

**САМАРҚАНД ИҚТИСОДИЁТ ВА СЕРВИС
ИНСТИТУТИ**

«Сервис ва туризм» факултети

**«Хизматлар кўрсатиш, сервис ва уни ташкил этиш»
кафедраси**

КУРС ИШИ

Мавзу: Узоқ масофага йўналтирилган
темир йўл транспортида овқатланишни
ташкил этиш

Бажарди: *СТТ-109 гуруҳ талабаси
Элмуродов Шодиёр*

Қабул қилди: *доц. Худойбердиев А.Ю.*

Самарқанд – 2013

МУНДАРИЖА

Кириш.....	3
1. Адабиётлар таҳлили.....	6
1.1. Хом ашёга бўлган талаблар.....	7
1.2. Темир йўл транспортида тайёрланадиган таом ва ичимликлар ассортименти.....	10
1.3. Транспортда овқатланишни ташкил этиш.....	15
Хулосалар.....	20
Фойдаланилган адабиётлар рўйхати.....	22
ИЛОВАЛАР.....	23

КИРИШ

Бугун Ўзбекистон Республикаси иқтисодиёти бозор иқтисодиётига асосланган, тўхтовсиз ривожланаётган давлат. Бунда иқтисодиётнинг барча соҳа ва тармоқлари – саноат, қишлоқ хўжалиги, савдо, пули хизмат кўрсатиш соҳалари ривожланмоқда.

Шуни таъкидлаш жоизки, 2012 йил якунларида эса хизматлар соҳаси, айниқса, алоқа ва ахборотлаштириш (24,5 фоизга), компьютер дастурлаштириш (18 фоизга), технологик асбоб-ускуналарни таъмирлаш ва уларга хизмат кўрсатиш (17 фоизга), молия-банк хизматлари (17,6 фоизга) сингари хизматларнинг юқори технологик ва бозорга хос турлари юқори суръатлар билан ривожланди. Мамлакатнинг ялпи ички маҳсулотида хизматлар соҳаси улуши 52 фоиздан ортиқни ташкил этди.

Президентимизнинг 2012 йил 10 майда ПК-1754 сон қарори билан 2012-2016 йилларда Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатиш соҳаси ривожлантириш дастури қабул этилди. Ушбу дастур бўйича 2016 йилгача мамлакатимизнинг ялпи ички маҳсулотида хизмат кўрсатиш соҳасининг улуши 55 фоизгача оширилиши назарда тутилади. Барча хизмат кўрсатиш тармоқлари қатори савдо ва умумий овқатланиш соҳасининг ривожланиши 2,4 бараварга оширилиши таъкидлаб ўтилди.

Хизмат кўрсатиш соҳасини ривожлантиришнинг ҳудудий дастурлари ва уларни амалга ошириш бўйича комплекс чоратadbирларни ишлаб чиқишда қуйидагиларга алоҳида эътибор берилиши таъкидлаб ўтилди.

1) хизмат кўрсатиш соҳаси таркибини янада такомиллаштириш, аҳоли талабгор бўлган замонавий хизмат турлари билан бозорни жадал ривожлантириш ва тўлдиришга;

2) шаҳар ва қишлоқ аҳоли пунктлари ҳудудларининг қурилишини режалаштиришда тасдиқланган меъёрлардан келиб чиққан ҳолда минтақалар аҳолисига турли ижтимоий ва коммунал-маиший хизмат кўрсатиш сифатини ошириш ва улардан фойдаланиш имкониятларини кенгайтириш;

3) биринчи навбатда қишлоқ аҳоли пунктларида хизмат кўрсатиш корхоналарини ривожлантириш, хизмат кўрсатиш соҳасига оилавий тадбиркорлик субъектлари ҳамда ихтисослашган касб-ҳунар коллежлари ва олий таълим муассасалари битирувчилари ичидан ёшларни кенг жалб этиш.

Шу билан бирга Ўзбекистон Республикаси темир йўл транспортини ривожлантириш ва транспорт таъминоти, ягона темир йўл тармоғини ҳосил қилиш бўйича комплекс тадбирлар олиб борилмоқда.

Бугунги кунга келиб темир йўл транспортининг юк айланмаси барча транспортлар юк айланмаси ҳажмининг

67%ини ва экспорт-импорт юклар ташишда улуши 80%дан ортиғини ташкил қилади.

