку нових напрямків в індустрії гостинності.

Впровадження спеціалізованого харчування для спортсменів у закладах готельно-ресторанного господарства має базуватися на принципах збалансованого забезпечення організму необхідними макро- та мікронутрієнтами.

Білок є як ключовим компонентом дієти спортсменів для зростання та підтримки м'язової маси, а також важливість поєднання білкових продуктів з іншими макроелементами для забезпечення повноцінного харчового балансу [5]. Також необхідно робити персоналізований підхід до складання раціону, що включає контроль кількості споживаних калорій, розподіл білків, жирів та вуглеводів, а також забезпечення

достатнього рівня мінералів і вітамінів для підтримки енергетичного обміну та відновлення організму під час інтенсивних тренувальних циклів, оскільки кожен вид тренування має свої фізичні навантаження та витрати енергії.

Використання альтернативних джерел білку дозволяє розширити асортимент страв і сформувати унікальну торгову пропозицію, яка відповідає сучасним тенденціям сталого та здорового харчування.

Аналіз переваг показує, що впровадження спортивного харчування сприяє розширенню цільової аудиторії, підвищенню лояльності гостей та формуванню іміджу відповідального бізнесу. На відміну від wellness-готелів, які спеціалізуються на тривалому відновленні, туристичний готель зі спортивним харчуванням зорієнтований на активних мандрівників із короткостроковим або середньостроковим перебуванням. Його ключові особливості включають: адаптацію страв до потреб спортсменів, наявність спортивної інфраструктури, можливість оренди спорядження та організацію програм активного туризму.

У процесі формування меню для спортсменів основна увага зосереджена на декількох параметрах: високий вміст білка для підтримки м'язової маси, збалансований набір мікро- та макроеlementів, легкість засвоєння та приваблива гастрономічна форма.

Особливе місце відведено таким інгредієнтам, як біла кіноа, спельтове борошно, протеїни з гарбуза, льону та конопель, а також насіннєвим компонентам (чіа, соняшник). Вони не лише забезпечують організм амінокислотами, а й формують широкий спектр мінеральної підтримки (залізо, магній, цинк, калій).

На основі проведених досліджень було створено авторський набір страв, які можуть бути інтегровані у меню готельно-ресторанних підприємств різного формату.

Таблиця 2

Хімічний склад інгредієнтів

Нутрієнт	На 100 г продукту				
	Конопляний протеїн	Протеїн золотого льону	Порошок насіння гарбуза	Біла кіноа	Спельтове борошно
1	2	3	4	5	6
Білки, г	45	36	60	13,6	13,3
Жири, г	15	7	7	4,5	1,7
Вуглеводи, г	11	9	11	67,5	70
Енергетична цінність, ккал	377	241	391	378,5	333
Клітковина, г	7	20	8	7	10,7
Масова частка мінеральних речовин (в перерахунку на сухі речовини)					
Фосфор, г	1,5	1,1	1,3	0,5	0,3
Залізо, мг	121	13,0	15,0	0,8	3,9
Цинк, мг	17,9	4,5	8,0	2,5	-
Манган, мг	9,7	-	4,0	-	-
Магній, г	-	0,4	0,5	0,3	0,1
Калій, г	-	0,8	0,7	0,6	0,4
Кальцій, г	-	0,2	0,1	0,05	0,02
Купрум, мг	2,0	-	-	-	-
Амінокислоти, мг/100 г:					
Аланін	1556	-	2910	5120	-
Аргінін	3589	4200	5098	973	890
Аспарагінова кислота	2263	2200	2494	1126	1450
Глутамінова кислота	4445	4600	6678	1821	4020
Лейцин	1951	1850	3759	840	1050
Лізин	1458	1250	2350	760	712
Пролін	1358	-	3100	-	-
Валін	2400	-	2577	2700	-
Ізолейцин	1940	1100	3030	-	960
Гліцин	1930	-	3913	15330	-
Фенілаланін	2400	-	3149	1020	1282
Серин	1597	-	2850	5330	970

Джерело: розроблено автором

Ці інгредієнти були використані для розробки низки страв, з високими показниками білку. Вони відзначаються технологічною гнучкістю, високим рівнем харчової цінності та можливістю адаптації під різні прийоми їжі (сніданок, ланч, вечеря).

