



# ΤΑ ΚΥΡΙΑ ΓΕΥΜΑΤΑ: ΑΝΑΛΥΣΗ

Του Χ. Κακαρούγκα (Μα) [TouristikiEkpaideysi.gr](http://TouristikiEkpaideysi.gr)

# ΕΙΔΗ ΒΑΣΙΚΩΝ ΓΕΥΜΑΤΩΝ



Υπάρχουν δυο είδη βασικών γευμάτων που σερβίρονται σε ένα εστιατόριο.

**A) Τα κύρια γεύματα:** Είναι τα υποχρεωτικά γεύματα που σερβίρονται σε καθορισμένες ώρες της ημέρας.

**B) Τα δευτερεύοντα γεύματα:** Δίνονται σε τακτά χρονικά διαστήματα αλλά δεν είναι υποχρεωτικά.

# ΤΑ ΚΥΡΙΑ ΓΕΥΜΑΤΑ



- Στην συγκεκριμένη παρουσίαση θα αναλυθούν μόνο τα κύρια γεύματα.
- **Τα κύρια γεύματα είναι:**
  1. Το πρωινό γεύμα
  2. Το μεσημβρινό γεύμα
  3. Το βραδινό γεύμα

# ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



- Το πρωινό γεύμα είναι το πρώτο και πιο σημαντικό γεύμα της ημέρας και για το λόγο αυτό η επιχείρηση πρέπει να δίνει πολύ μεγάλη βαρύτητα στην παράθεση του.
- Οι πελάτες κατά την διάρκεια του πρωινού γεύματος απαιτούν υψηλή ποιότητα στα εδέσματα και μεγάλη ταχύτητα στο σέρβις αφού οι περισσότεροι κατά την διάρκεια του πρωινού έχουν κανονίσει να παρευρεθούν σε συναντήσεις/ εργασία ή σε κάποια ξεναγήσει στην πόλη και στα αξιοθέατα της.

# ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



- Ο χώρος παράθεσης του πρωινού μπορεί να είναι ειδικά διαμορφωμένοι αίθουσα (breakfast room), η τραπεζαρία του ξενοδοχείου και τα δωμάτια των πελατών.
- Θα αναλυθούν τα:
  - A) Ευρωπαϊκό ή Ηπειρωτικό πρωινό (Continental)
  - B) Αγγλικό ή Αμερικανικό πρωινό

# ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



## **A) Ευρωπαϊκό ή Ηπειρωτικό πρωινό ( Continental)**

- Ο συγκεκριμένος τύπος πρωινού είναι ιδιαίτερα διαδεδομένος στη Ευρώπη όπου και πείρε το όνομα του.
- Η συνηθέστερη σύνθεση του συγκεκριμένου πρωινού είναι η παρακάτω.

A) Ρόφημα ( Τσάι, Καφές, Σοκολάτα ζεστή ή κρύα, Γάλα)

B) Φρυγανιές ή ψωμί ή τοστ

Γ) Κέικ ή κρουασάν ή βουτήματα

Δ) Μαρμελάδα ή μέλι

Ε) Βούτυρο ή μαργαρίνη

Δ) Χυμός φρούτου ή Φρούτο

# ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



## **B) Αγγλικό ή Αμερικανικό πρωινό**

- Αρκετοί πελάτες συνήθως Άγγλοι και Αμερικανοί συνηθίζουν να τρώνε πολύ πλούσιο πρωινό. Από αυτήν την συνήθεια των παραπάνω εθνοτήτων πείρε το όνομα του ο συγκεκριμένος τύπος πρωινού.
- Το Αμερικανικό ή Αγγλικό πρωινό περιλαμβάνει το Ευρωπαϊκό πρώιμο καθώς και μια ποικιλία από διάφορα αλλά εδέσματα που παρατίθενται σε μπουφέ ή αναγράφονται σε μια κάρτα (Μενού) από την οποία οι πελάτες διαλέγουν το πρωινό της αρέσκειας τους.

# ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



□ Η κάρτα πρωινού μπορεί να περιλαμβάνει τα παρακάτω εδέσματα:

1. Αλλαντικά διάφορα
2. Δημητριακά
3. Αυγά διάφορων ειδών με τα συνοδευτικά τους
4. Ψαριά
5. Κρέατα κρύα
6. Κρέατα σχάρας
7. Πατάτες φριτούρας (τηγανιτές, τσιπς)
8. Τυριά
9. Λαχανικά
10. Φρούτα φρέσκα
11. Κομπόστες
12. Γιαούρτια
13. Τηγανιτές

# ΤΟ ΜΕΣΗΜΒΡΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



- Βασική προϋπόθεση για την επιτυχία ενός γεύματος δεν είναι μόνο η καλή παρασκευή των φαγητών αλλά και η σωστή και αρμονική τοποθέτηση του κάθε φαγητού μέσα στο μενού.
- Η τοποθέτηση των εδεσμάτων στο μενού καθορίζεται από κανόνες που καλύπτουν την αισθητική, ποιοτική και γευστική πλευρά των εδεσμάτων.

# ΤΟ ΜΕΣΗΜΒΡΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



- Σύμφωνα με τα παραπάνω το μεσημβρινό γεύμα αποτελείται από τις παρακάτω κατηγορίες εδεσμάτων:
  1. Ποικιλία ορεκτικών ( ζεστά και κρύα)
  2. Πρώτα πιάτα τα οποία μπορεί να αποτελούνται από διάφορα ζυμαρικά, αυγά δίφρων τύπων, χορταρικά, λαδερά, παρασκευές ρυζιού, παρασκευές κιμά και την σπεσιαλιτέ του εστιατόριου.
  3. Κυρίως πιάτα τα οποία συμπεριλαμβάνουν παρασκευές ψαριών, πουλερικών, κρεάτων και κυνηγίου.
  4. Σαλάτες διάφορες
  5. Τυριά διάφορα
  6. Φρούτα και γλυκά

# ΤΟ ΒΡΑΔΙΝΟ ΓΕΥΜΑ



- Το δείπνο αποτελεί το βασικό γεύμα της ημέρας είναι πιο πλούσιο σε παρασκευές από το μεσημεριανό αλλά τα εδέσματα είναι πιο ελαφρά.
- Το δείπνο σε πλήρη ανάπτυξη μπορεί να περιλαμβάνει τα παρακάτω είδη εδεσμάτων:
  - ✓ Ορεκτικά κρύα
  - ✓ Σούπες ή κονσομέ
  - ✓ Ορεκτικά ζεστά
  - ✓ Πρώτα πιάτα που μπορεί να αποτελούνται από Ψαριά και θαλασσινά καθώς και από ελαφριές κατηγορίες εδεσμάτων του μεσημβρινού γεύματος
  - ✓ Κυρίως πιάτα που περιέχουν ελαφριές παρασκευές κρέατος, κιμά, πουλερικών και κυνηγίου
  - ✓ Σαλάτες διάφορες ωμές ή βραστές
  - ✓ Ποικιλία επιδορπίων γλυκά, κομπόστες, κρέμες και παγωτά

# ΠΗΓΕΣ



Μ. Σαλεσιώτης (2007) Σύνθεση Εδεσματολογίου  
Interbooks: Αθήνα

<http://en.wikipedia.org/wiki/Breakfast>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Lunch>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Snack>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Dinner>

<http://en.wikipedia.org/wiki/Supper>