



## Z Kuşağının Restoranlarda Sürdürülebilir Beslenme Farkındalığı ve Seçimleri Üzerine Bir Çalışma (A Study on Generation Z's Awareness of Sustainable Nutrition and Choices in Restaurants)

\* Havva GÖZGEÇ MUTLU <sup>a</sup> 

<sup>a</sup> Bandırma Onyedi Eylül University, Erdek Vocational School, Department of Management and Organisation, Department of Health Tourism Management, Balıkesir/Türkiye

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 21.03.2024

Kabul Tarihi: 05.09.2024

### Anahtar Kelimeler

Restoran

Sürdürülebilir beslenme

Z Kuşağı

### Keywords

Restaurant

Sustainable nutrition

Gen Z

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

### Öz

Çalışmanın amacı, Z kuşağının restoranlarda sürdürülebilir beslenme farkındalıklarını ve seçimlerini belirlemektir. Veriler, 15 Şubat 2024 ve 15 Mart 2024 tarihleri arasında Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Erdek Meslek Yüksekokulu'nda Sağlık Turizmi İşletmeciliği programında öğrenim gören ve aileleriyle yaşamayan 18 ve 27 yaş aralığındaki önlisans öğrencisi 38 katılımcıdan çevrim içi açık uçlu nitel sorularla toplanmıştır. Nitel veri analizi, MAXQDA 2018 yazılımında betimsel analiz ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar arasında sürdürülebilir beslenme algılarının farklılık gösterdiği, sürdürülebilir beslenme ve sürdürülebilir restoranlar konusunda bilgi eksikliği olduğu belirlenmiştir. Çoğu katılımcının restoran atıklarına duyarlı olduğu görülmüştür. Katılımcıların restoranlarda porsiyon kontrolü, kalan yiyeceklerin daha sonra tüketilmesi veya sokak hayvanlarını besleme gibi çevresel etkileri azaltıcı yönde davranışları olduğu belirlenmiştir. Sürdürülebilirlik açısından et tüketiminin azaltılmasının önemli olduğu kabul edilirken, çalışmanın sonuçlarına göre katılımcıların et tüketim tercihlerinin fast food, döner ve pide gibi yiyeceklere yönelik olduğu ve vegan beslenmeye karşı olumsuz bir tutum sergiledikleri belirlenmiştir. Bu çalışma restoran işletmecilerine önemli sürdürülebilir uygulama ipuçları sunduğu için önemlidir.

### Abstract

The aim of this study is to determine Generation Z's awareness and choices regarding sustainable nutrition in restaurants. Data were collected from 38 associate degree students, aged between 18 and 27, who study in the Health Tourism Management program at Bandırma Onyedi Eylül University's Erdek Vocational School and do not live with their families. The data were gathered through online open-ended qualitative questions between February 15, 2024, and March 15, 2024, and analyzed using descriptive analysis with MAXQDA 2018 software. The study found that perceptions of sustainable nutrition varied among participants, and there was a lack of knowledge regarding sustainable nutrition and sustainable restaurants. Most participants were sensitive to restaurant waste. They also exhibited behaviors aimed at reducing environmental impact, such as portion control, consuming leftovers later, or feeding stray animals in restaurants. While the importance of reducing meat consumption for sustainability was acknowledged, the results showed that participants preferred foods like fast food, döner, and pide, and had a negative attitude toward vegan diets. This study is considered important as it provides significant sustainable practice insights for restaurant operators.

\* Sorumlu Yazar

E-posta: hgozgec@bandirma.edu.tr (H. Gözgeç Mutlu)

DOI: 10.21325/jotags.2024.1460

## GİRİŞ

Sürdürülebilir beslenme kavramı insan sağlığından çevresel, ekonomik ve sosyo-kültürel boyutlara kadar farklı alanları dikkate alan bir yaklaşımdır (Mazzocchi vd., 2021). Bu yaklaşımda gıdaların tarladan sofraya gelene kadar ki süreçte sera gazı salınımı, su, arazi, enerji kullanımı ve atık gibi faktörler sürdürülebilirlikte önemli rol oynamaktadır (Olgun, Manisalı & Çelik, 2022). Sürdürülebilir beslenme, günlük yaşamın farklı alanlarında uygulanabilen bir yaklaşımdır. Bu alanlardan biri de yeme içme hizmeti veren restoranlardır.

Araştırmalar, tüketicilerin taze ve sağlıklı yemekler tüketmek ve restoranların sürdürülebilirlik önlemlerini desteklemekle giderek daha fazla ilgilendiğini göstermektedir (Pereira vd., 2023). Sürdürülebilirlik anlayışı, işletmeci tarafından olduğu gibi müşteri tarafından da benimsenmelidir. Gelişmiş ekonomilerde, en büyük gıda atığı akışının, gıda zincirinin sonundaki müşterilerin tüketim aşamasında meydana geldiği tespit edilmiştir (Dou vd., 2018). Özellikle kuşaklar bazında yapılan araştırmalar sürdürülebilir tüketimin anlaşılmasına yardımcı olmuştur.

10 yıl önce ABD pazarının önemli bir hedef kitlesini oluşturan Y kuşağı katılımcıların yüzde 41'i, sürdürülebilir gıdaların restoran seçimini etkilediğini belirtmiştir (Statista, 2014). Ancak günümüzde, yeni bir müşteri profili olan Z kuşağı ortaya çıkmıştır. Z kuşağı üyeleri genellikle 1997-2012 yılları arasında doğan kişileri kapsamaktadır ve küresel nüfusun yüzde 32'sini oluşturmaktadır (Dabija vd., 2019). Türkiye'de ise genç nüfus, toplam nüfusun %15,1'ini oluşturmaktadır (TÜİK, 2024). Ağustos 2022'de ABD'deki Z kuşağı üyelerinin yaklaşık yüzde 46'sı, gıda sürdürülebilirliğinin kendileri için çok önemli olduğunu belirtmiştir (Statista, 2023).

