

KONAKLAMA İŞLETMELERİNDE ÇOCUKLARA SUNULAN MENÜ VE YİYECEKLERİN BESİN ÖĞELERİ VE SAĞLIK AÇISINDAN İNCELENMESİ

Taycan Çelik Şeker⁸, Deniz Keleş⁹

ÖZET

Beslenme ve insan sağlığı arasındaki kuvvetli ilişki, insanları sağlıklı beslenmeye yöneltmiştir. İnsanların gerek günlük hayatında gerek se seyahatlerinde mümkün olduğu sürece tükettiği gıdalara dikkat etmektedir. Son yıllarda beslenme kaynaklı olduğu kanıtlanan rahatsızlıklardan korunabilmek amacıyla insanlar günlük diyetlerinin doğal olup olmamasını, besin öğelerini ve pişirme şekillerini incelemektedir. Çağımızın en ciddi sağlık problemlerinden olan obezite ve çeşitli kanser türleri beslenme şeklimizi de değiştirmeye başlamıştır.

UNİCEF verilerine göre günümüzde yaklaşık 700 milyon insan obezitedir ve aynı şekilde 50 milyon civarında çocuk obez şekilde yaşamlarını sürdürmektedir. Obezitenin temel sebebi metabolik rahatsızlıkların dışında aşırı ve sağlıksız beslenmedir. Ayaküstü diye ifade ettiğimiz ‚fast-food‘ kültürü ve hızlı yaşam şekli, yetişkinleri ve çocukları, kalorisi ve yağ oranı yüksek, rafine gıda bileşenlerinin daha fazla olduğu bir beslenme kültürüne sevk etmiştir. Gurman olarak ifade edebileceğimiz bu beslenme şekli sadece günlük hayatımızın değil seyahatlerimizin de parçası olmuştur. Öyle ki konaklama işletmesi seçiminde tesisin genel yapısından sonra detaylı olarak incelediğimiz kısım, yemek içme faaliyetleri ve ilave büfeler ve tatlı arayış halini almıştır. Otel işletmelerine ait atıştırılabilir büfeleri, fast-food büfeleri, pizza fırın ve bü-

⁸ Sivas Cumhuriyet Üniv., Sosyal Bilimler Enstitüsü Sağlık Turizmi Disiplinler Arası Yüksek Lisans Öğrencisi

⁹ Sivas Cumhuriyet Üniv., Sosyal Bilimler Enstitüsü Sağlık Turizmi Disiplinler Arası Yüksek Lisans Öğrencisi

feleri, waffle noktaları vb. birimler ana yemek hizmetinden daha fazla talep görmeye başlamıştır. Bu durumda yetişkinler ile birlikte çocuklar- da bu tarz beslenmeyi benimsemekte ve sağlıksız gıda tüketim miktarı artmaktadır.

Bu çalışma kapsamında konaklama işletmelerinde çocuklara hitap eden özel restoran ve büfelerde sunulan yiyeceklerin besin öğeleri ve kimyasal kompozisyonu incelenecek ve sağlık açısından durum değerlendirilmesi yapılacaktır.

Anahtar kelimeler: Beslenme, kanser, otel

GİRİŞ

Tarih boyunca insanlar, başlangıçta yiyecek elde etmek için sonrasında sağlık, din, merak gibi birçok nedenden dolayı seyahat etmiştir. Ticaretin gelişmesine paralel olarak hız kazanan turizm, zaman içinde devasa bir endüstri haline gelmiştir. Tüm ülkelerde turizm, birincil gelir yaratan endüstridir. Yalnızca seyahat değil aynı zamanda konaklama, restoran, rekreasyon işletmeleri ve pek çok yerel perakende işletmesi, gelir etkisi yaratır (Özdipçiner ve Soydaş, 2015 s.2).

