

# DOSSIER INTENDENCIA

---

Joaquim M<sup>a</sup> Frank

## INDEX

- Per a planejar l'alimentació: els menus tipus (int. 10.00)
  - Esquema menú-tipus (int. 10.03 i 10.04)
  - Full menú diari (int. 10.05)
- Full de previsió de compres (int. 20.00)
  - Plannings
- Saber el que tenim al rebost (int. 30.00)
  - Full existències en el rebost (int. 30.01)

**SERVEI COLÒNIES DE VACANCES**

(CARITAS) Cucurulla 1 - Barcelona (2) 1.968



PER A PLANEJAR L'ALIMENTACIO: ELS MENUS TIPUS

=====

El menjar de la colònia ha d'esser pensat atenent els següents criteris:

- els infants creixen: llur alimentació ha de ser tal que cobreixi el desgast diari i els ofereixi un excedent per el creixement.  
Per establir un mòdul amb garanties suficients cal parlar-ne amb un metge.
- el menjar ha d'esser variat.
- el menjar ha d'esser vistós: els infants menjen pels ulls.
- el menjar s'ha d'adaptar al tipus d'activitats i el grau d'esforç que es realitza.

Per a aconseguir-ho hom pot seguir el següent programa:

1. - Parlar amb un metge, especialista si es possible, per a establir unes bases sobre la quantitat de calories - que necessita un infant i quins aliments les proporcionen.
2. - A partir de les bases establertes amb el metge, establir quatre tipus de menús segons l'escala següent:
  - un menú que anomenarem normal per els dies de vida tranquil·la a la colònia
  - un menú fort per els dies d'esforç mes intens: olimpíades, jocs llargs, etc...

- dins de la categoria d'aliment dels menús forts, cal preveure un menú especial per els dies d'excursió: fresc, lleuger, portatil.....
- finalment, cal preveure un tipus especial per els dies de  festa.

3. - Un cop establerts tots els menús tipus, cal pensar en les variacions que permeten en la presentació dels plats

Amb un exemple ho veurèem mes clar:

Dies normals (dinar)

Menús tipus:

Variacions:

Pasta amb salsa.....	macarrons )	( salsa tomaquet
	fideus ( amb )	mahonesa
	tallarines )	( ..... etc.

carn.....	fregida amb patates
	a la brasa
	bullida amb herbes aromàtiques

amanida

fruita del temps .....	taronja
	pera
	pressec
	abracoc

Veiem com a partir d'un menú tipus establert per el dies normals, es poden combinar molts plats diferents aconseguint una real varietat de plats a taula.

Els planning que us oferim tot seguit han estat pensats per a la planificació dels apats de la colònia:

A. - El primer full, el 10.03, serveix per a establir els dinars i sopars tipus per a cada grup de dies de la colònia:

- cal dedicar un full al dinar de cada grup de dies tipus: per a reconèixer -lo caldrà posar una X en la casilla que diu dinar i un altra X en la casilla del grup de dies tipus corresponent.
- el mateix cal fer amb el sopar; amb aquesta X, ja tindrem identificat el full i podem tirar endavant.
- cal triar el dinar o sopar tipus corresponent i veure quines variacions es poden fer sobre el menú triat.

B. - El segon full, el 10.04, serveix per a fer la mateixa distribució de berenars i sopars

C. - El tercer full, el 10.05, serveix per anotar-hi el menú concret que hom ha previst per a cada dia de la colònia.

- anotar-hi les dates dels dies de la colònia
- posar en cada data el tipus de dia que es (normal, fort etc.)
- posar els diferents ingredients de cada apat, un cop triat tot, i anotar-hi les quantitats de cada una a consumir en l'apat: d'aquesta manera tenim, per a cada dia de la colònia, les quantitats d'aliments que hauràn d'ésser disponibles, a mans de la cuinera, per a fer el menjar.

