

САДРЖАЈ

УВОД.....	1
1. ПЛАНИРАЊЕ ЈЕЛОВНИКА У ФУНКЦИЈИ ЗДРАВЉА ТУРИСТА.....	2
1.1 Значај планирања исхране у функцији здравља туриста.....	2
1.2 Трендови креирања јеловника.....	2
1.3 Промовисање здравих опција.....	5
2. ПЛАН ИСХРАНЕ ЗА ПОСЕБНЕ КАТЕГОРИЈЕ ТУРИСТА.....	7
2.1 План исхране за старије генерације.....	7
2.2 План исхране за децу.....	8
2.3 Правилник о условима хигијене хране.....	9
ЗАКЉУЧАК.....	10
ЛИТЕРАТУРА.....	11

УВОД

Правилна исхрана подразумева унос здравих намирница, које су пропорционално распоређене кроз дневне оброке. Један је од најважнијих фактора, када је реч о одржавању здравља.

Неправилна исхрана укључује унос превише, или премало хране, односно недостатак неопходних нутријената, који су организму свакодневно потребни, како би обављао своје физиолошке функције. Неправилна исхрана подразумева и конзумирање хране која садржи премало дијеталних влакана, обилује мастима, шећерима и солима, што може имати негативне последице по здравље.

Потреба за кретањем и миграцијама, условила је да човек конзумира храну и ван куће, па је зато задатак угоститељско-услужних објеката, да успоставе адекватан план исхране туриста, који ће бити у складу са жељама и потребама туриста, и наравно у функцији очувања њиховог здравља.

Већина менија најбољих ресторана се фокусирају на локално порекло намирница, и то оних здравијих, као што су месо, риба, поврће, а посебан акценат је на здравим менијима.

Разлог за то јесте, да нови туристички трендови имају великог утицаја на националну кухињу, будући да су туристи све више заинтересовани, шта је то што једу, и одакле потиче та храна.

Јеловник је облик писане гастрономске понуде, односно, представља гастрономску понуду јела, сложену према редоследу конзумирања, или према врстама намирница са истакнутим ценама. Повећава прецизност планирања, и чини да распоређивање особља, набавка намирница и производња буде много лакша за предвиђање.

У наредном тексту ће детаљније бити анализиран начин на који угоститељски објекти планирају исхрану туриста, и које су то циљне (осетљивије) групе, којима се посебно прилагођавају јеловници.