Хімічний аналіз використаних інгредієнтів підтверджує їх значну поживну цінність. Так, рослинні протеїни характеризуються високим вмістом незамінних амінокислот (лізин, аргінін, лейцин), клітковини та мінералів. При цьому вони мають низький вміст насичених жирів. В таблицях 3-4 наведено харчову та енергетичну цінність страв альтернативними джерелами білку.

Таблиця 3

Харчова та енергетична цінність виробу «Протеїнові батончики»

Сировина	Маса нетто, г	Білки		Жири		Вуглеводи	
		100 г	Вихід	100 г	Вихід	100 г	Вихід
Борошно зі спельти (Г)	50	13,30	6,65	1,70	0,85	70,00	35,00
Конопляний протеїн	20	45,00	9,00	15,00	3,00	11,00	2,20
Протеїн з насіння гарбуза	20	60,00	12,00	7,00	1,40	11,00	2,20
Мед	40	0,27	0,05	0,04	0,01	81,7	16,34
Арахісова паста	40	25,00	10,00	50,00	20,00	20,00	8,00
Бананове молоко	50	1,30	0,65	1,50	0,75	6,70	3,35
Мигдаль	5	20,41	1,02	53,44	2,67	7,00	0,35
Грецький горіх	5	15,20	0,76	65,20	3,26	13,70	0,69
Всього на 1 порцію	230		40,13		31,94		68,13
Всього на 100 г	100		17,45		13,89		29,62
Енергетична цінність на 1 порцію виробу:							720,5
Енергетична цінність на 100 г виробу:							313,26

Джерело: розроблено автором

Таблиця 4

Харчова та енергетична цінність страви «Кіноа салат з протеїновою заправкою»

Сировина	Маса нетто, г	Білки		Жири		Вуглеводи	
		100 г	Вихід	100 г	Вихід	100 г	Вихід
Кіноа біла	60	13,60	8,16	1,00	0,60	67,50	40,50
Огірок	22,5	0,70	0,16	0,10	0,02	3,60	0,81
Помідор	22,5	0,9	0,20	0,2	0,05	3,9	0,88
Рукола	22,5	2,6	0,59	0,7	0,16	3,7	0,83
Перець болгарський	22,5	1,00	0,23	0,30	0,07	6,00	1,35
Конопляний протеїн	10	45,00	4,50	15,00	1,50	11,00	1,10
Оливкова олія	15	0	0,00	100	10,00	0	0,00
Лимонний сік	10	0,40	0,04	0,20	0,02	6,90	0,69
Діжонська гірчиця	2	9,20	0,92	3,20	0,32	21,00	2,10
Мед	1	0,27	0,03	0,04	0,00	81,70	8,17
Сіль	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Перець чорний	1	10,40	1,04	3,30	0,33	64,00	6,40
Вода	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Всього на 1 порцію	200		15,86		13,07		62,83
Всього на 100 г	100		7,93		6,53		31,42
Енергетична цінність на 1 порцію страви:							432,35
Енергетична цінність на 100 г страви:							216,17

Джерело: розроблено автором

Додатково, у готелі повинен просуватись маркетинг та популяризація своєї нової послуги серед потенційних гостей. Рекламу, створення спеціальних пакетів послуг для спортивних команд або індивідуальних спортсменів, акції та партнерства з місцевими спортивними клубами чи організаторами заходів – все це потребує певних фінансових ресурсів.

Таблиця 5

Матриця SWOT-аналізу інноваційного потенціалу готелю у сфері харчування для спортсменів

Сильні сторони (Strengths)	Слабкі сторони (Weaknesses)
- Гнучкість у формуванні меню - Потенціал до персоналізованого сервісу. - Наявність кухні та харчоблоку, придатного до модернізації.	- Відсутність досвіду роботи з дієтичними програмами. - Низька обізнаність персоналу щодо спортивного харчування.
Можливості (Opportunities)	Загрози (Threats)
- Зростаючий ринок здорового харчування та BFY food. - Попит з боку спортивних федерацій, збірних, команд. - Можливість отримати гранти чи підтримку від держави.	- Висока конкуренція з боку спеціалізованих закладів. - Зростання цін на продукти харчування. - Потенційна нестабільність попиту поза сезоном змагань.

