



©Depositphotos.

Escuchar antes de actuar y otras claves para el diseño de menús en la restauración colectiva

13-10-2023

En el campo de la restauración colectiva, cada comida es un logro logístico y nutricional. Desde la selección de ingredientes hasta el plato servido en la mesa, múltiples profesionales se coordinan para satisfacer a un público diverso y numeroso. En este artículo, exploramos las claves para diseñar menús en la restauración colectiva, de la mano de la dietista-nutricionista Imma Girba.

En restauración colectiva hay que tener en cuenta muchos factores a la hora de confeccionar o realizar cambios en un menú, pues muchas personas trabajan desde que se recibe la materia prima, hasta que el comensal tiene su plato en la mesa.

Cuando preparamos menús para grupos de personas desde 50 a varios miles en una sola ingesta, y un tiempo de cinco horas de media para que todo esté preparado a la hora pactada, hay que ponerse las gafas de cerca y tener en cuenta varias cosas para diseñar los menús.

Somos las dietistas-nutricionistas y técnicos/as superiores en Dietética, las personas con titulación que debemos diseñar los menús para hospitales, centros de restauración, escuelas infantiles, centros universitarios, geriátricos, centros de día y también podemos hacerlo para bares y restaurantes.

Con el fin de poder trabajar en equipo junto a todo el personal de cocina, compras, administración, gestión, dirección, etc. hay que tener en cuenta algunos aspectos, aparte de los meramente nutricionales y dietéticos. Os los resumo:

1. Definir objetivos muy sencillos al inicio de cada curso escolar o ciclo, consensuados con el centro. Paso a paso se consiguen más avances que haciendo muchos cambios a la vez. Es importante también que participe el equipo del centro en la toma de decisiones: el dietista-nutricionista propone y se deciden los objetivos entre todas las personas implicadas.
2. El hecho de explicar muy bien al personal que participe en alguna fase de elaboración de menús el por qué y para qué de cada cambio, cohesiona al equipo y todas las partes entienden mejor la combinación de platos y menús.
3. Se debe argumentar con rigor las razones de las propuestas de menús y buscar respaldo en sociedades científicas y bibliografía fiable.
4. Tener flexibilidad y empatizar con la situación de los clientes. Hay que escuchar todo lo que expongan y después hacer las propuestas. Se aprende muchísimo escuchando al personal de cocina y monitores/as de comedor.

Image not found or type unknown



5. El criterio que aportamos como dietistas-nutricionistas en colectividades es nutricional, cosa que no hay que perder de vista y que además se corrobora con la firma del menú. De esta manera, todo el personal implicado debe saber que ese menú tiene una garantía de salud y los cambios que se hagan sin consultar a quien los firma, no la tienen. Menús puede hacer cualquiera, pero para que sean equilibrados y saludables hay que saber un poco más.
6. El formato para presentar los menús es importante. Consensuar un formato que sea funcional para todas las partes, puede hacernos ahorrar mucho tiempo, en una visualización cómoda y en tareas administrativas.
7. Dejar claro quiénes son tus interlocutores evita que, en ocasiones, recibas órdenes contradictorias de diferentes personas. Sobre todo si trabajas con empresas de *catering*.
8. Establecer un orden en el que vas a realizar las dietas especiales te puede ahorrar mucho tiempo y reducir o eliminar el peligro de cometer errores.
9. Se debe aplicar mucho realismo. En el despacho de dietista el menú es perfecto; sin embargo, debemos pensar en el contexto en el que se van a elaborar los platos y los comensales a los que van destinados los menús. Hay que preguntar cuanto se necesite al equipo de cocina, sala o monitores.

Noticias Relacionadas

- Expertos instan a actualizar las guías alimentarias con enfoque en la sostenibilidad
- Digitalización en hospitales: normalizando el servicio de alimentación más allá de las dietas
- Comer sano y moverse: recomendaciones para reuniones, jornadas y congresos saludables
- Reunión con cocina: cinco acciones para diseñar con éxito los menús para colectividades



Imma Girba es dietista-nutricionista. Fundadora y directora de Rollingfood, una asesoría nutricional para profesionales, colegios y colectividades, centrada en las cocinas y comedores de centros escolares, con el objetivo de promover una alimentación equilibrada y sostenible. @: immagirba@rollingfood.es.