Turizm işletmelerinde rekabet koşullarında fark yaratmak ve aynı zamanda tüketici sağlığını korumak önemli bir konudur. Bir tarafta ar- tan hizmet kalitesi ve rekabet koşulları var iken diğer tarafta tüketim ve hizmet alma konusunda daha seçici ve bilinçli bir konuk kitlesi bulunmaktadır. Bu durum turizm endüstrisinin işini daha da zorlaştırmaktadır (Güler ve Çobanoğlu, 1994 s.18).

Günümüzde çeşitli sebeplerden dolayı seyahat eden insanların talepleri zaman içinde önemli oranda değişiklik göstermiştir. Turizm endüstrisindeki gelişmeler ve ticari olarak rekabetin getirdiği yenilikler tüketicilerin taleplerini uç noktalara taşımıştır. Gerek konaklama gerek- se yeme içme noktasında çok farklı talep ve istekler turizm endüstrisini gelişmeye zorlayan faktörlerden birisidir. Artan tüketici bilinci sayesinde beslenme ve insan sağlığı arasındaki kuvvetli ilişki daha iyi anlaşıl- dığı için tüketiciler seyahat esnasında da beslenmesine ve tükettikleri gıdalara dikkat eder hale gelmiştir.

İnsanların hayati faaliyetlerini sürdürebilmesi için yeme içme, barınma gibi ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra güvenlik ihtiyaçlarını giderirler haliyle hangi sebepten olursa olsun seyahat esnasında da bireyler barınma ve yeme içme gibi tüm ihtiyaçlarında güvende olmak isterler.

Bundan dolayı turizm işletmeleri bireylerin her türlü güvenliklerini sağlamak durumundadırlar (Ayaz ve Aydın, 2017 s.137).

Otellerde Gıda Güvenliği

Otel işletmelerinde oda gelirlerinden sonra en yüksek geliri yeme-içme faaliyetlerinin getirdiği göz önünde bulundurulursa gıda temini, hazırlanması ve sunulmasının ekonomik değeri anlaşılabilir. Toplu gıda tüketimi ve turistik-ticari seyahatlerin artması, gıdaların uluslararası ticarete konu olması gibi birçok etken, en başta mikrobiyal kaynaklı olmak üzere, gıda güvenliğine ve insan sağlığına ilişkin riskleri artırmaktadır (Saner, 2012). Tüm yönleriyle gıda güvenliği, turizm gibi hassas sektörler için olmazsa olmaz bir faktördür. Bundan dolayı yeme-içme birimlerinde çalışan personelin önemli sorumlulukları vardır (Ayaz ve Aydın, 2017 s. 138). Bu sorumluluk, her bireyin kaliteli ve sağlıklı gıda tüketiminin en doğal hak oluşundan kaynaklanır (Cömert vd., 2008 s.22; Şanlıer, 2005 s. 101). Dünya genelinde gıda kaynaklı ortaya çıkan rahatsızlıkların ve salgınların büyük çoğunluğu gıda hazırlama prosedürlerine tam olarak uyulmamasından kaynaklanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2006 yılında hazırladığı rapora göre gıda kaynaklı rahatsızlıkların, yetersin pişirme, kişisel hijyen ve sanitasyon eksikliğinden kaynaklandığı belirtilmiştir (WHO, 2006). Gıda kaynaklı tehlikeler sadece mikrobiyolojik açıdan değil aynı zamanda fiziksel ve kimyasal yönden de ciddi riskler taşımaktadır. Ağırlaşan rekabet koşulları ve artan müşteri talepleri işletmelerin sağlıklı ve kaliteli hammadde temini konusunda çok zorlamaktadır. Konaklama işletmeleri gıda hammaddesi temininde ekonomik kaygılardan dolayı daha ucuz veya endüstriyel ürünler kullanmak durumunda dır. Ancak bu şekilde ki ev dışı tüketim maddelerinin temini konusunda karşımıza gıda katkı maddelerinin yoğun olarak kullanıldığı, kimyasal veya fiziksel olarak riskleri olan besin gruplarını karşımıza çıkarmaktadır. Örneğin hazır olarak temin edilip, pişirilerek sunulan hazır et ürünleri, süt ürünleri gibi birçok ürün koruyucu katkı maddesini yoğun olarak içermekte ve insan sağlığı için ciddi riskler taşımaktadır.

