PRESENTACIÓN DE ALIMENTOS PARA MENÚ, CARTA Y BUFFET

**Criterios**

**De**

**Evaluación**

-Planifica el menú, teniendo en cuenta los costos establecidos por la empresa y utilizando las normas gastronómicas existentes.

-Diseña carta y menú, teniendo en cuenta las normas de redacción, presentación y la imagen corporativa de la empresa.

-Confecciona menú equilibrado de substancias nutritivas, tomando en cuenta los distintos tipos de alimentos y el servicio a entregar.

-Confecciona menú para dietas con requerimientos especiales de acuerdo a solicitud del cliente o usuario.

Confecciona cartas y menús para distintos establecimientos y servicios.

**Aprendizaje**

**Esperado**

Planifiquemos cartas y menús

**SESIÓN Nº1**

**Objetivo de Aprendizaje de la Sesión**

Conozcamos y planifiquemos diferentes tipos de menús

**APUNTES**

Lea atentamente los apuntes que se presentan a continuación.

Luego desarrolle la actividad Nº1

**MENÚ**

En una definición clásica, el menú es la estructura ordenada o conjunto armónico de los platos que componen una comida, sea cual sea el momento de consumo. Desde el desayuno hasta la cena, el menú ordena las preparaciones de acuerdo a la cantidad y secuencia del servicio pre-establecido. Es aplicable a todo el ámbito de la alimentación y ya que debe valorizarse, su precio de venta lo llevará desde lo sencillo a lo más sofisticado.

En gastronomía, un menú representa el estilo del establecimiento (cocina francesa, italiana, oriental), al chef (cocina de autor, "del mercado" "espontánea, creativa, práctica"), a una tendencia (cocina fusión, Light) o a grupos étnicos (mapuche, navaja, árabe), etc.

Dado que el menú es la base sobre la cual cada establecimiento compra, vende y obtiene rentabilidad, mueve personal, informa al cliente, etc., se genera una dinámica que puede tener éxito o ser un rotundo fracaso, por tanto éste debe ser cuidadosamente planificado.

**Menú Clásico**

Hors-d'oeuvre froids : Entradas frías

Potages : Sopas

Hors-d'oeuvre chaudes : Entradas calientes

Poisson : Pescados

Relevé/Grosse piece : Trozo de carne

Entrees chaudes : Entremés calientes

Entrees froids : Entremés fríos

Sorbet : Bebida helada en base a hielo para cambiar el sabor

Un plato con otro.

Rôti, salade : Carne asada, ensalada

Légume : Legumbres, hortalizas, verduras

Entremets : Pequeños bocados salados

Savouries : Pequeños bocados dulces

Desserts : Postres

**Planificación del Menú**

Depende de tres factores:

**RECETA ESTANDAR**

Permite conocer el costo de los alimentos por porción, las mermas, el tiempo de preparación, el equipamiento necesario y el grado de complejidad.

El chef o el Departamento de Planificación (ej. empresas de catering industrial) deberán trabajar también con un cuadro de estacionalidad de frutas y verduras, así como también un reporte diario de precios de insumos alimenticios, especialmente aquellos sujetos a variación por cambios de estacionalidad.

La importancia de este control permitirá seleccionar aquellos ingredientes que por estar fuera de estación, en veda o excepcionalmente fuera de los niveles estándares de precios permitan subir este índice según la política del establecimiento en un 25 a 30%.

**EQUIPAMIENTO Y NIVEL DEL PERSONAL**

La oferta de cada establecimiento deberá considerar la factibilidad técnica; es decir, que su  implementación y capacidad puedan responder a las expectativas y demandas que se generan. Un hotel con  una cocina mal equipada está imposibilitado de vender eventos masivos.

**POTENCIAL DEL ESTABLECIMIENTO**

La ubicación del local, el perfil del público, el tipo o el número de comensales cautivos (comedores de empresas, aviones, eventos), deberá ser materia de análisis para definir la propuesta correcta (tipo de menú, relación precio/calidad, ofertas) y una mayor rotación en el segundo caso, para evitar rutinas que se repitan con mucha frecuencia, terminando por cansar al usuario de un servicio de alimentación. Especial atención debe ponerse en el  público infantil con menús entretenidos, de su gusto, con gramajes y sabores acertados.