Ҳозирги вақтда юртимиз раҳбарлигида темир йўл транспортлари бўйича бир қанча ишлар амалга оширилди. Жумаладан, ўтган йиллар ичида Қашқадарё ва Сурхондарё вилоятларида Деҳқонобод ва Қумқурғон йўналиши бўйича янги терми йўллар барпо этилди. 2012 йилдан бошлаб чет эл ҳамкорлари билан тузилган шартномага асосан Тошкент-Самарқанд тез юрар поезда олиб келиниб, йўл қатнови йўлга қўйилди.

Темир йўл транспортларида узоқ ва яқин масофаларга йўловчиларни ташишда бир қанча ишлар амалга оширилади, яъни уларни овқатлантириш. Бунинг вагонларда махсус овқатлантириш заллари мавжуд.

Курс ишида юқоридаги келтирилган маълумотлар асосида узоқ ва яқин масофаларга ташиладиган йўловчиларни оқилона овқатлантириш масалалари бўйича маълумотлар ўрганилиб чиқилади.

1. Адабиётлар таҳлили

Кейинги йилларда «Ўзтемирйўлтаъмирлаш» ишлаб чиқариш бирлашмасининг иккита заводида локомотивлар, йўловчи ва юк вагонлари учун асосий эҳтиёт қисмлари ишлаб чиқариш йўлга қўйилган. Бирлашма ҳаракатдаги таркибни таъмирлаш ва ишлаб чиқариш бўйича Ўрта Осиёда ва Қозоғистонда ягона ҳисобланади.

«Ўзбекистон темирйўллар» ДАТК ўз мижозларига қуйидаги хизмат турларини таклиф этади:

- барча халқаро транспорт йўллари бўйлаб юкларни етказиш ва экспедициялаш;

- юклар ва йўловчиларни ташиш;

- Буюк Ипак Йўли бўйича Самарқанд, Бухоро, Хива ва Тошкентга туристларни ташиш ва уларга хизматлар кўрсатиш;

- вагонларни кузатиш ва қидириш;

- энг янги ускуналар ёрдамида йўловчи вагонларнинг барча турларини таъмирлаш;

- барча турдаги тепловоз ва электровозларни таъмирлаш;

- юк вагонларини тайёрлаш ва хизмат муддатини узайтириш;

- тақдим этиладиган хизматлар кўп йиллик тажрибаси билан кафолатланади.

Ҳозирги кунда «Регистон тезкор электрпоездлари», «Шарқ» ва «Насаф» экспресс поездлари ва «Афросиёб» тез юрар поездлари юртимиз бўйлаб, йўловчиларни, юкларини ташиш бўйича фаолият кўрсатиб келмоқда.

1.1. Хом ашёга бўлган талаблар

Темир йўл транспорти мустақил ҳамдўстлиги давлатларларида бир йилда 380 миллиондан ортиқ йўловчига хизмат кўрсатади. Йўловчилар овқатланиш масаласини турлича ҳал этишади. Баъзилар вагон-ресторани хизматидан фойдаланишса, бошқалар йўлга ўзлари билан озиқ-овқат маҳсулотларини олишни авфзал билишади.

Жамоатчилик овқатланиш муассасалари, шу жумладан вагон-ресторанлар ҳам нафақат йўловчиларнинг талабини қондиришга, шунингдек, гигиена-санитария қоидаларига риоя қилган ҳолда овқатланишини ташкил этишга интилади.

Айни вақтда жамоатчилик овқатланиши шакл ва усулларининг доимий такомиллашиб боришига қарамасдан мамлакатимизда озиқ-овқат маҳсулотларининг 80 % уй шароитида истеъмол қилинмоқда. Бу ҳолат овқатланишни ташкил этишга рационал нуқтаи назардан ёндашишни талаб этади.

