

УДК 612.3:338.488.2:640.43

Денис Журенкостудент II курсу РВО «бакалавр»
спеціальність «Харчові технології»**Надія Дупак**студентка I курсу РВО «магістр»
спеціальність «Готельно-ресторанна справа»*Наукові керівники:***Лариса Баль-Прилипко**д-р техн. наук, професор
Національний університет біоресурсів і природокористування України**Марія Паска**д-р вет. наук, професор
Львівський державний університет фізичної
культури імені Івана Боберського

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ У ОРГАНІЗАЦІЇ РЕСТОРАННОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ

Тенденції сучасних закладів харчування все частіше включають здорове меню, деякі навіть застосовують спеціальне маркування для так званих «100% healthy» страв. Співпраця дієтологів та фахівців у галузі ресторанного обслуговування більш популярна на заході, але навіть в нашій країні та нашому місті така практика вже застосовується та поширюється.

В Україні у теперішній час можна прослідкувати існування різноманітних концепцій організації ресторанного бізнесу на локальному ринку, що забезпечує, з одного боку, підтримку одне одному, а з іншого створює конкурентне середовище, яке сприяє підвищенню рівня якості, залученню більшої кількості споживачів і, як результат, збільшенню прибутку.

Нутрієнтний вплив кожної страви на організм гостя під час харчування у тому чи тому ресторані, варто вивчити та концептуально підходити до ідеології та принципів закладу насамперед. Цифровий світ робить це завдання елементарним. Багато закладів, які ідентифікують себе як джерела здорової сучасної їжі, відкрито діляться інформацією на сторінках соціальних мереж, викладаючи склад тарілок, фото страв, рецепти та навіть відео процесів приготування. Відгуки відвідувачів також допоможуть прийняти рішення, чи збігається ваш особистий здоровий спосіб життя з баченням та пропозицією конкретного ресторану.

Похід у ресторан – це настільки багатогранне задоволення, що несе безліч переваг не лише для розширення гастрономічних поглядів, але і соціальних, духовних, емоційних та естетичних.

Основною вимогою до продукції ресторанів здорового харчування є використання екологічно чистої сировини, з якої виготовлятимуться перші та другі страви, коктейлі та напої. Окрім того, в меню закладу обов'язково мають бути свіжі натуральні соки, пропозиція свіжих овочів та фруктів (салатів з них), десертів – фруктових та запечених. Уся продукція має виготовлятися за індивідуальними технологіями, наприклад, смаження під тиском (при цьому має використовуватись натуральна очищена соняшникова, оливкова або інша олія); вакуумне пакування продукції (за умови доставки додому або послуги їжа на виніс; випарювання (дієтичне харчування), використання молекулярної кухні, яка дозволяє досягти нових поєднань корисних речовин різних продуктів, зацікавити споживачів незвичністю меню. Усі ці технології дозволяють зберігати корисні речовини у продуктах та забезпечують високий рівень цінності для клієнтів. Задля утримання лідерської позиції на ринку здорового харчування доцільно мати ексклюзивно запатентовану власну технологію приготування їжі, що дозволить сформувати стійкі конкурентні переваги у галузі.

Як показує світова практика, меню «Здорове харчування» може бути запровадженом у закладах будь-яких форматів. Якщо є необхідність зробити вибір у ресторані більш здоровим, варто мати на увазі такі основні концептуальні підходи здорового харчування: соуси та заправки салатів часто мають не дуже корисні олії та масла у складі; можна попросити офіціанта заправити салат оливковою олією холодного віджиму, або, наприклад, соком цитрусів; орієнтир має бути на цільні продукти, тобто

ті, які мінімально подрібнені; якщо плануєте основний прийом їжі, обов'язково подбати про замовлення продукта-джерела білка, а також достатньої порції овочів та зелені; сезонні та локальні продукти мають завжди бути у преференс-списку; у випадку якщо протипоказано молоко, нагадати офіціанту про необхідність заміни коров'ячого молока у складі страви на рослинне (кокосове, мигдальне або соєве): це дуже поширена ситуація сьогодні; обов'язково уточнювати наперед, чи не містить страв спеції з яскраво вираженими смаками.

Отже, концептуальний підхід здорового харчування та правильно, здорово приготована їжа, яку неспішно та в задоволення споживати у гарному просторі та приємному товаристві, із відмінним ресторанным обслуговуванням, принесе користь та почуття насичення і фізичного, і емоційного.

Ключові слова: гостинність, бізнес, інновації, туризм,

Список використаних джерел

1. Баль-Прилипка Л. Вплив фітохімічних харчових речовин на ризик вірусних інфекцій, зокрема COVID-19 / Л. Баль-Прилипка, О. Швець, М. Паска // Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності : зб. тез. доп. Міжнар. наук.-практ. конф. (26–27 листопада 2020 року, м. Львів). – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського. 2020. – С. 16–18.
2. Борисова О.В. Тенденції розвитку готельно-ресторанного бізнесу в Україні / О.В. Борисова // Економічна стратегія і перспективи розвитку сфери торгівлі та послуг. – 2012. – Вип. 1(2). – С. 331–338.
3. Журенко Д. Сучасні проблеми готельно-ресторанного бізнесу / Денис Журенко, Лариса Баль-Прилипка // Інновації, гостинність, туризм: наука, освіта, практика: зб. тез доп. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2021. – С. 32–34.
4. Калитин Р. Р. Сучасні тенденції виробництва та обслуговування у ресторані-крамниці «М'ясо і Вино» / Калитин Р. Р., Паска М. З. // Інноваційні технології в готельно-ресторанному бізнесі : Х Всеукр. наук. – практ. конф. – Київ : НУХТ, 2021. – С. 139–140.