Джерело: розроблено автором

Важливою складовою запропонованої концепції є її орієнтація на специфіку фізичних навантажень. Використання рослинних протеїнів у спортивному харчуванні не лише розширює можливості готельно-ресторанного сервісу, а й створює низку конкурентних переваг. По-перше, це відповідність світовим трендам сталого розвитку та екологічної відповідальності. По-друге, забезпечення дієтичної різноманітності для різних груп гостей (вегетаріанців, веганів, осіб з харчовою непереносимістю). По-третє, формування позитивного іміджу готелю як інноваційного закладу, що поєднує гастрономічну креативність із турботою про здоров'я гостей.

ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМІ

Запропонована концепція базується на принципах збалансованості, персоналізації та функціональності раціону, що дозволяє задовольнити потреби як професійних спортсменів, так і гостей, які ведуть активний та здоровий спосіб життя.

Використання рослинних протеїнів забезпечує високий рівень білкової та амінокислотної насиченості страв, водночас сприяючи зниженню вмісту насичених жирів та підвищенню мінеральної цінності раціону. Розроблені страви демонструють можливість технологічної адаптації спортивного харчування до різних прийомів їжі, з урахуванням типів фізичного навантаження. Такий підхід створює умови для підвищення лояльності гостей, формування позитивного іміджу готелю та розширення цільової аудиторії.

Література

1. Розвиток курортних готелів: нові напрямки та можливості для залучення туристів. Hotel Solution. URL: <https://hotel-solution.com.ua/news/resort-development-new-destinations-and-opportunities-to-attract-tourists>.
2. Парфіненко Т. Концепція wellness як інноваційний напрямок організації роботи готельних підприємств. Економіка та суспільство. 2023. № 48. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-48-81>.
3. Grand View Research. Healthy foods market size, share | industry report, 2030. URL: <https://www.grandviewresearch.com/industry-analysis/healthy-foods-market-report>.
4. World Bank Group. Food prices for nutrition datahub: global statistics on the cost and affordability of healthy diets. World Bank. URL: <https://www.worldbank.org/en/programs/icp/brief/foodpricesfornutrition>.
5. Мельников А., Шинкарук В., Яковлев Р. Оцінка впливу спортивного харчування на фізичний розвиток спортсменів. Академічні візії. 2024. № 29. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10794268>.
6. Топорков О., Котляр С. Особливості харчування висококваліфікованих спортсменів у циклічних видах спорту. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.Л. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура та спорт). 2021. № 3(133). С. 124–128. URL: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2021.3\(133\).25](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2021.3(133).25).
7. Murphy J. These will be the biggest wellness travel trends of 2025. Condé Nast Traveler. URL: <https://www.cntraveler.com/story/the-biggest-wellness-trends-of-2025>.
8. Давидова О.Ю., Сисоєва С. І. Концептуальні напрями забезпечення і підвищення якості послуг підприємств готельно-ресторанного господарства. Інтернаука. Серія: «Економічні науки». 2022. № 12. URL: <https://doi.org/10.25313/2520-2294-2022-12-8475>.
9. Однолько В. Теоретичні основи сервісу на підприємстві готельно-ресторанної справи. Розвиток методів управління та господарювання на транспорті, 2022. 4 (81). С.112-122. URL: <https://doi.org/10.31375/2226-1915-2022-4-112-122>.
10. Постова В.В. Якість продукції та послуг як об'єкт управління на підприємствах ресторанного господарства. Економіка та суспільство. 2022. Випуск 41. URL: <https://ir.vtei.edu.ua/g.php?fname=28037.pdf>.
11. Агафонова Л. Г., Агафонова О. Є. Туризм, готельний та ресторанный бізнес: ціноутворення, конкуренція, державне регулювання: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: Знання України, 2019. 352 с. URL: <https://tourism-book.com/pbooks/book-82/ua/chapter-3203>.
12. Чередниченко А.О. Калінін М. В. Якість надання послуг як ключовий фактор привабливості підприємств готельного господарства. Вісник економіки транспорту і промисловості. 2016. №56. С.68-73. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vetp_2016_56_11.
13. Рябенка М.О. Оцінка якості послуг у готелях і ресторанах. Причорноморські економічні студії. 2020. Вип.52. Ч.2. С.46-51. URL: http://bses.in.ua/journals/2020/52_2_2020/10.pdf.
14. Левицька І.В., Онищук Н.В. Готельна справа: навчальний посібник. К.:Київ.нац.торг.-екон.ун-т, Вінниця, ПП «ТД«Едельвейс і К» 2015. – 580 с.
15. Банєва І.О., Величко О.В. Сучасні підходи до організації готельно-ресторанного бізнесу. Modern Economics. 2022. № 36. С. 6–11. URL: [https://doi.org/10.31521/modecon.V36\(2022\)-01](https://doi.org/10.31521/modecon.V36(2022)-01).
16. Завадинська О.Ю., Дубчак Є. Діалектика розвитку якості послуг в індустрії гостинності в Україні. Вісник ЛТЕУ. Економічні науки. 2021. Вип.64. С.43-47. URL: https://tourlib.net/statti_ukr/zavadynska5.htm.
17. Павлюк С. І. Перспективи розвитку анімаційного сервісу у закладах готельно-ресторанної індустрії. Інноваційні технології в готельно-ресторанному бізнесі – 2020 : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ 19– 20 трав. 2020 р.) Київ: НУХТ, 2020. С. 18-19. URL: https://tourlib.net/statti_ukr/pavljuk2.htm.
18. Павлова С. Управління якістю послуг ресторану через механізм впровадження внутрішніх стандартів обслуговування. Економіка та суспільство, 2021 (34). URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2021-34-18>.
19. Антошкова Н.А. Аналіз сучасного ринку ресторанних послуг в Україні – 2020: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. "Сучасні напрями розвитку економіки, підприємництва, технологій та їх правового забезпечення" (м. Львів, 18-19 червня 2020 р.). Львів: Видавництво ЛТЕУ, 2020. 372 с. С.203-205. URL: https://tourlib.net/statti_ukr/antoshkova.htm.