Одам организмнинг нормал фаолият юртиши учун озиқ-овқат ҳисобига танага кириб келаётган ва сарф этилаётган энергиянинг мутаносиблигига риоя этиш лозим. Ҳар қандай озиқавий маҳсулот маълум бир энергетик қийматга эга бўлиб,

килокаллорияларда ҳисобланади. Масалан, овқат таркибидаги оқсилнинг 1 grammi 4 килокаллория қувват беради. Худди шунча қувват 1 грамм углевод ёнганда ҳосил бўлади, 9 килокаллория қувват 1 грамм ёғ танада ўзлаштирилганда ҳосил бўлади. Бунинг ёрдамида одамнинг бир кеча-кундузда истеъмол қилган озиқанинг қанча килокаллория қувват беришини осонгина ҳисоблаш мумкин. Агар қисқа муддат давомида паст каллорияли овқат истеъмол қилинса етишмаётган энергия танадаги мавжуд ёғлар ва углеводлар заҳираси ҳисобига қондирилади. Узоқ муддат давомида паст каллорияли овқат истеъмол қилиш натижасида нафақат танадаги ёғ ва углеводлар, балки оқсил ҳам сарфлана бошлайди. Танадаги оқсилнинг камайиши эса мушаклар вазнининг камайишига ва умумий кучсизланишга олиб келади. Қисқа муддат давомида юқори каллорияли овқат истеъмол қилинганда, унинг бир қисми тана томонидан ўзлаштирилмай қолади. Узоқ муддат ва доимий тарзда каллорияга бой озиқ-овқат истеъмол қилиш эса тери ости ёғ қатламини ҳосил бўлишига олиб келади, чунки ёғ ва углеводларнинг барчаси ҳам энергетик материал сифатида сарфланмайди. Бундай овқатланиш давомида инсон вазни ошиб семириш касаллигига олиб келади. Юқоридагилардан, одам организми учун паст каллорияли ва ўта юқори каллорияли овқат истеъмол қилиш ҳам бирдай зарарли эканлиги келиб чиқади. Ҳар нарсада меъёр сақланиши мақсадга мувофиқ бўлиб, танага келаётган вас арф

этилатган энергия миқдори ўртасидаги мувозанатни сақлаш лозим.

Ҳар қандай ҳам жисмоний, ҳам ақлий меҳнат энергия (қувват) сарфланишини талаб этади. Масалан, ўрта вазндаги одам (60 кг), хат ёзиш давомида соатига 100 килокаллория қувват сарфлайди, овоз чиқариб ўқиганда 90 килокаллория, лабораторияда ишлаш давомида 110 килокаллория, уй ишларини (қир ювиш, йиғиштириш ва ҳ.к.) бажарганда 120-240 килокаллория қувват сарфлар экан.

Спорт билан шуғулланган қувват сарфланиши янада ошади. Секин юриш (ўртача вазндаги одам мисолида) соатига 190, тез юриш 300, югириш 360, велосипед ҳайдашда эса 210-540 килокаллория қувват сарфланишини талаб этар экан.

Кўрсатилган мисолларнинг барчаси одамнинг касбий фаолиятига боғлиқ бўлмаган кундалик турмушимизни акс эттирган. Табиийки инсоннинг меҳнат фаолият характери унинг алоҳида қувват сарфлашини тақозо этади. Масалан, оғир жисмоний меҳнат билан шуғулланувчи кишилар ақлий меҳнат фаолият тури билан машғул кишиларга нисбатан кўпроқ энергия сарфлашади.

Узоқ масофага поездда кетаётган йўловчилар қувват сарфланиши, жисмоний меҳнат қилмаган кишининг минимал қувват сарфланишидан ошмаслиги керак. Бу тахминан 2400 килокаллорияни ташкил этади. Вагоннинг чекланган кенглиги бундан ортиқ қувватнинг сарфланишига йўл қўймайди,

аксинча гиподинамия ҳолатини, яъни кам ҳаракатчан турмуш тарзини тақозо этади. Йўловчининг вагондан қувват сарфлашини баҳолаш учун қуйидаги бир неча мисолни келтириш мумкин. Эрталабки бадантарбияни бажариш учун 60 килокалория сарфланади. Бу сарфни қоплаш учун бор йўғи 3 дона шакар бўлаги ёки 1 шоколадли конфета истеъмол қилиш kifоя. 4-5 километр масофага секин югуриш учун сарфланса, қувватни эса 100 гр нон билан тиклаш мумкин.

