

49. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ НА ПІДПРИЄМСТВАХ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

А.Є. Солод,

В.О. Губеня

Національний університет харчових технологій

Харчування є однією з основних послуг, яка надається підприємствами готельно-ресторанного господарства, та має важливу роль у процесі задоволення потреб гостей в основних поживних речовинах та енергії.

Власники туристичних готелів для сімейного відпочинку не замислюються над проблемою правильного та якісного харчування дітей, спрямовуючи всі зусилля лише на вдосконалення меню дорослих. У більшості таких закладів зазвичай відсутнє не лише дитяче меню, але й спеціальні страви для дітей в меню загальному.

Харчування дітей має ряд відмінностей від харчування дорослих. У період дитинства, особливо у дітей раннього віку, потреба в харчових речовинах і енергії значно вище, ніж у дорослих. Також варто звернути увагу на те, що під час відпочинку організм дитини більш вразливий за рахунок зміни кліматичних умов, режиму сну та активності тощо.

В лікувально-оздоровчих комплексах і туристичних готелях слід розробляти окреме дитяче меню, яке має ряд особливостей.

Для кожної вікової категорії підходить лише своя особлива схема харчування, яка залежить від особливостей обміну речовин, адаптації травної

системі до нової їжі, росту й розвитку дитини. Іншими словами, дитяче меню повинне бути різноманітним, протерекомендується обмежувати в стравах кількість екзотичних компонентів.

Маси порцій повинні відповідати віку дитини й функціональним можливостям травної системи. Надмірний об'єм їжі (розведена малокалорійна їжа) може призвести до зниження апетиту, призвести до функціональних порушень у роботі травної системи дитини. Занадто маленькі порції можуть провокувати відчуття голоду в дитини й не покривати її потреб у поживних речовинах. Таким чином, вихід порцій повинен бути гнучким залежно від віку та статі дітей.

Діти більш вимогливі до їжі, ніж дорослі, тому корисні, за нашими уявленнями, страви не користуються популярністю у дітей. Для заохочення дітей страви у меню мають бути креативно та цікаво оформлені під час подачі.

Для поліпшення смакових властивостей у їжу можна додавати кріп, петрушку, цибулю, салат, ревінь, незначну кількість часнику, лимонний сік. Компоненти страв для меню дітей мають бути свіжими, безпечними та якісними.

Згідно зі сказаним, для нормального розвитку дитини її раціон має бути повноцінним, збалансованим, містити всі необхідні нутрієнти в потрібних кількостях і пропорціях. Завданням закладу ресторанного господарства при готельному підприємстві є розроблення відповідного дитячого меню. Це буде позитивно оцінено гостями, які подорожують з дітьми, і покращить репутацію підприємства.