References

1. Hotel Solution. (n.d.). Development of resort hotels: New directions and opportunities to attract tourists [Rozvytok kurortnykh hoteliv: novi napriamky ta mozhlyvosti dlia zaluchennia turystiv]. Available at: <https://hotel-solution.com.ua/news/resort-development-new-destinations-and-opportunities-to-attract-tourists> (in Ukrainian).
2. Parfinenko, T. (2023). The concept of wellness as an innovative direction of hotel enterprises' organization [Kontseptsii wellness yak innovatsiyni napriamok orhanizatsii roboty hotelnykh pidpriemstv]. *Ekonomika ta suspilstvo* [Economy and Society], 48. <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-48-81> (in Ukrainian).
3. Grand View Research. (2023). Healthy foods market size, share | Industry report, 2030. Available at: <https://www.grandviewresearch.com/industry-analysis/healthy-foods-market-report>.
4. World Bank Group. (n.d.). Food prices for nutrition datab: Global statistics on the cost and affordability of healthy diets. World Bank. Available at: <https://www.worldbank.org/en/programs/icp/brief/foodpricesfornutrition>.
5. Melnikov, A., Shynkaruk, V., & Yakovlev, R. (2024). Assessment of the impact of sports nutrition on athletes' physical development [Otsinka vplyvu sportyvnoho kharchuvannia na fizychni rozvytok sportsmeniv]. *Akademichni vizii* [Academic Visions], 29. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10794268> (in Ukrainian).
6. Toporkov, O., & Kotlyar, S. (2021). Nutritional features of highly qualified athletes in cyclic sports [Osoblyvosti kharchuvannia vysokokvalifikovanykh sportsmeniv u tsyklichnykh vyдах sportu]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura ta sport)* [Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sport)], 3(133), 124–128. [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2021.3\(133\).25](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series15.2021.3(133).25) (in Ukrainian).
7. Murphy, J. (2024). These will be the biggest wellness travel trends of 2025. *Condé Nast Traveler*. Available at: <https://www.cntraveler.com/story/the-biggest-wellness-trends-of-2025>.
8. Davydova O. Yu., Sysoieva S. I. (2022) Kontseptualni napriamy zabezpechennia i pidvyshchennia yakosti posluh pidpriemstv hotelno-restorannoho hospodarstva [Conceptual directions for ensuring and improving the quality of services of hotel and restaurant enterprises]. *Internauka. Serii: «Ekonomichni nauky» - Internauka. Series: "Economic Sciences"*, vol. 12. URL: <https://doi.org/10.25313/2520-2294-2022-12-8475>
9. Odolko V. (2022) Teoretychni osnovy servisu na pidpriemstvi hotelno-restoranoi spravy [Theoretical foundations of service in the hotel and restaurant business. Development of transport management and business methods]. *Rozvytok metodiv upravlinnia ta hospodariuvannia na transporti*, vol. 4(81), pp. 112–122. URL: <https://doi.org/10.31375/2226-1915-2022-4-112-122>
10. Postova V.V. (2022) Yakist produktsii ta posluh yak ob'ekt upravlinnia na pidpriemstvakh restorannoho hospodarstva [Quality of products and services as an object of management at restaurant business enterprises]. *Ekonomika ta suspilstvo - Economy and society*, vol. 41. URL: <https://ir.vtei.edu.ua/g.php?fname=28037.pdf>