Otellerde Çocuk Büfeleri ve Menüleri

Değişen talepler doğrultusunda otel büfeleri ve menüleri de güncellenmiştir. Daha önceleri sadece beslenme ihtiyacını karşılamaya yönelik

olan otel büfeleri artık hem göze hem de damağa hitap etmektedir. Gastronomi alanındaki gelişmeler paralelinde otel menü ve büfeleri zenginleşmiştir. Otellerin yeme içme birimlerine baktığımızda ana restoranların yanında, alerjik gıda büfesi, diyet büfesi, özel beslenme büfeleri ve çocuk büfeleri sayılabilir. Belirtilen büfeler de çok çeşitli ürünler konukların tüketimine sunulmaktadır. Herhangi bir sebeple seyahat eden insanların bu süre zarfında keyif alarak beslenmesi hedef alınmıştır. Ancak son yıllarda insan sağlığı ve beslenme arasındaki ilişki bilincinin artması sonucunda konuklar mümkün olduğunca doğal veya organik gıda tüketimine yönelmiştir.

Çocuk menüleri incelendiğinde, çocuk ve adölesan gruptaki konukların severek tükettiği ancak sağlıklı olup olmadığı tartışılan birçok gıda vardır.

Çocuk büfelerinde bulunan bazı ürünler şunlardır:

- Kırmızı veya beyaz etten yapılan hamburgerler
- Farklı şekillerde hazırlanan patates kızartmaları
- Çeşitli pizzalar
- Genellikle beyaz etten yapılan nugget ve şinitzeller
- Köpük dondurmalar
- Sosisli ve salamli sandviçler
- Donut
- Renklendirilmiş pasta ve tatlılar
- Çeşitli cipsler
- Hazır sütlü tatlılar
- Gazlı içecekler
- Yağda kızartılmış çeşitli sebzeler özellikle soğan halkaları
- Jel şekerler
- Meyveli şuruplar

Çocuk Büfelerinde Bulunan Yiyecekler ve Taşıdığı Riskler

Konaklama işletmeleri, ekonomik kaygılardan ve rekabet koşullarından dolayı gıda hammaddeleri temini konusunda mümkün olduğunca ekonomik seçenekleri tercih etmektedir. İşletmeler artan gıda fiyatları ve piyasa koşullarından dolayı raf ömrü uzun, kolay bozulmayan ve tekrar değerlendirilebilme özellikleri olan gıda hammaddelerini temin etmektedir. Gıda üretim teknikleri ve kimya alanındaki gelişmelerle her türlü iş-

lenmiş/yarı işlenmiş gıda ürünlerini, olası bütün problemlerin önüne geçebilecek gıda katkı maddelerini bulmak oldukça kolay hale gelmiştir. Daha önceleri mutfaklarda hazırlanıp kullanılan sosların tamamına yakını ev dışı tüketim ürün kataloglarında yerini almıştır. Hal böyle olunca in- sanlar seyahat planlaması ve tercihi yaparken daha önceleri çok ta dikkat etmedikleri yeme içme faaliyetlerine ve konaklama işletmesi büfelerine daha detaylı inceler hale gelmiştir. Özellikle çocuklu aileler bu konuda oldukça dikkatli davranmaktadır. Daha bilinçli anne babalar, özellikle çocuklarının sağlıklı gıdalarla beslenmesine ve tükettikleri besinlerin temizlik, hijyen ve diğer gıda güvenliği şartlarına uyup uymadığını kontrol etmektedir.

