

## **CURSO: ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA CARTA (3h)**

---

### **OBJETIVO:**

Mejorar la oferta de alimentación del establecimiento poniendo en valor el servicio mediante aspectos y criterios de alimentación saludable en la carta.

### **METODOLOGÍA Y CONTENIDOS:**

Sesión en la que se asentarán las bases y los criterios de la alimentación saludable, los aspectos relacionados con los grupos de alimentos, raciones y proporciones y frecuencias de consumo, así como las cocciones saludables.

Se analizará las cartas de los diferentes establecimientos y pondremos en común aspectos para mejorar la oferta bajo los criterios de alimentación saludable y estrategias para hacerlo visible a los comensales.

### **DIRIGIDO A:**

Jefes de cocina.