**REDACCIÓN DE LOS MENÚS**

Existen varias reglas que deben respetarse, tales como una redacción sencilla, sin faltas de ortografías, sin nombres de fantasía (corvina exótica) y  privilegiando la descripción de los platos y el método de cocción empleado (corvina al horno, puré de papas con pesto de salvia).

El orden de servicio de los platos está regulado por el aspecto fisiológico: aperitivos pequeños y frescos, entradas calientes (puede servirse un consomé magro, muy  liviano, para estimular al comensal), un principal con la temperatura justa y el vino adecuado, finalizando con un postre a base de fruta fresca, una tarta o pastel, o bien quesos maduros (brie, camembert, muster, manchego, etc.)

**En la composición de los menús es necesario cuidar algunos aspectos técnicos como:**

1. Ofrecer texturas diferentes en cada plato
2. Generar armonía de colores
3. Evitar repeticiones (masa en entrada y postre)
4. No repetir métodos de cocción (frituras)
5. Evitar especias o sabores que persistan
6. Respetar balance nutricional

**TIPOS DE MENU**

Nos encontramos con diferentes servicios de menús que se ofrecen en el ámbito internacional al comensal o huésped de  hotel, como también en instituciones (casinos, restaurante, hospitales, catering aéreo y el servicio a bordo: crucero, tren.

**Desayuno continental**  
Café, té o leche, jugo de frutas, tostadas, croissants, pequeños bizcochos, queques, mantequilla, mermelada.

**Desayuno americano: (tipo buffet)**  
Café, té, leche o chocolate, jugo de frutas, cereales, compota de frutas, huevos pochados o revueltos (opcional tocino), jamón, queso fresco y mantecoso, embutidos artesanales, croissant, tostadas y tartas.

En Estados Unidos y Europa incluye carne asada (roast beef), pescado escabechado o ahumado.

**El Brunch:**  
Palabra que surge de unir "breakfast" (desayuno) y "lunch" (almuerzo) e identifica un servicio intermedio orientado a quienes (turistas, ejecutivos, familias en fin de semana) por diversas razones no alcanzaron el horario de desayuno o deben adelantar su almuerzo. Se ofrece en hoteles, restaurantes y cafeterías. Consiste en un desayuno americano complementado con ensaladas, sopas claras o frías, platos a base de carne, pescados o crustáceos (asados o ponchados), tartas, pasteles, etc.

**Almuerzo**

El almuerzo cotidiano o clásico consta de 3 platos:

1. Entradas: Es el primer plato que se ofrece y sus preparaciones pueden ser frías; como un Mousse de Palta o calientes; como una Crema Dubarry.
2. Plato Principal: Son preparaciones más elaboradas en las cuales se ofrece pastas, guisos, carnes de diferentes tipos y formas de acompañamiento.
3. Postre: Preparaciones dulces, como por ejemplo: mousse, terrinas, helados, frutas.

**Comida o cena:**  
Posee la misma estructura del almuerzo, salvo que los gramajes se reducen y la entrada es generalmente caliente. Deben ser alimentos livianos y de fácil digestión. Junto con el café se ofrece infusiones de hierbas.

**Catering aéreo:**Este tipo de servicios está regulado fuertemente por el espacio disponible a bordo, por las condiciones bajo las cuales se regenera la comida, y por razones de salud (los alimentos meteorizantes están absolutamente prohibidos). La falta de presión al interior del avión puede producir exceso de gases en el proceso digestivo.

En general, las persona que viaja no debe recargar su organismo, por ello, los menús deben evitar preparaciones sobrecargadas o muy condimentadas.

**Fast food**  
Las ciudades con grandes flujos de turistas generaron una forma específica, práctica y rápida de alimentarse que se extendió al mundo. El menú en muchos casos es una combinación (combo) de snacks (pizzas, bocaditos fritos, papas fritas, hamburguesas, sandwiches, gaseosas, etc.) que no tiene estructura fija ni se rige por aspectos nutricionales, entendiéndose como una comida recreativa y funcional.

En Chile, la denominada "comida china" de restaurantes populares, también es parte de este bloque.