Z kuşağı bireyler, sürdürülebilir gıda hizmetini şekillendiren güçlü bir tüketici gücü olarak ortaya çıkmış olsa da onların restoranlardaki gıda israfı (Talwar vd., 2021), yerel ve organik ürün tüketim davranışları, daha az et tüketimine yönelik farkındalıkları ve seçimleri, atık ve ambalajlara yönelik tutumları hakkında çok az bilgi bulunmaktadır. Engin ve Sevim (2022) tarafından yapılan bir çalışmada, öğrencilerin en çok önem verdiği sürdürülebilir beslenme davranışının, tabaklarına aldıkları kadar gıdayı tüketmek olduğu belirlenmiştir. Kamenidou (2018) tarafından gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise, Yunanistan'da okuyan üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir gıda tüketim davranışının odak noktasının mevsimlik meyve ve sebze tüketimi ile yerel gıda satın alma ile sınırlı olduğu ortaya konulmuştur.

Bu bulgulardan hareketle, Z kuşağı üyelerinin sürdürülebilir beslenme konusunda duyarlı davrandığı anlaşılmaktadır. Ancak yapılan çalışmalar, sürdürülebilir beslenme kavramının tam olarak anlaşılmadığına ve konuyla ilgili daha fazla çalışma yapılması gerekliliğine vurgu yapmıştır (Babacık, 2023; Gülsöz, 2017; Van Bussel vd., 2022). Özellikle ulusal düzeyde yapılan ilgili çalışmalar, sürdürülebilir restoran işletmeciliği uygulamalarına (Apak & Gürbüz, 2022) ve yeşil restoran uygulamalarına (Çetinoğlu & Mesci, 2017; Güleç & Ünlüöner, 2022; Keşkeci & Gençer, 2023; Yazıcıoğlu & Aydın, 2018) odaklanmıştır. Hilaloğulları ve diğerleri (2022) ise yeşil restoran uygulamalarının müşterilerin memnuniyetleri ve davranışsal niyetleri üzerindeki etkilerini incelemiştir. Fakat literatürde müşterilerin restoranlardaki sürdürülebilir beslenmeye yönelik farkındalık ve seçimleri üzerine yapılmış yeterli çalışmaya rastlanamamıştır.

Bu nedenle, günümüzde önemli bir müşteri grubunu oluşturan Z kuşağının sürdürülebilir beslenme farkındalıkları ve seçimlerini belirlemek çalışmanın amacı haline gelmiştir. Bu doğrultuda, çalışma nitel bir desende gerçekleştirilmiştir.

## Kavramsal Çerçeve

Sürdürülebilirlik, kaynakların gelecek nesillerin ihtiyaçlarını karşılayabilme kapasitesini tehlikeye atmadan, mevcut nesillerin ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlayan bir kalkınma ve yaşam biçimi anlayışıdır. Bu kavram, çevresel, ekonomik ve sosyal boyutları içerir ve uzun vadeli ekolojik dengeyi korumayı hedeflemektedir (Brundtland, 1987).

## Restoranlarda Sürdürülebilir Beslenme

Sürdürülebilir beslenmeye doğru atılan her adım, gıda üretiminde kaynak kullanımını minimize eder, biyoçeşitliliği korur, sera gazı salınımını önler, paketli ve enerji yoğunluğu yüksek gıdaların tüketimini azaltır ve en önemlisi gıda israfını ortadan kaldırır (Olgun, Manisalı & Çelik, 2022). Güleç & Ünlüönen (2022) yaptıkları çalışmada, gıda atıklarının en çok taze sebze ve meyve kabuklarından oluştuğunu, gıda atıklarının oluşum nedenleri arasında açık büfelerin önemli bir rol oynadığını ve en fazla su tüketiminin mutfakta ürün hazırlığı sırasında gerçekleştiğini belirtmişlerdir. Benzer olarak fast food restoran endüstrisi de büyük miktarda su ve enerji tüketerek ve tonlarca atık üreterek çevresel bozulmaya yol açtığı (Rehman, Pal & Bukahri, 2022) ve bu restoranlardaki gıdaların yaklaşık dörtte üçünün et içerikli olduğu belirtilmiştir (Dunn vd., 2021).

Bu kapsamda, restoranların çevreye duyarlı bir iş modelini benimsemesi, doğal kaynakları koruma, atık yönetimi, su ve gıda atıklarını en aza indirme gibi konularda çeşitli önlemler alması gerekmektedir. Bu perspektiften bakıldığında, restoranların sürdürülebilir uygulamalarının yerel üretimi desteklemesi ve organik gıda tüketimini artırması beklenmektedir (Keşkekci & Gençer, 2023). Bunların yanında, restoran endüstrisinde daha sürdürülebilir ve çevre dostu paketleme malzemeleri konusu ortaya çıkmıştır. Şu ana kadar en çok kullanılan dört paketleme malzemesi; kağıt/karton, plastik, metal ve camdır. Bunlara ek olarak, yükselen doğada çözülebilir paketleme malzemeleri de kullanılmaktadır. Doğada çözülebilir malzemelerin, paketlemede teknoloji ve destek ilerledikçe daha iyi bir çözüm olacağı düşünülmektedir (Cheung, 2021).