Hazır gıdaların paketleri üzerinde, kullanım amaçlarına göre GKM'nin kategorileri, bunu izleyen özel adlar ve "E" numaraları ile belirtilir. "E" numaraları Avrupa Birliği ülkelerinde GKM'lerini pratik bir kodlama yöntemi olarak geliştirilmiştir. "E" numara sistemi ile GKM'nin temel işlevlerine göre sınıflaması şöyledir(TGM):

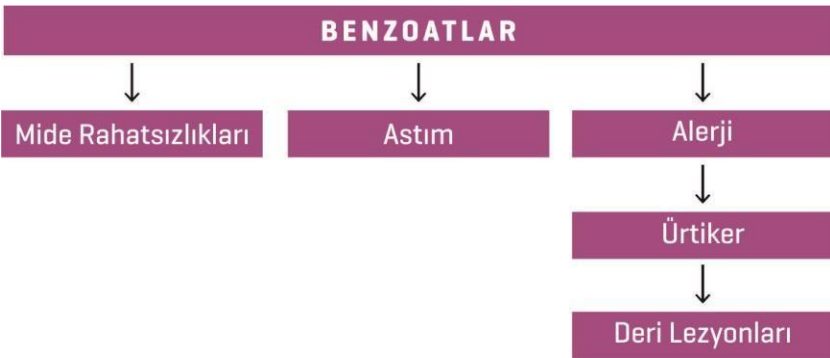
a. Renklendiriciler	E100-180
b. Koruyucular	E200-297
c. Antioksidanlar	E300-321
d. Emülsifiyer ve Stabilizatörler	E322-500
e. Asit-baz sağlayıcılar	E500-578
f. Tatlandırıcılar, koku verenler	E620-637
g. Geniş amaçlı GKM	E900-927

Konaklama işletmelerinde yapılan planlama çerçevesinde gıda hammaddelerinin satın alma, kontrol ve depolama işlemleri yapılır ve çeşitli mutfaklarda bu hamddelerden yiyecek ve içecekler hazırlanıp sunulur. Ancak Premium düzeydeki konaklama işletmelerinin haricinde otellerde birçok gıda hammaddesi hazır olarak alınmakta ve raf ömrü uzun ürünler tercih edilmektedir. Raf ömrünün uzun oluşu da koruyucu katkı maddesi ile sağlanmaktadır. Koruyucu gıda katkı maddeleri; bakteri, küf, maya ve mantar gibi mikroorganizmalardan kaynaklanan gıda bozulmalarının önüne geçmek için kullanılmaktadır. Gıda tüzüğünde 30 kadar koruyucunun kullanılmasına müsaade edilmektedir.

Çocuk ve yetişkin büfelerinin vazgeçilmez ürünü pizzalar ve et ürünlerinden hazırlanmış pidelerdir. Çocukların severek tükettiği işlenmiş et ürünleri incelendiğinde oldukça riskli olduğu anlaşılmaktadır. Sucuk, sa-

lam, sosis, jambon, tütsülenmiş et gibi birçok üründe nitrit ve nitrat kullanılmaktadır. Nitrit ve nitrat işlenmiş et ürünlerinde hem raf ömrünü hem de ürün kalitesini iyileştirmektedir ancak vücutta nitrozamin adı verilen zehirli bir bileşiğe dönüşmektedir. Nitrozamin ise birçok kanser türüne neden olmaktadır. Dünya sağlık örgütü tarafından zehirli ve kanser etkisi onaylanan bu maddelerin kullanımı pek çok Avrupa ülkesinde kısıtlanmış hatta Yeni Zelanda'da tamamen yasaklanmıştır. Finlandiya'da yapılan bir araştırmada; nitrat, nitrit ve N-nitrosodimetilamin (NDMA) alımı ile gastrointestinal kanserleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu kohort çalışma sonrasında NDMA alımının kolo-rektal kanser riskini arttırdığı, diğer maddelerinse kanser üzerindeki olumsuz etkisinin kanıtlanmadığı belirtilmiştir. Özellikle fazla bira tüketenlerde NDMA fazla oranda alındığı için kola-rektal kanser riski de yüksektir. Ayrıca belirgin olmamakla beraber baş-boyun kanserlerinde de hafif bir artış gözlenmiştir (Knekt, 1999).