Тўғри овқатланишнинг асосий принципи тамойили сифатида биз – энергетик мувозанатни кўриб чиқдик. Лекин фақатгина овқатнинг каллориясига тўхталиб қолиш керак эмас. Шунинг ҳам унутмаслик керакки, инсон организми қувватни қандай манба ҳисобига тўлдираётганига бефарқ эмас

1.2. Темир йўл транспортида тайёрланадиган таом ва ичимликлар ассортименти

Кўпчилик озиқ-овқат маҳсулотлари (ўсимлик ёки ҳавонот олаמידан олинишидан қатъий назар) таркибида оқсил, ёғ, углевод, витамин, минерал моддалари ва сувдан иборат турли комбинациялар мавжуд. Оқсил ва ёғлар нафақат одамнинг қувватга бўлган эҳтиёжини қондиради, балки пластик жараёнларда ҳам муҳим рол ўйнайди, яъни одамнинг бутун умри давомидаги хужайралар янгиланиши жараёнида иштирок этишади.

Соғлом кишиларнинг овқатланиш расиоидаги оқсил, ёғ, углеводларнинг оптимал мутаносиблиги илмий жиҳатдан ҳисоблаб чиқилган:

Оқсиллар – 12 %

Ёғлар – 30-35 %

Углеводлар – 53-58 % (бир сутка давомида истеъмол қилинган овқатнинг тақсимланиши).

Моддаларнинг юқорида кўрсатилган мувозанати одам танасидаги моддалари алмашинуви учун ҳам энергетик эҳтиёжини қондириш учун ҳам максимал даражада ҳисобланади.

18-29 ёшдаги эркек ва аёлларнинг ўртача озуқавий эҳтиёжи қуйидагича ҳисобланади:

Оқсиллар – 85 г;

Ёғлар – 102 г;

Ўзлаштирилиши енгил бўлган углеводлар – 382 г;

Калсий – 800 мг;

Фосфор – 1200 мг;

Витамин С – 70 мг;

Витамин Йе – 10 мг;

Витамин Б₂ – 2 мг;

Витамин ПП – 19 мг;

Витамин Б₆ – 2 мг;

Витамин Б₁₂ – 0,003 мг;

Витамин Б₉ – 0,2 мг;

Витамин А – 1 мг;

Витамин Д – 0,0025 мг.

Бутун расионнинг энергетик қиймати – 2775 килокалорияни ташкил этади.

Бир кеча-кундуз давомида инсонга керакли моддалар (углевод, оқсил, ёғ)нинг миқдор жиҳати энди маълум. Шунингдек, бу моддалар турлича келиб чиқишга эга эканлиги ва организм учун турличақимматлилиги ҳам маълум. Масалан, ҳайвонлардан олинган озиқавий маҳсулотлар (тухум, гўшт, сут, парранда гўшти, балиқ) таркибидаги оқсиллар ўсимликлардан олинадиган оқсилларга нисбатан тўла-тўкис ҳисобланади. Чунки улар таркибида ўрнини босиб бўлмайдиган аминокислоталарнинг тўлиқ мажмуи мавжуд. Аминокислоталар – мураккаб органик кимёвий бирикма бўлиб, оқсил тузилишини асоий элементи ҳисобланади. Шунингдек, аминокислоталар организмнинг умумий ҳолати,

унинг ўсиши ва ривожланишига муҳим таъсир кўрсатади. Ўсимликлар таркибидаги оқсиллар эса клетчаткага бой бўлиб, у овқат таркибидаги бошқа моддаларнинг ўзлаштирилишига халақит беради.

Тўғри овқатланиш жараёнида оқсилнинг камайтирилиши ёки аксинча кўпайтирилишига йўл қўймади. Ортиқча оқсилнинг истеъмол қилиниши организмдаги модда алмашинувига таъсир этиб, ҳаётий зарур органлар – жигар ва буйрак фаолиятини бузилишига олиб келади. Узоқ муддат гўшт, сут, тухум, балиқ каби маҳсулотларни истеъмол қилиш сийдик алмашинуви жараёнининг бузилиши ва унинг организмда тўпланишига олиб келади. Натижада сийдик тузлар тананинг турли қатламлари (асосан пай ва бўғимларда асосан)да тўпланиб қолади. Бу ўз навбатида подагра, буйракда тош пайдо бўлиши каби касалликларга сабаб бўлади.