Müşterilerin restoranlarda sürdürülebilir seçimleri, sektördeki sürdürülebilirlik çabalarını daha etkili kılacak önemli bir faktördür. Yapılan bir çalışma dünya genelinde tüketicilerin restoranların sürdürülebilir uygulamalarına ilişkin benzer algılara sahip olduklarını göstermiştir. Müşterilerin ziyaret ettikleri restoranlarda en çok gözlemledikleri sürdürülebilir uygulamalar, müşteriler için sağlık protokollerini uygulama, müşteri hizmeti için açık alanlar bulundurma, yerel/bölgesel meyve suları sunma, çift çekmeli tuvalet valfi kullanma ve doğal havalandırma kullanmadır. Müşterilerin restoran seçimi için ana faktörleri ise: hizmet, konfor, bekleme süresi, ambiyans, konum, menü çeşitliliği, fiyat ve yerel/bölgesel mutfak olarak belirlenmiştir (Pereire vd., 2023).

## Z Kuşağı'nın Sürdürülebilir Beslenme Davranışları

Sürdürülebilir beslenme, meyve, sebze, tam tahıllar, baklagiller, fındık ve zeytinyağı gibi bitki bazlı gıdalara vurgu yapan diyet modellerini içerirken, hayvansal gıdaları, doymuş yağları ve şekerleri sınırlamaktadır. Bu tür diyet modellerine örnek olarak Akdeniz, Barilla Çift Piramit, DASH, Yeni Kuzey, vejetaryen, vegan ve fleksitarian diyetleri verilebilir (Olgun, Manisalı & Çelik, 2022). Sürdürülebilir beslenmeye yönelik yapılan bir çalışmada suçluluk ve gururun Z kuşağının sürdürülebilir beslenme kapsamında geleneksel et tüketiminden bitkisel proteine geçme kararını önemli ölçüde etkilediği belirlenmiştir (Mahasuweerachai vd., 2023). Aile ve sosyal çevre gibi öznel normlar da Z kuşağının gıda atığına yönelik sürdürülebilir davranışlarında önemli rol oynamıştır (Kristia vd., 2023).

Ayrıca, Z kuşağı bireylerin evdeyken seyahat ettikleri zamanlardan daha sürdürülebilir beslenme alışkanlıklarına sahip oldukları ortaya konmuştur (Orea-Giner & Fusté-Forné, 2023).

Z kuşağı katılımcıların neredeyse yarısı kendilerini sürdürülebilir tüketiciler olarak tanımlamaktadır. Bu katılımcıların yaklaşık üçte birinin çevre dostu ürünlere daha fazla harcama yapmaya istekli oldukları belirlenmiştir (Statista, 2023). Yüksek çevre bilincine ve orta düzeyde ekolojik farkındalığa sahip Z kuşağı tüketiciler gıda satın alırken daha fazla çevre dostu ve sağlıklı ürün özelliklerini, düşük çevre bilincine sahip Z kuşağı tüketicilerin ise daha çok fiyat ve kolaylık gibi dışsal ürün özelliklerini dikkate aldıkları tespit edilmiştir (Su vd., 2019). Ek olarak Z kuşağı bireylerin çevresel bilgiye ve etik gıda seçimlerine dair farkındalığa sahip oldukları ve sürdürülebilir gıda tüketiminin bireysel ve toplumsal refahı artırdığına inandıkları, ama bu bireylerin gıda tüketiminin sürdürülebilirliği ile ilgili farkındalık düzeyinin zaman ve bütçe gibi faktörlerle sınırlı olduğu belirlenmiştir (Orea-Giner & Fusté-Forné, 2023).

## Yöntem

Çalışma, Z kuşağının restoranlarda sürdürülebilir beslenme farkındalığı ve seçimlerini anlamayı amaçlamaktadır. Bu doğrultuda çalışmada nitel araştırma yöntemi seçilmiştir.

### Nitel Çevrim içi Soru Formu Tasarımı ve Veri Toplama Süreci

Z kuşağı ve Y kuşağının yüzde 65'inin yüz yüze iletişim yerine daha çok dijital iletişim kanallarını kullandıkları belirlenmiştir. Bu oranın, İngilizce konuşulan ülkelerde daha da yüksek olduğu, katılımcıların ABD'de yüzde 73.7'sinin ve İngiltere'de yüzde 74.4'ünün iletişim için daha çok dijital kanallara güvendikleri ve bu dijital iletişim tercihinin özellikle mesajlaşmaya yönelik olduğu belirlenmiştir (LivePerson, 2017). Benzer olarak Rue (2018), Z Kuşağı'nın yüz yüze iletişim yerine mesajlaşmayı tercih ettiklerini belirtmiştir. Bu bulgular ışığında bu çalışmada Z kuşağı ile yazarak iletişim kurmanın daha mantıklı olacağına karar verilmiştir. Bu nedenle nitel görüşme formlarındaki soruların çevrim içi kanallarla katılımcılara iletilmesi uygun bulunmuştur.

Çevrim içi nitel soru formları, nitel araştırmacıların ilgilendiği bağlamın kapsamlı açıklamalarını sağlayabilmektedir (Braun et al., 2021). Bu tür soru formları, herkesin aynı sırayla aynı soruları aldığı, katılımcıların önceden belirlenmiş cevap seçeneklerini seçmek yerine düşüncelerini kendi kelimeleriyle girdiği, kendi kendine yönetilen veri toplama araçlarıdır (Clarke & Braun, 2013). Bireysel yanıtların kısa olması durumunda bile, çevrim içi nitel soru formundan elde edilen veriler zenginlik ve derinlik sunmaktadır (Braun et al., 2021).