Diğer bir koruyucu katkı maddesi grubu benzoatlardır. Benzoatlar meyve suları, turşu, ketçap, salça, gazlı içecekler, reçeller, margarinler, hazır ekmekler ve birçok üründe yaygın olarak kullanılmaktadır. Birçok yemeğin yanında veya fast food ürünlerinin yanında yoğun olarak kullanılan ketçap veya mayonez, hazır hamburger, tost veya sandviç ekmekleri ve ürünlerde kullanılan turşular, gazlı gazsız içecekler, birçok yemekte kullanılan salça ve margarinler yüksek miktarda benzoat grubu koruyucu katkı maddelerini içermektedir. Benzoatlar alerji, astım, ülser, mide yanması, egzema ve akne gibi rahatsızlara neden olabilmektedir. Özellikle sodyumbisülfite ile birleştiğinde astımı tetiklediği Dünya Sağlık Örgütü tarafından kanıtlanmıştır. Ürtiker, astım ve hiperaktivite benzoat katkılarının en çok sorumlu tutulduğu katkılardır (Göğüş, 2005 s. 194)



Katkı Maddesi	Sağlık Sorunu	Katılmasına İzin Verilen Besinler
E250-251 Nitrit ve Nitrat	Kansere neden olan nitrozaminleri oluşturur	Sucuk, salam, sosis, jambon vb. İşlenmiş et ürünleri
E223 Sodyum meta bisülfid	Astımlı hastalarda astım atağı Bakterilerde mutasyona neden olur Tiamini harap eder	Bisküvi, gofret, kek, kurabiye, patates cipsi-püresi ve sirke
E210 Benzoik Asit	Astım, deri döküntüleri, migren	Margarin, zeytin ezmesi, alkol-süz içecekler, reçel, jöle, bisküvi, gofret, kek kremleri, soslar ve ketçaplar
E627 Sodyum guanilat E631 Sodyum inosinat	Gutu şiddetlendirir	Et ürünleri, et suyu tabletleri, soyalı ürünler, hazır çorbalar
E621 Monosodyum glutamat	Baş dönmesi, çarpıntı Deney hayvanlarında beyin lezyonu "Çin Restoranı Sendromu"	Hazır çorbalar, et ürünleri, çerezler, patates cipsi, soslar

Tablo 1. Koruyucu ve antioksidan katkı maddelerinin sağlık üzerine etkileri (Bağcı, 1997 s.21)

Ürünlerin kalite kaybına ve duyuşsal özelliklerine olumsuz etkileri olan oksitlenmeyi engellemek için antioksidan katkı maddeleri kullanılmaktadır. Bilhassa yağ oranı yüksek cips, margarin, et ürünleri, bisküvi, kraker gibi ürünlerde kaliteyi korumak amacıyla BHA (bütillendirilmiş hidroksianisol) ve BHT (bütillendirilmiş hidroksitoluen) maddeleri kullanılır. Antioksidan olarak kullanılan BHA ve BHT mekanizması tam olarak açıklanamamakla beraber, kronik ürtikerde alevlenmelere neden olduğu bazı araştırmacılar tarafından açıklanmıştır (Goodman, 1990).

Birçok konaklama işletmelerinin tatlı ve unlu mamül büfelelerinde bulunan ürün çeşitlerinin büyük kısmını renkli tatlılar veya pastalar oluşturmaktadır. Bu ürünlerin büyük kısmında sentetik renk maddeleri kullanılmaktadır (Hastaoğlu, E., ve ark. 2018). Tablo 2'de sentetik renk maddeleri ve sağlık üzerine etkileri gösterilmiştir.