MENÚ - TIPUS

		NORMAL
DINAR		FORT
JOPAR		EXCURSIÓ
		FESTA

PRIMER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

SEGÓN PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

TERCER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

POSTRE

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

MENÚ - TIPUS

		NORMAL
	DINAR	FORT
	JOPAR	EXCURSIÓ
		FESTA

PRIMER PLAT
_____

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

SEGÓN PLAT
_____

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

TERCER PLAT
_____

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

POSTRE
_____

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

MENÚ - TIPUS

		NORMAL
DINAR		FORT
JOPAR		EXCURSIÓ
		FESTA

PRIMER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

SEGÓN PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

TERCER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

POSTRE

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

MENÚ - TIPUS

		NORMAL
	DINAR	FORT
	JOPAR	EXCURSIÓ
		FESTA

PRIMER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

SEGÓN PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

TERCER PLAT

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---

POSTRE

---

VARIACIONS:

---

---

---

---

---



MENÚ - TIPUS

	NORMAL
	FORT
	EXCURSIÓ
	CESTA

ESMORZAR

— PA

— COMPLEMENT \_\_\_\_\_

— VARIACIONS

---

---

---

---

---

---

— LLET AMB \_\_\_\_\_

BERENAR

— PA

— COMPLEMENTS \_\_\_\_\_

— VARIACIONS:

---

---

---

---

---

---

MENÚ - TIPUS

	NORMAL
	FORT
	EXCURSIÓ
	CESTA

ESMORZAR

— PA

— COMPLEMENT \_\_\_\_\_

— VARIACIONS

---

---

---

---

---

— LLET. AMB \_\_\_\_\_

BERENAR

— PA

— COMPLEMENTS \_\_\_\_\_

— VARIACIONS:

---

---

---

---

---

FULL DE MENÚ DIARI

DATA	TIPUS DE DIA	ESMORZAR	quant.	DINAR	quant.	BERENAR	quant.	SOPAR	quant.

FULL DE PREVISIO DE COMPRES

=====

Hem de garantir, per a cada jornada de la colònia, que disposem de tots els aliments necessaris per a confeccionar el menjar del dia.

Per a aconseguir-ho ens cal revisar el rebost per a veure de què disposem i comprar tot allò que no tenim. La fitxa que us presentem en el full 20.01 servirà per a controlar cada dia els aprovisionaments necessaris per a assegurar el menjar.

Cal atendre a tots els punts següents:

1. - Fer la previsió de compres amb dos dies de temps.
2. - Anotar en la fulla els diferents components dels plats que s'han de servir.
  - Aixó sortirà dels fulls de menú diari.
  - però atenem a que cal posar, no el plat, sinó els components del plat.
  - un exemple: per al plat " fideus amb mahonesa " cal pensar en la mahonesa ( ous, oli ) i en els fideus.
3. - Un cop posats tots els components dels diferents plats cal calcular-ne les quantitats necessaries per al conjunt de la colònia.
4. - Un cop tot calculat, cal veure que hi há al rebost i que es el que cal comprar: del que cal comprar en farem una llista que es la que utilitzarem per a la comanda.

FULL DE PREVISIO DE COMPRES

Per al dia : \_\_\_\_\_

APAT	ALIMENTS	quantitat per persona	quantitat total	en rebost	a comprar
ESMORZAR					
DINAR					
BERENAR					
SOPAR					

## SABER EL QUE TENIM AL REBOST

=====

En tot moment de la colònia ens cal saber què es el que tenim al rebost i en quina quantitat. Això ens interessa per dues raons: per a orientar futures compres de menjar i per a conèixer l'estat econòmic de la colònia.

En el full 30.01 hi hem preparat una fitxa de control dels diferents aliments que hom consumeix a la colònia. Per a dur el control de les existències en el rebost, cal fer les següents operacions:

1. - Anotar en la fitxa el nom de l'article o aliment que hom controla amb la fitxa. Cada fitxa només serveix per un tipus d'aliment.
2. - Anotar en la fitxa, amb la data corresponent, totes les compres que es facin de l'article que controla la fitxa; anotar-hi la quantitat i preu.
3. - Anotar-hi igualment totes les quantitats dels diversos aliments que surten del rebost per anar a la cuina per a ésser consumits.
4. - Per diferència entre les compres i els consums calcular cada cop que es compri o es consumeixi quina es la existència real del rebost, que es el que en darrer anàlisi, ens interessa de conèixer.