Kozak, (2018, s. 97) görüşme sorularını yazarak cevaplama yöntemini “açık uçlu soru formu” olarak adlandırmıştır. Bu yöntem nitel araştırma yöntemlerinde bir veri toplama aracı olarak kullanılmaktadır. “Bu soru formları bir bakıma görüşme yönteminin yazılı hale getirilmiş biçimidir. Soru yazılı olarak açık uçlu hazırlanmakta ve katılımcıların da yanıtlarını aynı form üzerinde yazılı olarak vermeleri istenmektedir. Merak ettiğiniz bir konuda soru yönelttiğiniz kişilerin anlamlı yanıtlar verebileceği soru tipidir. Bu yöntemle konu hakkında ayrıntılı bilgiye sahip olunmaktadır...Genellikle zaman ya da iletişim sorunu olduğunda kullanılan bu formlar, konu hakkında ayrıntılı bilgiye ulaşmayı sağlarken; kısa ve yorumlanabilir sonuçlara da götürmektedir (Kozak, 2018, s. 97).”

Literatür ve çalışmanın amacı doğrultusunda 2 adet filtre soru, 6 adet demografik soru ve 9 adet açık uçlu soru içeren soru formu hazırlanmıştır. Bu soru formu “Google formlar” aracılığıyla çevrim içi soru formuna dönüştürülmüştür. Z kuşağı ile kolay iletişim kurmak ve katılımcı sayısını artırmak için çevrim içi nitel soru formları

veri toplama aracı olarak seçilmiştir. Bu çevrim içi görüşme soru formları çalışma grubunun e-posta adreslerine gönderilmiştir. Katılımcıların formdaki soruları sırayla yazarak cevaplaması istenmiştir. Öncelikle, Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Erdek Meslek Yüksekokulu'nda Sağlık Turizmi İşletmeciliği programında öğrenim gören ve aileleri ile yaşamayan 18 ve 27 yaş aralığındaki önlisans öğrencisi olan 15 katılımcıya pilot çalışma uygulanmıştır. Katılımcılardan gelen cevaplar doğrultusunda sorularda revizyonlar yapılarak soru formunun son hali oluşturulmuştur. Soru formunun son hali ve faydalanılan referanslar Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Çevrim içi açık uçlu soru formu ve desteleyen kaynaklar

Araştırma Soruları (AS)	Kaynaklar
Üniversite okuduğunuz şehirde ailenizle mi yaşıyorsunuz? Cevabınız “Evet” ise devam etmeyiniz. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
Ayda en az bir kez de olsa restoranda yemek yer misiniz? Cevabınız “Hayır” ise devam etmeyiniz. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
Katılımcılar ile ilgili genel bilgi verici sorular	(Cheung, 2021; Mahasuweerachai vd., 2023; Su vd., 2019)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinsiyet:</li> <li>• Yaş:</li> <li>• Aylık dışarıda beslenmeye harcadığımız bütçe nedir?</li> <li>• Dışarıda yemek yemek için tercih ettiğiniz restoranlar hangileridir? Lütfen türlerini yazınız?</li> <li>• Restoranlarda hangi besin grubunu daha çok tercih edersiniz? İşaretleyiniz.</li> <li>• Restoranlarda çevre dostu olduğunu düşündüğünüz ambalajlar hangileridir?</li> </ul>	
Sürdürülebilir Beslenme İle İlgili Farkındalıklar ve Seçimler	
1. Sızce sürdürülebilir beslenme nedir?	(Su vd., 2019)
2. Sürdürülebilir beslenme konseptli restoranlar hakkında ne kadar bilgi sahibisiniz? Siz bu restoranları nasıl tanımlarsınız?	
Gıda Kaynaklarına Duyarlılık	
3. Menüde yer alan ürünlerin sürdürülebilir kaynaklardan (yerel, organik, mevsimlik ürün, gıda porsiyonuna dikkat edilmiş olması, adil ticarete uygun olması, dikkatli enerji kullanımına uyumlu olması) gelmesi sizin için önemli mi? Eğer öyleyse, bu tercihinizle ilgili daha fazla detay verir misiniz?	(Kamenidou, 2018; Mahasuweerachai vd., 2023; Mylan, 2018)
Vejetaryen ve Vegan Beslenme	
4. Vejetaryen veya vegan beslenmeye ilginiz var mı? Bu tercihiniz sürdürülebilirlikle ilgili midir?	(Mahasuweerachai vd., 2023; Mylan, 2018)
5. Restoranlarda daha fazla vejetaryen veya vegan seçenek olmasını ister misiniz?	
Gıda İsrafına Karşı Tutum	
6. Gıda israfını önlemek adına restoranlarda alınabilecek önlemler hakkında ne düşünüyorsunuz? Neler yapılabilir?	(Engin & Sevim, 2022)
7. Siz bireysel olarak restoranlarda gıda israfını önlemek için hangi yollara başvuruyorsunuz?	
Sıfır Atık ve Ambalaj İçeriği	
8. Restoranların sıfır atık politikaları ve çevre dostu ambalajlar kullanımı sizin için önemli mi? Önemliyse detaylandırınız.	(Cheung, 2021; Dou vd., 2018; Güleç ve Ünlüönen, 2022)
Teknoloji Kullanımı	
9. Sızce restoranlarda teknoloji ile nasıl sürdürülebilirlik sağlanabilir?	(Mancheva-Ali & Lilov, 2018)

## Çalışma Grubu

İlk olarak, Z kuşağı katılımcıları Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Erdek Meslek Yüksekokulu'nda Sağlık Turizmi İşletmeciliği programında öğrenim gören, 18-27 yaş aralığında olan ön lisans öğrencilerinden seçilmeye karar verilmiştir. Çalışma grubunun tek bir programdan seçilmiş olması öğrencilere ulaşım kolaylığı sağlamış ve veri toplama sürecini hızlandırmıştır. Bu bölümün 1. ve 2. sınıf toplam öğrenci sayısı 150’dir (yokatlas.yok.gov.tr). Seçilecek olan çalışma grubunun büyük çoğunluğu, ailelerinden ayrı yaşadıkları için beslenme tercihlerinden büyük oranda kendileri sorumludur. Bu noktada, bu grubun sürdürülebilir beslenme farkındalıklarına ve seçimlerine yönelik

elde edilen veriler, doğru verinin elde edilmesini sağlayacaktır. Bu nedenle örnekleme yöntemi olarak amaçsal örnekleme yöntemi seçilmiştir. Amaçsal örnekleme, çalışmanın amacına bağlı olarak bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına imkân vermektedir (Büyüköztürk vd., 2018). Nitel araştırmalarda büyük gruplar yerine, araştırmanın amaçlarını karşılayan, detaylı veri sunabilecek örneklemin belirlenmesi gerekli görülmektedir (Coyne, 1997).