Katkı Maddesi	Sağlık Sorunu	Katılmasına İzin Verilen Besinler
E 102 Tartrazin	Astım Deri döküntüleri Migren	Hazır jöle karışımları, içecek tozları, şekerleme, karides konservesi, ithal edilen kek ve kurabiyeler
E 110 Sunset Yellow	Astım Deri döküntüleri Hiperaktivite	İçecek tozları, çerezler, hazır jöle karışımları, karides konservesi, şekerleme, aromalı bisküvi ve gofret kremaları
E 127 Eritrosin	Astım Deri döküntüleri Hiperaktivite	Aromalı pudingler ve sütler, bisküviler, gofret kremaları, şekerlemeler, içecek tozları, çerezler, hazır jöle karışımları
E 131 Paten Blue 5	Astım Deri döküntüleri Hiperaktivite	Şekerlemeler
E 132 İndigotin	Astım Deri döküntüleri	İçecek tozları, buzlu ürünler, şekerlemeler
E 150 Karamel	Bazı tipleri gen bozukluğuna neden olabilir. Vit B 6 düzeyini düşürebilir.	Alkolsüz içecekler, soslar, aromalı süt, bisküvi ve pudingler, şekerlemeler, gofret kremaları, hazır jöle karışımları, hazır çorbalıklar, buzlu ürünler, etsuyu tabletleri
E 124 Ponso 4R	Astım Deri döküntüleri Hiperaktivite	Hazır jöle karışımları, içecek tozları, şekerlemeler

Tablo 2. *Sentetik renk maddeleri ve sağlık üzerine etkileri (Bağcı, 1997 s.21)*

SONUÇ ve ÖNERİLER

Konaklama tesis büfelerinde hem göze hem damağa hitap eden yüzlerce çeşit besinlerin yapısı ve hammaddeleri dikkate alındığında özellikle çocuklar için riskli olduğu anlaşılmaktadır. Gayet masum gösterilen ürünlerde bile ciddi risk taşıyan gıda katkı maddeleri bulunmaktadır. Çocukların ve adölesan grubun severek tükettiği hamburger gibi birçok fast food çeşitlerinin ekmeği ve soslarını işletmeler hazır olarak tedarik etmektedir. Çeşitli pizzalarda ve sandviçler de kullanılan salam, sosis, sucuk ve jambon gibi işlenmiş et ürünlerinde koruyucu katkı maddesi olarak nitrit kullanılır ve nitritin akciğer kanserine sebep olduğu Dünya Sağlık Örgütü tarafından da kabul edilmiştir. Aynı şekilde ketçap, mayonez ve soslar koruyucu katkı

maddelerini yüksek oranda içerir. Her yaş grubunun severek tükettiği patates kızartmaları akrilamid denilen zehirli bileşiği gündeme getirirken aynı zamanda kızartma yağlarında oluşan trans yağ asitlerinin tehlikelerini karşımıza çıkarır. Albenisi yüksek göze hitap eden rengarenk tatlı ve şekerlemeler sentetik renk maddeleri içerir ve günümüz çocuklarında sık görülen hiperaktivitenin temel sebebi olarak gösterilmektedir. Sadece konaklama tesisleri değil günümüz beslenme tarzının problemleri olan bütün bu maddeler insan sağlığını bilhassa çocuk sağlığını tehdit etmektedir. Konaklama işletmeleri de rekabet koşullarından ve gıda fiyatlarından dolayı, raf ömrü uzatılmış, maliyeti düşük, orijinal yerine sentetik yollarla üretilen gıda hammaddelerini tercih ettiği için seyahat esnasında günlük hayatımızdan daha fazla gıda katkı maddesine maruz kalmaktayız.