Оқсил етишмовчилигида эса кўпчилик одамларда қон ҳосил қилиш жараёни ёғлар ва витаминлар алмашинуви бузилади, касалликларга қарши туриш – иммунитет сусаяди, айниқса инфекцион касалликларга қарши организм ёғсиз бўлиб қолади. Шунинг учун ҳам ҳайвонлар ва ўсимликлардан олинадиган оқсиллар улуши мувозанатини ушлаб туриш лозим. Ўрта ёшдаги кишининг рациондаги умумий оқсилнинг % фоизини ҳайвонлардан олинган оқсиллар ташкил этиши лозим. Баъзи ҳолларда ўсимлик оқсилларининг таркибига қараб бу нисбат 15-20 %га ўзгаришимумкин. Вегетериан

турдаги овқатланишга эътибор қаратадиган бўлсак, бу усулдаги овқатланиш ҳайвонлар гўштини истеъмол қилишни ман этади ва табиийки оқсил ва қувват етишмовчилигини юзага келтиради.

Гўшт, балиқ, сут ва дуккакли – бошоқли маҳсулотлар одамлар овқатланишида оқсилнинг бош манбалари ҳисобланади. Масалан: пишлоқ ва дуккакли (ловия, мош, нўхат ва бошқалар) маҳсулотлар таркибининг 22-25 %ини оқсил ташкил этади. Турли хилдаги гўшт ва парранданинг 16-20 %ини, тухумнинг 13 %ини, гречка ва бошқа ёрмаларнинг 12-13 %ини, макароннинг 10-11 %ини, ноннинг 5-6 %ини ва сутнинг 2,9 %ини оқсил ташкил этади.

Ёғлар ҳақида сўз борганда улар ҳам оқсиллар сингари ҳайвонлар ва ўсимликлардан олинган бўлиши мумкин, шунингдек ўзининг физик хусусиятлари ва таркиби билан фарқланади. Ҳайвонлардан олинадиган ёғларнинг асосий манбалари чўчка ёғи (90-92 %), сариёғ (72-82 %), чўчка гўшти (49 %), колбасалар (20-40 %), сметана (30 %), пишлоқ (15-45 %) ҳисобланади. Ўсимлик ёғларининг манбалари эса – пахта, кунгабоқар ёғлари (99,9 %), ёнғоқ (53-65 %), овсянка (61 %), гречка (3,3 %) ва бошқалардир. Ҳайвонот олами ёғлари таркибида кўплаб тўйинган ёғли кислоталар мавжуд бўлиб, улар ўсимлик ёғларидан фарқли равишда анча юқори ҳароратда эрийди. Инсон организми учун ҳам тўйинган, ҳам тўйинмаган ёғли кислоталар бирдай зарур. Шулардан тўйинган ёғли кислоталар организм учун энергетик материал

сифатида фойдаланилади, иккинчиси эса хужайра мембрана ва хужайра элементлари структура таркибига кириб организмни нормал ўсишини, моддалар алмашинуви ва томирларни эластиклигини таъминлайди.

Йўлга чиққан йўловчилар учун ҳам озиқ-овқат маҳсулотлари ва уларнинг таркибидаги озуқавий маҳсулотларининг меъёрлари кўзда тутилади. Поездда кетадиган йўловчи учун бир кунлик оқсил, ёғ ва углеводларга бўлган эҳтиёж қуйидагича бўлади: оқсил – 70-80 грамм, ёғ – 80-90 грамм, углевод – 300-350 грамм бўлиб, унинг умумий каллорияси 2400-2600 килокаллорияни ташкил этади. Юқоридагиларга қўшимча қилиб озиқ-овқат маҳсулотларини энергетик қиймати бўйича қуйидаги маълумотларни тавсия этиш мумкин. Масалан, 100 грамм оддий буғдой унида 7 % оқсил, 1 % ёғ ва 9 % углевод ташкил этади, бу эса кунлик эҳтиёжни (килокалория ҳисобида) 6 %ни ташкил этади. 100 грамм колбаса маҳсулоти каллорияга бўлган кунлик эҳтиёжни 8 %ни ташкил этади. Бир дона товуқ тухуми кунлик рациондаги 6 % оқсилни, 5 % ёғни ташкил этади. 100 грамм голланд пишлоғи инсон организмни 32 % оқсил, 27 % ёғ ҳамда кунлик умумий энергетик қийматни 13 %ини (каллория) ташкил этади. Яна ҳам юқори фоиз каллорияни кондитер маҳсулотлари беради. Бир дона пирожное ёки 100 грамм шакарли печене умумий кунлик каллорияни 15 %ини таъминлайди.