Çevrim içi nitel soru formları, 15 Şubat 2024 ile 15 Mart 2024 tarihleri arasında 150 Z kuşağı öğrencisinin e-posta adresine gönderilmiştir. Katılımcılar, cevaplamaya başlamadan önce çevrim içi soru formunun açıklama kısmında bulunan bilgilendirme metnini okumuş ve onam vermişlerdir. Daha sonra 2 filtre sorusuna da istenen cevapları veren ve formdaki soruları yanıtlayan 38 katılımcı araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcılar K1, K2.....K38 şeklinde kodlanmıştır. Katılımcıların profilleri Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların Profilleri

Katılımcı Kodu	Cinsiyet	Yaş	Aylık dışarıda beslenmeye ayrılan bütçe (TL)	Restoran türü tercihi	Restoranlarda besin grubu tercihi	Restoranlarda çevre dostu ambalaj tercihi
K1	Erkek	21	3500	Köfteci, pideci, dönerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık	Cam, Metal, Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K2	Erkek	19	2000	Kebapçı	Kırmızı et, Sebze	Cam, Metal
K3	Kadın	20	1000	Dönerci, hamburgerci, pideci, çiğköfteci, kokoreççi	Kümes hayvanları, Balık, Sebze	Cam, Metal, Plastik, Karton/kağıt
K4	Erkek	18	3000	Dönerci, pideci, pilavcı	Kırmızı et, Balık	Cam, Metal, Plastik, Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K5	Kadın	18	2000	Dönerci, çiğ köfteci, kebabçı	Kümes hayvanları	Cam
K6	Erkek	20	10000	Kebabçı, hamburgerci, alkollü mekanlar	Kırmızı et, Balık	Cam, Metal, doğada çözünebilir madde
K7	Kadın	21	2000	Pideci, tostçu, dönerci, lokanta	Balık, Kurubakliyat	Plastik, Karton/kağıt
K8	Erkek	18	200	Dönerci	Kümes hayvanları	Cam
K9	Kadın	18	1500	Pilavcı, dönerci, hamburgerci, pideci, pastaneler	Kırmızı et, Sebze	Cam, Karton/kağıt
K10	Kadın	18	2000	Dönerci, lahmacun	Kümes hayvanları	Karton/kağıt
K11	Erkek	19	1000	Dönerci	Kırmızı et, Balık	Cam, Karton/kağıt
K12	Erkek	20	8000	Kebabçı, hamburgerci	Kırmızı et, Balık	Cam, Metal
K13	Erkek	18	4000	Çiğ köfteci	Kırmızı et	Karton/kağıt
K14	Erkek	18	3000	Pideci, kebabçı	Kırmızı et	Cam, Metal, Plastik, Karton/kağıt
K15	Erkek	19	1200	Dönerci, pizzacı, hamburgerci	Kırmızı et, Kurubakliyat	Cam, Karton/kağıt
K16	Erkek	18	400	Hamburgerci ev yemekleri	Balık, Kurubakliyat, Sebze	Metal, Plastik, Karton/kağıt
K17	Erkek	19	14000	Kebabçı ve pideci.	Kırmızı et	Cam
K18	Kadın	22	1500	Hamburgerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık	Cam, Plastik, Karton/kağıt

**Tablo 2.** Katılımcıların Profilleri (devamı)

K19	Erkek	20	5500	Pideci, dönerci, çorbacı	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık	Cam, doğada çözünebilir madde
K20	Kadın	19	4000	Çiğ köfteci	Sebze	Karton/kağıt
K21	Erkek	18	500	Dönerci, çiğ köfteci, hamburgerci,	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık	Cam, Metal
K22	Kadın	19	500	Pizzacı, sebze ağırlıklı restoranlar	Sebze	Cam
K23	Erkek	20	5000	Pizzacı hamburgerci ve dönerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları	Karton/kağıt
K24	Kadın	22	5000	Pizzacı, hamburgerci, pideci	Kümes hayvanları	Cam, Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K25	Erkek	20	15000	Kebapçı	Kırmızı et, Balık	Cam
K26	Kadın	20	2000	Hamburger, pide	Sebze	Plastik, Karton/kağıt
K27	Kadın	19	3000	Dönerci, lahmacuncu, pilavcı, makarnacı	Kümes hayvanları	Cam, Metal, Plastik, Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K28	Erkek	19	15000	Köfteci, pideci, kebabçı hamburgerci dönerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları	Cam, Metal
K29	Kadın	19	700	Pideci, kebabçı, dönerci	Kurubakliyat, Sebze	Cam, Karton/kağıt
K30	Erkek	21	5000	Köfteci, pideci, kebabçı hamburgerci dönerci, ev yemekleri	Kırmızı et, Balık	Cam, Metal
K31	Kadın	19	2000	Dönerci	Kümes hayvanları, Kurubakliyat, Sebze	Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K32	Kadın	19	700	Pideci, dönerci, hamburgerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık	doğada çözünebilir
K33	Kadın	20	2000	Hamburgerci	Kurubakliyat, Sebze	Karton/kağıt, doğada çözünebilir madde
K34	Kadın	23	2000	Dönerci	Kırmızı et, Kümes hayvanları, Balık, Sebze	Cam
K35	Kadın	22	750	Dönerci, çiğ köfteci	Kırmızı et	doğada çözünebilir madde
K36	Kadın	20	750	Ev yemekleri, hamburgerci	Kırmızı et, Balık, Kurubakliyat, Sebze	Cam, Plastik, Karton/kağıt
K37	Kadın	19	1000	Dönerci, çiğ köfteci, hamburgerci	Kümes hayvanları	Cam
K38	Kadın	23	800	Hamburgerci	Balık, Sebze	Cam, Metal, Plastik, Karton/kağıt

