

практичної онлайн конференції “Практика і перспективи розвитку еногастрономічного туризму: світовий досвід для України”, 17 травня 2018 р. К.: НУХТ, 2018 р. С. 56-58.

ОПТИМІЗАЦІЯ РАЦІОНІВ ХАРЧУВАННЯ ТУРИСТІВ

Сирцов О.В., гр..ТХК-44м

Науковий керівник – канд. техн. наук, проф. **Артеменко В.С.**

Сучасна людина відрізняється високою мобільністю, допитливістю та комунікабельністю. Саме тому активно розвиваються різні види туризму (внутрішнього, закордонного, «зеленого» тощо).

Спеціалісти з маркетингу підкреслюють, що при наданні туристичних послуг дуже велике значення мають усі складові спілкування туристів та обслуговуючого персоналу: зустріч в аеропорту, доставка до готелю, розселення і, особливо, організація відповідного до віку, національних звичок та виду туризму своєчасного харчування.

Харчування туристів ґрунтується на основних принципах раціонального збалансованого харчування з урахуванням виду туризму.

Потреба у харчових речовинах та енергії у туристів коливається в залежності від рівня фізичної активності. Великі м'язові навантаження викликають переважно розщеплення вуглеводів. У той самий час значно посилюється потреба у білках (у тому числі тваринного походження). Збільшуються витрати організмом з потом мінеральних речовин та водорозчинних вітамінів.

Під час складання раціонів для туристів слід враховувати стать, вік, характер фізичних навантажень, кліматичні умови та сезон року. Розподіл видів туристичної діяльності залежно від рівня енерговитрат наведено у відповідних довідниках.

У наш час туризм приваблює не тільки здорових людей, але й людей із хронічними захворюваннями в стані компенсації, які зустрічаються як у людей похилого віку, так і у молоді. В зв'язку з цим в закладах ресторанного господарства під час обслуговування туристів необхідно передбачити виготовлення страв, які б могли вживатися особами, що потребують помірно обмежених дієт

При підборі продуктів для меню слід враховувати особливості туристичної діяльності. Так, при велосипедному, автомобільному, мотоциклетному, кінному туризмі людина знаходиться у вимушеній позі (зігнутий) та піддається дії вібрації. Перед початком таких

маршрутів в меню не слід вмещувати продукти, які мають великий об'єм та містять речовини, які викликають збільшення газоутворення в товстому кишечнику, тобто, джерела грубої клітковини (капуста в сирому вигляді), солодких вуглеводів, молока, яке доцільно замінювати його на кисломолочні напої.

При водному туризмі перед початком маршруту, вважаючи на те, що гребля відбувається у сидячому положенні, не слід вводити до раціону продукти, які мають великий об'єм. Високі енерговитрати відбуваються при гірському та гірськолижному туризмі, наближаючись за величиною до витрат енергії у спортсменів.

Для дорослих туристів рекомендується триразове харчування: на сніданок повинно припадати 35% від добової енергетичної цінності, на обід - 40%, на вечерю - 25%. Збільшена доля раціону під час вечері обумовлена тим, що після нього туристи займаються активними видами діяльності (танці, прогулянки, рухливі ігри). Однак до вечері не слід вводити страви та напої, які тонізують центральну нервову систему, а також такі, які містять багато жиру та інших повільно розчинних речовин.

Для людей похилого віку вечеря повинна складати не більше 20% добової калорійності, бо вони ведуть після цього приймання їжі менш рухливий образ життя, ніж молоді туристи.

Добовий раціон для дітей-туристів повинен розподілятися на чотири прийоми їжі: під час сніданку – 25...30% енергетичної цінності, обіду – 45...50%, полуденка – 10...15%, вечері – 20...25%.

Під час складання та оптимізації раціонів харчування слід використовувати таблиці хімічного складу харчових продуктів, готових страв, кулінарних, кондитерських, консервованих продуктів та хлібобулочних виробів. Методику складання та розрахунку збалансованих раціонів харчування туристів, особливості харчування різних верств іноземних туристів також наведено у підручниках та навчальних посібниках, що розроблені науково-педагогічними працівниками ХДУХТ.

При складанні збалансованих раціонів харчування для різних груп туристів можливо використовувати електронну базу даних щодо хімічного складу харчових продуктів, готових страв, кулінарних та кондитерських виробів, яку напрацьовано науково-педагогічними працівниками різних кафедр університету.

Після складання збалансованого раціону можливо розрахувати його хімічний склад за 25 показниками (білки, у тому числі тваринні, жири, у тому числі рослинні, вуглеводи, у тому числі моно- та

дисахариди, крохмаль, клітковина, мікро- та мікроелементи, основні вітаміни та енергетичну, тобто поживну, цінність раціонів).

Оптимізація раціонів харчування різних груп туристів, в залежності від віку, статі, національних особливостей та пріоритетів у складі харчових продуктів, виду туристичної активності дозволить організаціям, що займаються туристичним бізнесом, покращити якість туристичних послуг, зберегти існуючих та залучити нових клієнтів.

УПРАВЛІННЯ ІННОВАЦІЯМИ В РЕСТОРАННОМУ ГОСПОДАРСТВІ

Сич В.В., гр. МВ-29м

Харківський державний університет харчування та торгівлі

Науковий керівник – віце-ректор з міжнародної роботи

Якуб Коралевські

Wyższa Szkoła Zdrowia, Urody i Edukacji w Poznaniu

Сучасні процеси світового економічного розвитку наочно свідчать про посилення ролі сфери послуг у глобалізованому суспільстві, причому саме дана сфера стає домінуючим елементом як системи національних, так і загальносвітових господарських зв'язків. Одним із сегментів ринку споживчих послуг у світі, що найбільш динамічно розвиваються, є ресторанний бізнес, світовий оборот якого становить 1,5-2 трлн. дол. на рік.

Сьогодні галузь ресторанного господарства характеризується значними динамічними інноваційними процесами, внаслідок яких виникають зміни структурно- функціональних параметрів закладів, збільшується асортимент продукції національних кухонь, розширюється номенклатура додаткових послуг, застосовуються різноманітні форми та методи обслуговування. Складні та неоднозначні зміни, зумовили перетворення, змінили вимоги до якості послуг, додавши їм нових характеристик і критеріїв оцінки.

В результаті проведеного дослідження можна стверджувати, що на сьогоднішній день у суспільному житті країни все більшого значення набуває такий вид економічної діяльності, як ресторанне господарство, розвиток якого залежить від соціально-демографічних, економічних і культурних особливостей певного регіону.

Сьогодні ресторанний бізнес в Україні представлений майже всіма типами закладів та їх форматами, а національний ринок ресторанних послуг характеризується активним розвитком економічних відносин і господарських зв'язків, що складаються між