1.3. Транспортда овқатланишни ташкил этиш

Овқатланишни тўғри ташкил этилганда озиқ-овқат маҳсулотларидан чиқиндилар қарийиб бўлмайди. Йўлга чиқаётган йўловчи уйдан ўзи олган маҳсулотлари билан овқатланишни хуш кўради. Ҳаракат қиладики, уйдан кўпроқ миқдорда озиқ-овқат маҳсулотларини олишга. Узоқ масофага мўлжалланган замонавий поездлар йўловчиларга хавфсиз ва комфорт шароитларда хизмат кўрсатиб, белгиланган жадвалда мўлжалланган стансияга олиб келади. Шунинг учун ҳам йўлга чиққан йўловчи озиқ-овқат маҳсулотини танлашда ва захира қилишда ҳал қилувчи қарорни қўллаш керак, чунки у поездга чиқишдан олдин борадиган манзилига қачон ва қайси вақтда етиб боришини яхши билади.

Овқатланиш тартиби – бу 4 та асосий қоидаларни бажаришдан иборат.

Биринчидан – овқатланиш куннинг аниқ ва белгиланган вақтида ташкил этиш бўлиб, бунда организм аниқ вақтда овқатланишга ва ҳазм бўлишга тайёр бўлади. Аниқ бир вақтда овқатланиш ташкил этилганда организм шу вақтга ўрганади, шунингдек, ортиқча овқат ейилмайди. Организм шу вақтда ҳазм бўлиш орган ишига буйсунади, шунинг учун ҳам организмга қанча овқат истеъмол қилиш талаб этилса, фақат шунча миқдорда қабул қилади. Агар вақти ҳар хил вақтда бўлса оч қолиш ҳолати юзага келади ва керагидан ортиқча талаб этиши мумкин.

Иккинчидан – кун бўйи қисмларга бўлиб овқатланишни ташкил этиш. Бир кунда бир ёки икки марта овқатланиш инсон организми учун салбий таъсир кўрсатиши аввалдан аниқланган. Энг тўғри овқатланиш бир кунда 3 ёки 4 марталик ҳисобланиб, у ҳаттоки, халқаро соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан ҳам тасдиқланган. Йоши катта, яъни 60 ёшдан юқори ҳамда семиришга мойил бўлган одамлар учун эса бир кунда 5-6 марталик овқатланишни ташкил этиш мақсадга мувофиқ бўлади.

Учинчидан – ҳар бир овқатланишда организмни оқсил, ёғ, углевод, витамин ва минерал моддалар билан оқилона таъминлаш мақсадида уларнинг нисбатини ҳисобга олиш зарур. Оқсил, ёғ ва углеводларнинг нисбати 1:1, 2:4 оптимал ҳисобланади.

Тўртинчидан – овқатларни кун бўйича тақсимланиши. Бошқа сўз билан айтганда инсон эрталабки нонушта ва тушлиқда бир кунлик расиондаги овқатларнинг учдан икки қисмидан кўпроғини қабул қилиш керак, кечки овқатланишга эса қолганини истеъмол қилиш лозим. Яна бир муҳим нарсани эсдан чиқармаслик керакки, эрталабки нонушта билан тушлиқ ҳамда тушлиқ билан кечки овқатланиш ўртасидаги 5-6 соатдан кам бўлмаслиги ва охириги овқатланиш ухлашдан 3-4 соат олдин бўлиши керак.

Ушбу қоидаларга сайёҳатга чиққан йўловчилар ҳам риоя этиши лозим.

Албатта, бунда йўловчиларни овқатланишини тўғри ташкил этишдаги тавсиялар катта ёшдаги соғлом одамлар учун келтирилган. Сурункали касаллик билан оғриган, ёши улуғ ва болалар овқатланишини ташкил этиш ўзининг бир қатор хусусиятлари билан юқоридаги тавсиялардан фарқ қилади.

Маршрут давомийлиги 24 соатгача бўлган поездлардан ташқари, узоқ масофага йўналтирилган поездлар таркибида йўловчилар овқатланиши учун махсус вагон-ресторанлар бўлади.