Katılımcıların hepsi Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Erkek Meslek Yüksekokulu'nda Sağlık Turizmi İşletmeciliği programının 1. ve 2. sınıfında öğrenim görmektedir. Tablo 2'ye göre katılımcıların 18'i erkek 20'si kadındır. Araştırmaya katılan 19 yaşındaki katılımcıların sayısı 12, 18 yaşındaki katılımcıların sayısı 9, 20 yaşındaki katılımcıların sayısı 9, 21 yaşındaki katılımcıların sayısı 3, 22 yaşındaki katılımcıların sayısı 3 ve 23 yaşındaki katılımcıların sayısı 2'dir. Katılımcıların dışarıda beslenmeye ayırdıkları bütçe ise şu şekildedir: 6 katılımcı 0-1.000 TL arasında bir bütçeye, 15 katılımcı, 1.001-3.000 TL arasında bir bütçeye, 7 katılımcı 3.001-6.000 TL arasında bir bütçeye, 3 katılımcı 6.001-10.000 TL arasında bir bütçeye ve 7 katılımcı 10001 ve üzeri bir bütçeye sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 2'de katılımcıların restoranlarda tercih ettiği besin grupları incelendiğinde 23 katılımcı kırmızı eti, 20 katılımcı kümes hayvanlarını, 22 katılımcı balığı, 14 katılımcı sebzeyi ve 7 katılımcı kuru bakliyatı tercih ettiğini ifade etmiştir. Katılımcılar birden fazla tercihini belirttiği için toplam sayısı katılımcı sayısından yüksek çıkmaktadır.

Katılımcılar arasında tercih edilen restoran türlerinin sıklıkları incelendiğinde, en yüksek tercih edilen seçeneğin dönerci olduğu görülmektedir. Dönerci, toplamda 16 kez tercih edilmiştir. Hamburgerci 11 kez, kebabçılar ve pideciler, 9'ar kez çiğ köfteci 7 kez, ev yemekleri 5 kez, pilavcılar ve pizzacılar 4'er kez, lahmacuncular ve köfteciler 2'ser kez, tostçular, lokantalar, pastaneler, çorbacılar, makarnacılar, alkollü mekanlar ve sebze ağırlıklı restoranlar ise 1'er kez tercih edilmiştir.

### **Analiz**

Öncelikle, 38 katılımcıya ait cevaplar Google formlardan Excel formatında dışarıya aktarılmıştır. Ardından katılımcı cevapları Word dosyasına aktararak derlenmiştir. Her bir katılımcı için bir Word belgesi hazırlanmıştır. Katılımcılar K1, K2... şeklinde kodlanmıştır. Cevaplar gözden geçirilerek imla hataları düzeltilmiştir. Ardından, ikinci aşamada, katılımcıların restoranlarda sürdürülebilir beslenme farkındalıkları ve seçimlerini değerlendirmek için MAXQDA 2018 paket programı kullanılarak nitel veriler betimsel analiz ile analiz edilmiştir.

Betimsel analiz, çeşitli veri toplama teknikleriyle elde edilen verilerin belirlenmiş temalara göre özetlenmesi ve yorumlanmasını içeren bir nitel veri analizi türüdür. Bu tür analizde, araştırmacı görüştüğü veya gözlemlediği bireylerin görüşlerini doğrudan alıntılarla aktararak vurgulayabilmektedir. Ana hedef, bulguların okuyucuya özetlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde sunulmasıdır (Yıldırım & Şimşek, 2003). Bu doğrultuda, analizler gerçekleştirilmiş ve literatürle uyumlu ana temalar belirlenmiştir. Bu temalar altında, katılımcılardan gelen yanıtlar kategorize edilmiştir. Kategorilere ayırma işleminden sonra, bulguları desteklemek amacıyla katılımcılardan sıkça doğrudan alıntılar yapılmıştır.

### **Geçerlilik ve Güvenilirlik Stratejileri**

Nitel araştırmaların güvenilirliğin sağlanmasındaki temel ölçütler; çalışmanın kiminle yapıldığı, kaç kişiyle yapıldığı ve kaç soru ile ne zaman ve nerede yapıldığını kapsamaktadır (Whittemore, Chase & Mandle, 2001). Bu çalışma Z kuşağını temsil eden 18-27 yaş grubunda ailesi ile yaşamayan, Bandırma Onyedü Eylül Üniversitesi, Erdek MYO'da, Sağlık Turizmi İşletmeciliği programında öğrenim gören, 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden oluşan 38 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir (Tablo 2). Çevrim içi açık uçlu nitel soru formları aracılığıyla 15 Şubat 2024 ve 15 Mart 2024 tarihleri arasında katılımcı görüşleri toplanmıştır. 6 demografik ve 9 açık uçlu soru sorulmuştur (Tablo 1). Ayrıca katılımcılardan doğrudan alıntılar yapmak araştırmanın güvenilirliğini artırmıştır (Kozak, 2018). Çalışmanın bulgular ve tartışma kısmı altında sıklıkla katılımcılardan doğrudan alıntılar yapılmıştır.

