

PLANIFICACIÓN DE MENÚS Y DIETAS ESPECIALES



Área: Hostelería
Modalidad: Teleformación
Duración: 20 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

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

CONTENIDOS

1. NUTRICIÓN Y BUENOS HÁBITOS. 1.1. Dietética y nutrición: conceptos básicos 1.2. Alimentos, nutrientes y dietética. 1.3. Alimentación saludable 1.4. La dieta: factor ambiental, cultural y económico. 1.5. Hábitos, modos y comportamiento alimentario. 1.6. Planificación dietética de la carta y marketing alimentario. 1.7. Segmentos de mercado y oferta dietética. 2. REALIZACIÓN DE DIETAS. 2.1. Tipos de dietas y menús. 2.2. Niños y adolescentes. 2.3. Planificación de la dieta en adultos. 2.4. Tercera edad. 2.5. Dietas alternativas: dietas vegetarianas, macrobióticas, disociadas. 2.6. Dietas y planificación de menús para colectivos específicos.

METODOLOGIA

- **Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.
- En todo momento contará con un **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.
- **Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.
- **El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a participar activamente en su proceso formativo. Le facilita resúmenes teóricos de los contenidos y, va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo: test de autoevaluación, casos prácticos, búsqueda de información en Internet o participación en debates junto al resto de compañeros.
- **Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado**. El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

REQUISITOS

Los requisitos técnicos mínimos son:



- Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados. No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.
- Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.
- Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.
- 32 Mbytes de RAM o superior.