Шуни эсдан чиқармаслик керакки, озиқ-овқат маҳсулотлари (айрим мева турларидан ташқари) ҳамда улардан тайёрланган овқатларнинг сақлаш ва истеъмол муддати чегараланган бўлади. Айтиш мумкинки, гўшт, балиқ ва сут маҳсулотларининг сақлаш ва истеъмолга чиқариш муддати совутгичлар бор муҳитда бир неча соатни (12-36) ташкил этади. Шунинг учун ҳам улар тез бузилувчан маҳсулотлар таркибига киради. Бироқ узоқ масофага йўналтирилган поезд вагонларида, жумладан махсус вагонларда ҳам кўп ҳолларда бундай муҳит бўлмайди ва маҳсулотлар вагон купе хоналарида 20-25 °С ҳароратда сақланади. Йилнинг ёз ойларида эса ҳарорат янада юқори бўлади. Бундай ҳароратда маҳсулот бузилади ва уни истеъмол қилиш ўткир ичак касаллигига олиб келади.

Шунинг учун ҳам узоқ йўлга чиқаётган сайёҳ ўзи билан қандай маҳсулотларни олиш ҳақида синчиклаб ўйлаб кўриши

керак. Ўзи билан йўлга олган маҳсулоти етадими ёки йўқ, бундан ташқари, олган маҳсулотни бузилиши натижасида истеъмолга яроқсиз деб вагон чиқинди яшигига ташлаб юбормайдими?

Бир қараганда бу кўзга кўринмайдиган нарсага ўхшайди бироқ бунда йўқотиш жуда юқори бўлади. Айни пайтда эса узоқ масофага йўналтирилган йўловчи поездлари Ўзбекистон бўйича 16060,3 минг, Мустақил Ҳамдўстлик Давлатлари бўйича эса бир йилда 380 млн.дан ортиқ йўловчи ташийди.

Ҳозирги вақтда темирйўлда йўловчилар томонидан ташлаб юборилган озуқавий чиқиндиларни йиғиб олиш шароити умуман йўқ. Йўловчилар томонидан ташлаб юборилган маҳсулотларни йиғиб олиш шароити бўлмаганлиги сабабли қиммат баҳо озиқ-овқат маҳсулотларини умуман йўқотилмоқда. Ўз навбатида бу маълум даражада иқтисодий йўқотишга олиб келмоқда. Шунинг эсан чиқармаслик керакки, бу маҳсулотни ишлаб чиқаришда қишлоқ хўжалик ва озиқ-овқат саноати ходимларининг сарфлаган меҳнати ётибди.

Йўловчи ташувчи темирйўл транспортининг санитария-гигиена таъминотининг кўп йиллик тажрибасига кўра йўловчилар томонидан озиқ-овқат маҳсулотларига нисбатан хўжаликсизларча муносабатда бўлмоқда. Йўловчилар биргина бузилган маҳсулотнигина эмас, балки истеъмолга яроқли бўлган нон маҳсулотини ҳам ташлаб юбориш холлари кузатилмоқда. Нимагадир айрим йўловчилар поезд вагонидан тушатуриб ўзидан ошиб қолган маҳсулотни, жумладан нонни

Ўзи билан олишни эп кўрмайдилар. Ҳозирги вақтда давлатимиз томонидан дон (нон) мустақиллигига эришиш бўйича сиёсат олиб борилаётганда бундай хўжаликсизларча ёндошишга йўл қўйиб бўлмайди. Шунинг учун йўлга чиқаётган сайёҳ ўзи билан меъеридан ортиқ озиқ-овқат маҳсулотларини олмаслиги тавсия этилади.

Йўлга чиқаётганда етарли даражада шундай маҳсулотлар олиш керакки, у ўзининг озуқавий қиймати билан бир қаторда вагон шароитида сақлаш ҳам мумкин бўлсин, бу эса озиқ-овқат маҳсулотларини исроф бўлишидан сақлайди.

Йўлга чиқадиган одамлар учун вагонларда, вагон-ресторан, буфет ва вокзалларда ҳамда савдо магазинларида кенг турдаги озиқ-овқат маҳсулотларини кичик, яъни 50-100 грамм оғирликда қадоқланган ҳолда ташкил этиш маҳсулотларни иқтисод қилишга олиб келади.

