



## **HOTR055PO. Planificación de menús y dietas especiales.**

**Sku:** PS\_HOTR055PO

**Horas:** 20

**Formato:** HTML

### **OBJETIVOS**

- Adquirir los fundamentos básicos necesarios para planificar dietas y menús adaptadas a diferentes situaciones, edades, demandas y colectivos en la restauración.

### **CONTENIDOS**

#### **Unidad 1. Nutrición y buenos hábitos.**

- Dietética y nutrición: conceptos básicos.
- Alimentos, nutrientes y dietética.
- Alimentación saludable.
- La dieta: factor ambiental, cultural y económico.
- Hábitos, modos y comportamiento alimentario.
- Planificación dietética de la carta y marketing alimentario.
- Segmentos de mercado y oferta dietética.

#### **Unidad 2. Realización de dietas.**

- Tipos de dietas y menús.
- Niños y adolescentes.
- Planificación de la dieta en adultos.
- Tercera edad.
- Dietas alternativas: dietas vegetarianas, macrobióticas, disociadas.
- Dietas y planificación de menús para colectivos específicos.