Araştırmanın iç geçerliliği elde edilen verilerin iki farklı kişi tarafından incelenmesi ve karşılaştırılması ile artırılabilir (Büyüköztürk vd., 2018). Bu çalışmada araştırma verilerinin bulunduğu excel tablosu ile araştırmacının verileri sunma şeklinin karşılaştırılması için bağımsız bir uzmana başvurulmuştur. Uzman ham veriler ile sunulan verileri tutarlı bulmuştur. Nitel araştırmaların dış geçerliliğini sağlamada veriler, kategoriler, analizler gibi aşamaların her biri iyi tanımlanırsa diğer araştırmacıların sonuçları anlaması ve başka ortamlarda benzer çalışmalar yapması kolaylaşır (Büyüköztürk vd., 2018). Bu çalışmanın yöntem kısmında aşamalar ayrıntıları ile anlatılmış, diğer araştırmacılara kolaylık sağlanmıştır.



## Bulgular ve Tartışma

### Sürdürülebilir Beslenme ve Sürdürülebilir Restoran Algısı

Katılımcıların verdiği cevaplar doğrultusunda elde edilen ilk bulgular, katılımcıların sürdürülebilir beslenme hakkındaki algılarının farklı olduğunu göstermiştir. Sürdürülebilir beslenme, "dengeli ve sağlıklı beslenme", "çevresel etki ve ekonomik erişilebilirlik", "düzen ve alışkanlık", ve "bilgi eksikliği ve belirsizlik" şeklinde gruplandırılmıştır. Bu kategoriler altında değerlendirilen bazı katılımcı cevapları şöyledir:

*“Yeterli düzenli ve dengeli beslenmeyi genel anlamda devam ettirmek”* (K1, Erkek).

*“Bence, besleyici, güvenli, sağlıklı, ekosistemi koruyucu, ulaşılabilir, adil, ekonomik olarak erişilebilir, doğal kaynaklı yaşam biçimi”* (K18, Kadın).

*“Şeker, tuz ve katkı maddeleri içeren besinleri azaltmak ve doğal ve evde hazırlanan besinleri tercih etmek”* (K38, Kadın).

Katılımcı yanıtlarından öne çıkan önemli bir bulgu sürdürülebilir beslenme ifadesinin belli bir düzende, aynı yiyeceklerle beslenme şekli olarak algılanmasıdır. Bazı katılımcılar da konu hakkında bilgi sahibi olmadığını ifade etmiştir. Araştırma sonucunda Z kuşağı katılımcıların sürdürülebilir beslenme hakkındaki bilgi eksikliği önceki literatürü (Babacık, 2023; Van Bussel vd., 2022; Gülsöz, 2017) destekler niteliktedir. Bu bulguları destekler örnek katılımcı yanıtları aşağıdaki gibidir:

*“Sürekli aynı düzende aynı yemekleri yemek”* (K10, Kadın).

*“Devamlı aynı yiyeceklere sadık kalma”* (K24, Kadın).

*“Bilmiyorum”* (K29, Kadın).

Katılımcıların sürdürülebilir restoranlar hakkındaki bilgi ve algılamaları ise "sağlıklı beslenme", "doğal ve organik", "çevresel duyarlılık" ve "bilgi eksikliği" şeklinde kategorize edilmiştir. Katılımcıların yaklaşık yarısı bilgi sahibi olmadığını ifade etse de bazıları sürdürülebilir restoranların ne ifade ettiği hakkında görüş bildirmiştir. Kategorileri oluşturan katılımcı yanıtlarına bazı örnekler aşağıdaki gibidir:

*“Bilgi sahibi değilim ama muhtemelen sağlıklı yiyeceklerin servis edildiği restoranlardır”* (K8, Erkek).

*“Doğal organik işletmeler”* (K7, Kadın).

*“Hayvansal kaynaklı proteinlerin yerine bitkisel protein kaynaklarının tercih edildiği restoranlardır diye düşünüyorum”* (K16, Erkek).

### Gıda Kaynaklarına Duyarlılık

Katılımcıların, restoran menülerinde yer alan yiyeceklerin sürdürülebilir kaynaklardan gelmesine duydukları hassasiyet farklılık göstermektedir. Genel olarak katılımcı cevapları analiz edildiğinde katılımcıların çoğunluğunun bu konu hakkında “bilgi sahibi olmadığı ve önemsemediği”, gıda tercihlerinde sürdürülebilir kaynakların çok etkili olmadığı belirlenmiştir. Buna karşın, 10 yıl önce ABD’de yapılan bir araştırmada, Y kuşağı katılımcılarının yüzde 41’inin sürdürülebilir gıdaların restoran seçimini etkilediği saptanmıştır (Statista, 2014). Bu çalışmada ise Z kuşağı katılımcıların çoğunluğunun, restoranlardaki gıda seçimlerinde sürdürülebilir kaynakların etkisinin düşük olduğu belirlenmiştir. Bu yöndeki bazı katılımcı görüşleri şu şekildedir:

*"Benim için pek önemli değil, damak tadına uygun olanı yerim"* (K11, Erkek).

*"Herkes için önemli olmalıdır, fakat ben pek dikkat etmiyorum yediklerimin lezzetli sunumu güzel ve kaliteli olması beni cezbeder"* (K18, Kadın).

Katılımcıların gıda kaynakları ile ilgili yanıtları "bilgi eksikliği ve önemsememe", "yerel, organik ve mevsimlik ürünler", "güvenilirlik" ve "sağlık" şeklinde kategorize edilmiştir. Benzer olarak Yunanistan'da okuyan üniversite öğrencilerinin sürdürülebilir gıda tüketim davranışının odak noktası mevsimlik meyve ve sebze tüketimi ile yerel gıda satın alma ile sınırlıdır (Kamenidou, 2018). Yukarıdaki kategoriler altında değerlendirilen ve gıdaların kaynağına önem veren katılımcıların görüşlerini gösteren bazı cevaplar şu şekildedir:

*"Genelde dikkat ederim mevsimlik ürünlerin kullanılmasına ve sağlıklı yollarla yetiştirilmiş ürünleri daha sık tercih ederim"* (K23, Erkek).