11. Ahafonova L. H., Ahafonova O. Ye. (2019) Turyzm, hotelnyi ta restoranni biznes: tsinoutvorennia, konkurentsii, derzhavne rehulivannia [Tourism, hotel and restaurant business: pricing, competition, government regulation]. *Navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. K.: Znannia Ukrainy*, 352 p. (in Ukrainian)
12. Cherednychenko A.O. Kalinin M. V. (2016) Yakist nadannia posluh yak kliuchovyi faktor pryvablyvosti pidpriemstv hotelnoho hospodarstva [Quality of service provision as a key factor in the attractiveness of hotel companies]. *Visnyk ekonomiky transportu i promyslovosti - Journal of Transport and Industry Economics*, vol. 56, pp. 68-73. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vetp_2016_56_11
13. Riabenska M.O. (2020) Otsinka yakosti posluh u hoteliakh i restoranakh [Assessment of the quality of services in hotels and restaurants]. *Prychornomorski ekonomichni studii - Black Sea Economic Studies*, vol. 52 (.2), pp. 46-51. URL: http://bses.in.ua/journals/2020/52_2_2020/10.pdf
14. Levytska I. V., Onyshchuk N. V. (2015) Hotelna sprava: Navchalnyi posibnyk [Hotel news: The final message]. *Kyiv.nats.torh.-ekon.un-t., Vinnytsia, PP «TD«Edelweis i K»*, 580 p. (in Ukrainian)
15. Banieva I. O., Velychko O. V. (2022) Suchasni pidkhody do orhanizatsii hotelno-restorannoho biznesu [Modern approaches to the organization of the hotel and restaurant business]. *Modern Economics*, vol. 36, pp. 6–11. URL: [https://doi.org/10.31521/modecon.V36\(2022\)-01](https://doi.org/10.31521/modecon.V36(2022)-01)
16. Zavadynska O.Yu., Dubchak Ye. (2021) Dialektyka rozvytku yakosti posluh v industrii hostynnosti v Ukraini [The dialectic of service quality development in the hospitality industry in Ukraine]. *Visnyk LTEU. Ekonomichni nauky - Bulletin of LTEU. Economic sciences*, vol.64, pp. 43-47. URL: https://tourlib.net/statti_ukr/zavadynska5.htm
17. Pavliuk S. I. (2020) Perspektyvy rozvytku animatsiynoho servisu u zakladakh hotelno-restoranoi industrii [Prospects for the development of animation service in the hotel and restaurant industry]. *Innovatsiini tekhnolohii v hotelno-restorannomu biznesi – 2020: materialy IKh Vseukr. nauk.-prakt. konf. (m. Kyiv 19– 20 trav. 2020)* Kyiv: NUKhT, pp. 18-19. (in Ukrainian)
18. Pavlova, S. (2021). Upravlinnia yakistiu posluh restoranu cherez mekhanizm vprovadzhennia vnutrishnikh standartiv obsluhovuvannia [Managing the quality of restaurant services through the mechanism of implementing internal service standards]. *Ekonomika ta suspilstvo - Economy and society*, vol. 34. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2021-34-18>
19. Antoshkova N.A. (2020) Analiz suchasnogo rynku restorannykh posluh v Ukraini [Analysis of the current market of restaurant services in Ukraine] -2020: materialy Mizhnar. nauk.-prakt. konf. "Suchasni napriamy rozvytku ekonomiky, pidpriemnytstva, tekhnolohii ta yikh pravovoho zabezpechennia" (m. Lviv, 18-19 chervnia 2020). *Lviv: Vydavnytstvo LTEU*, pp. 203-205. (in Ukrainian)