Ҳозирги пайтда давлатимиз ва хусусий тадбиркорлар томонидан кичик ҳажмда қадоқланган гўшт, сут, макарон ва бошқа маҳсулотлар ишлаб чиқариш йўлга қўйилган, бироқ уларнинг миқдори етарли даражада эмас ва улар халқнинг талабини тўла қондира олмайди. Йўлга чиққан йўловчилар учун бу маҳсулотларнинг ассортиментини ва турларини ошириш лозим, чунки бу маҳсулотлар гигиеник ва иқтисодий тарафдан ҳозирги замон талабларига жавоб беради. Кичик ҳажмда қадоқланган маҳсулотларини яна бир қулайлик томони шундаки, уларни истеъмол қилгандан сўнг қарийиб озуқавий чиқиндилар бўлмайди, бу эса йўловчиларга

темирйўл транспортида маданий хизмат кўрсатиш даражасини оширади ва санитар-гигиеник талабларини таъминлайди.

Хулосалар

Ҳозирги вақтда юртимизда хизмат кўрсатиш соҳасига кўпроқ эътибор берилиб келинмоқда. Айниқса, хизмат кўрсатиш соҳаларидан бири бўлган аҳолини ва меҳмонларни овқатлантиришни тўғри йўлга қўйиш лозим. Бу борада республикада кўпгина ишлар олиб борилмоқда.

Шу билан бирга транспортларда ҳам чет эл туристларини ва маҳаллий туристларни ҳам овқатлантириш муҳим ҳисобланади. Бу вақтда уларни овқатлантириш учун бир қанча шароитлар яратилган. Ҳар бир йўналиш бўйича махсус саёҳатчилар учун қатновлар амалга оширилмоқда.

Шунинг учун курс ишимда мен меҳмонларни темирйўл транспортида ташиш ва уларни овқатланишини ташкил этиш бўйича йиғилган материалларни таҳлил қилиб чиқдим ва бу асосда ишни маълум бўлимлар бўйича бажардим.

Биринчи навбатда узоқ ва яқин масофага йўналтирилган темир йўл транспортларида бериладиган таомлар ассортименти бўйича адабиётлар таҳлили амалга оширилди.

Кейинги навбатда эса узоқ масофага йўналтирилган транспортларда овқатланишни ташкил этишни тўғри олиб бориш ва инсон организми учун зарарли бўлган жиҳатларини ёритиб ўтдим.

Ишни кейинги бўлимида эса яқин масофага йўналтирилган транспортларда овқатланишни тўғри ташкил этиш ва унда асосан овқатланиш тартибида 4 та асосий

қоидаларни бажаришдан иборат эканлигини таъкидлаб ўтдим.

Ушбу маълумотларни ёритишда мавжуд бўлган адабиётлардан, турли материаллардан ва интернет материалларидан кенг фойдаландим.

Курс ишини бажариш давомида мен бу мавзу бўйича етарлича билим ва кўникмага эга бўлдим.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати

1. «Ўзбекистон Республикасида 2012-2016 йилларда хизмат кўрсатиш соҳасини ривожлантириш дастури» Ўзбекистон Республикаси Президентининг қарори. – 2012 йил 10-май, ПК-1754 сон.

2. 2012-йилда республикани ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш яқунлари ва 2013-йилги иқтисодий дастурнинг асосий устувор вазифалари тўғрисида Ўзбекистон Республикаси президентининг маърузаси. 2013 йил 18 январ.

3. А.Худойбердиев. Йўловчиларни овқатланишини темирйўл транспортида ташкиллаштириш. Самарқанд, 2009 й. - 32-бет.

4. А.Ю.Худойбердиев. Туристлар хавфсизлигини таъминлаш: – Самарқанд, 2011. – 234 б.

5. Т. Худайшукуров, И. Шукуров. Оқилна овқатланиш асослари. Ўқув қўлланма, 2009 .

6. Худайшукуров Т., Шукуров И., Юсупова С. Оқилна ва маромли овқатланиш асослари: Маърузалар матни. – Самарқанд, СКИ, 2003.

7. Интернет материаллари:

www.tirbooks.ru – Servisnaya deyatelnosti. Istoricheskaya i sovremennaya praktika

www.rvolution.allbest.ru – Servisnaya deyatelnosti kak forma udovletvoreniya potrebnostey

www.ebdb.ru – Katalog knig



Вагон кюпесида овқатланишни ташкил этилиши



Вагонларда мижозларга таомларни тавсия этилиши