**Cenas de gala – Banquetes**  
En este tipo de eventos más enfocados hacia el espectáculo, el menú debe componerse cuidando que el flujo de producción sea continuo y evitando situaciones que pongan en riesgo microbiológico la comida.

Normalmente es un menú liviano y sofisticado, por cuanto el comensal va preparado para recibir calidad más que cantidad. Tiene estructura estándar y raras veces la entrada es caliente.

La excepción son las cenas de Navidad y Año Nuevo, que normalmente tienen estructura de menú - degustación, es decir, se compone de:

1. Apettizers (bruschettas, patés, peperonatta, etc.)
2. 2 entradas (fría y caliente)
3. 2 principales
4. Buffet de postres
5. Café y bajativos
6. Snack de amanecida (sopa clara, mini sandwiches, etc.)

Las porciones del menú - degustación son reducidos (50%) y en ningún caso superan los gramajes establecidos para un menú normal.

En algunos casos se escoge un vino diferente para cada plato, tarea que debe hacer un "sommelier" y que se denomina "maridaje".

**Menú naturista:**  
Existe un público que busca nutrirse con dietas mayoritariamente de origen vegetal, y ya que no existe el "vegetariano 100%", este tipo de regímenes se complementa con preparaciones que contengan huevos y leche (ovo - lácteos) para asegurar la ingesta de proteína animal. En este menú hay total ausencia de carne, ya sea pescados, aves, porcinos, bovinos, etc.

Este grupo busca también alimentos integrales (pan con harina integral, arroz integral), derivados de soya (tofu), azúcar sin refinar, aceites prensados en frío, verduras y frutas de huertos orgánicos, semillas, etc., de preferencia todo crudo.

**Menús dietéticos:**

Existen diversas instancias en las que el menú debe ser recetado o planificado por un profesional (médico o nutricionista):

1. Por razones de salud (hospitales, clínicas, jardines infantiles)
2. Por requerimientos energéticos (faenas mineras, plataformas petroleras)
3. Por razones estéticas (SPA o gimnasios, centros de estética, etc.)
4. Por prescripción médica (comedores de empresas)

En los casos mencionados, el menú deberá considerar ingredientes magros, cocinados con métodos de cocción apropiados (vapor) y/o con el aporte nutricional que determine el profesional.

Los tiempos actuales requieren cada día más de regímenes terapéuticos para frenar los estragos de la vida sedentaria y las malas prácticas alimenticias (comida chatarra, alcohol, cigarrillos, etc.).

El menú estará sujeto también, por las siguientes variables:

1. **El establecimiento** tendrá un precio equivalente al servicio o lugar donde se solicite (categorías de restaurante, como Fast Food, restaurante de hotel, picadas).
2. **Los Contratos** o convenios son servicios especiales para empresas e industrias en manifestaciones o eventos.
3. **Regímenes o dietas** de acuerdo al requerimiento del comensal (régimen completo, liviano, hiposódico, etc.)
4. **Horario o momento de consumo:** dependiendo de éstos, el menú podrá ofrecer diferentes alternativas con la misma estructura. Ejemplo: Salad Bar, sopa del día.

**ACTIVIDAD Nº1**

**I.- Lea atentamente la guía y responda las siguientes preguntas:**

1.- Defina con sus palabras ¿qué es un menú?

2.- ¿En qué consiste una receta estándar? Y ¿Cuál es su función en la cocina?

3.- Cuál es la forma correcta de redactar un menú. Explique en un mínimo de 7 pasos.

4.- Cuando planificamos un menú. ¿Cuáles son los aspectos que debemos considerar? Explique.

5.-Confeccione un mapa conceptual, con los diferentes tipos de menús que existen.

II.-Planifique un menú de desayuno buffet para 50 personas. Con las siguientes características.

a) Indique todas las preparaciones de alimentos que presentará (al menos 7)

b) Indique el horario en que funcionará.

c) Indique cuantos garzones tendrá para la atención del público. Explique porqué

III.- Inserte una imagen que represente el montaje del servicio de buffet que usted presentará

**P.D:** Al enviar su trabajo terminado identifique el módulo o asignatura, su nombre y curso.

Dirigir el correo a: letyfauprofe@gmail.com