Bu çalışmanın amacı ,Çocuk Dostu Turizm' kapsamında yapılacak yasal düzenlemelerle konaklama işletmelerinde sunulan yiyecek ve içeceklerin risklerinin azaltılması mümkün olabilecektir. Sağlığına ve beslenmesine dikkat eden bireylerin seyahat esnasında konaklama tesisi seçimlerinde yeme içmenin en önemli faktör olduğu bu dönemde doğal gıda hammaddelerini tercih eden işletmelerin fark yaratması ekonomik olarak bir seçim sebebi olabileceği düşünülmektedir. Özellikle çocuklu aileler çocuk dostu otelleri tercih etmelerindeki sebep hayatlarını kolaylaştıracak çözümlerin bu otellerde bulunmasıdır. Aynı şekilde sadece fiziksel imkanların çocuklara yönelik olması değil, büfelerde ki yiyecek ve içeceklerinde çocuk sağlığını tehdit etmemesi gerekir. Konaklama işletmeleri en azından çocuk büfelerinde daha doğal hammaddelerden üretilmiş gıdalar sunabilmelidir. Örneğin hamburger ve sandviç ekmekleri işletme içinde normal yollarla günlük üretilmeli, ya da köfteler işletme içinde üretilmeli. İşlenmiş et ürünleri tercih edilirken mümkün olduğunca fermente sucuk tercih etmeli veya işlenmiş et ürünleri daha az ve kontrollü şekilde kullanılmalıdır. Sentetik renk maddeleri yerine meyvelerden elde edilen, doğal veya doğala özdeş renk pigmentleri kullanılmalıdır. Birçok yemekte kullanılan ve ,Çin Tuzu' olarak bilinen MSG (monosodyumglutamat) yerine doğal baharatlar ve doğal aroma bileşenleri kullanılmalıdır. Her endüstriyel mutfakta bulunan ve toz halinde kullanımı kolay olan çeşniler yerine direk sebze ve etten üretilmiş fontlar kullanılmalıdır.

Sonuç olarak ,Çocuk Dostu Turizm' veya ,Çocuk Dostu Otel' kavramı turizm endüstrisinde en önemli konulardan biridir. Bu konuyla ilişkin

ivedi şekilde resmi kurumlar tarafından bir çalışma yapılması gerekmektedir. Çocuk Dostu Otel olabilmenin yasal zorunlulukları belirlenmeli ve güçlü bir denetim mekanizması oluşturulmalıdır.

KAYNAKLAR

- Ayaz, N. ve Aydın, A. (2017). Turizmde gıda güvenliği sürecinde hijyen davranışı üzerine bir araştırma, *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(2): 136-150.
- Bağcı, T. (1997) Gıda Katkı Maddeleri ve Sağlığımız Üzerine Etkileri, *Hacettepe Tıp Dergisi*; 28(1); 18-23.
- Cömert, M. Durlu-Özkaya, F.ve Şanlıer, N. (2008). Otellerde gıda güvenliği, *Türkiye 10. Gıda Kongresi*, 21-23 Mayıs 2008, Erzurum.
- Goodman, D. (1990) Chronic urticaria exacerbated by the antioxidant food preservatives, butylated hydroxytoluene (BHT) *Journal Allergy Clinical Immunology* October V:86 N:4.
- Göğüş, U. (2005) Sağlık İçin Doğru Gıda, 1. Baskı, Ankara, Pelikan Yayıncılık.
- Güler, Ç. ve Çobanoğlu, Z. (1994). Turist Sağlığı, Çevre Sağlığı Temel Kaynak Dizisi No:25, Ankara.
- Hastaoğlu, E., Can, Ö.P., Vural, H., (2018) The Effects of Colorants Used in Hotel Kitchens in Terms of Child Health, *European Journal of Science and Technology*, No. 14, pp. 10-16.
- Knekt, P. (1999) Risk of colorectal and other gastro-intestinal cancers after exposure to nitrate, nitrite and N-nitroso compounds: A follow-up study, *Int. Journal of Cancer*, v:80 s:852-856
- Özdipçiner, N. S., Soydaş, E. (2015) Turizm Endüstrisi ve Konaklama İşletmeleri, Otel İşletmeciliği, Editör Abdullah Karaman, 1. Baskı, Konya, Eğitim yayınevi.
- Saner, S. (2012). Ne yiyip? Ne içeceğiz?, <http://www.haberturk.com/saglik/haber/724287-ne-yiyip-ne-icecegiz> (23.01.2018).
- Şanlıer, N. (2005). Yerli ve yabancı turistlerin Türk mutfağı hakkındaki görüşleri, *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1): 213-227.
- World Health Organization (2006). Five keys to safer food manual. WHO Department of Food Safety, Zoonoses and Foodborne Diseases, http://www.who.int/entity/foodsafety/publications/consumer/manual_keys.pdf (20.01.2018).