*"Yediğim sebzelerin, eğer yemek istersem etin veya balığın taze olmasını isterim"* (K22, Kadın).

*"Önemlidir bence çünkü bozulmuş yiyecek ve içecekleri tercih etmenin önüne geçilir, daha rahat bir şekilde tüketim yaparım"* (K37, Kadın).

*"Evet doğal organik sever ve tercih ederim"* (K29, Kadın).

### **Vejetaryen ve Vegan Beslenme**

Katılımcıların yanıtları, vejetaryen veya vegan beslenmeye olan ilgilerinin genellikle düşük olduğunu ve seçimlerinin sürdürülebilirlikle ilgili olmadığını göstermiştir. Katılımcıların dışarıda yemek yerken en çok tercih ettikleri gıdanın "kırmızı et" olduğu, ikinci sırada "kümes hayvanları", sonrasında "balık", sonra "sebze" ve en az tercih edilen besin grubunun "kurubakliyat" olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların vejetaryen veya vegan beslenmeye ilgilerini anlatan yanıtlar "ilgisizlik" ve "sağlıksız" şeklinde gruplandırılmıştır. Çoğu katılımcı, vejetaryen veya vegan beslenmeye ilgisiz olduklarını belirtmiştir. Mahasuweerachai vd. (2023) yaptıkları çalışmada suçluluk ve gurur duygularının, Z kuşağının sürdürülebilir beslenme kapsamında geleneksel et tüketiminden bitkisel proteine geçme kararını önemli ölçüde etkilediğini belirlemiştir. Bu çalışmada kurubakliyat katılımcılar tarafından en az tercih edilen besin grubudur. Katılımcıların sürdürülebilir beslenme hakkındaki bilgi eksiklikleri gelecekle ilgili daha az kaygılı olmalarına ve haliyle suçluluk ve gurur gibi duygular hissetmemelerine sebep olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bu bilgi eksikliği vegan veya vejeteryan beslenmeye olan olumsuz bakış açılarını da açıklayabilir. Bu bulgu katılımcılar bilgi eksikliğinden kaynaklı bitkisel ağırlıklı beslenmenin sürdürülebilir gelecek için önemini farkında olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Sadece birkaç katılımcı ilgisiz olduklarını ancak vejetaryen veya vegan beslenmenin sürdürülebilir yaşama katkı sağladığını ifade etmiştir. Bazı katılımcılar bu beslenme şekillerinin sağlıksız olduğunu ifade etmiştir. Su vd., (2019) düşük çevre bilincine sahip Z kuşağı tüketicilerin daha çok fiyat ve kolaylık gibi dışsal ürün özelliklerini dikkate aldıklarını tespit etmiştir. Bu çalışmada katılımcılar kolaylık ve fiyat gibi dışsal ürün özelliklerinden bahsetmemiştir. Bunun yerine doğrudan beslenme alışkanlıkları ve zevklerinden bahsetmişlerdir. Katılımcıların görüşlerini gösteren bazı cevaplar şu şekildedir:

*"İlgim yok etçilim"* (K21, Erkek).

*"Et, balık, tavuk tüketmiyorum, etten de hoşlanmam. Kendi zevklerimle alakalı"* (K20, Kadın).

*"Bana göre et ve balık ürünleri sağlıklı beslenme için önemli, bu yüzden sıcak bakmıyorum ve ayrıca vegan beslenme şeklinin bence sürdürülebilirlikle bir ilgisi yok"* (K23, Erkek).

*"Bu sürdürülebilirlik değildir bence, hastalıktır insanın varlığında. Vitaminler, proteinler ve bazı şeylere ihtiyaç duyar, yani böylelikle vegan beslenerek gerekli proteinleri alamayız, güçsüz düşeriz"* (K19, Erkek).

*"Yaşadığım coğrafya gereği vegan beslenmeye uzağım. Adanaliyim"* (K36, Kadın).

Katılımcıların restoranlarda daha fazla vejetaryen veya vegan seçenek olmasıyla ilgili yanıtları birbirinden farklılık göstermiştir. "Müşteri çeşitliliği ve memnuniyeti" ve "isteksizlik" katılımcıların bu taleplerini belirleyen ana kategorilerdir. Katılımcıların çoğunluğu her ne kadar vegan veya vejetaryan beslenmeyi desteklemese de tercihleri bu yönde olan kişiler için daha fazla vejetaryan seçeneğin olmasını istemiştir. Bazı katılımcılar da doğrudan vegan/vejetaryan seçeneklerin artırılmasına karşı çıkmıştır. Bazı katılımcıların cevapları aşağıdaki gibidir:

*"Gerek yok bence salatalık vb. ürünler restoranlarda mevcut zaten Türkiye'nin neredeyse %85 inden fazlası etçil"* (K35, Erkek).

*"Vegan insanlar için yararlı bir işlem olacağı için artmasını isterim fakat tercih etmem"* (K11, Erkek).

*"Menünün çok çeşitli olması müşteriyi daha da memnun edebilir"* (K16, Erkek).

### **Gıda İsrafına Karşı Tutum**

Katılımcıların restoranlara gıda israfını önlemek için "porsiyon kontrolü", "müşteri isteğine göre hizmet", "geri dönüşüm ve artan gıdaların kullanımı" gibi kategoriler altında restoranlara çeşitli önerilerde bulunduğu belirlenmiştir. Katılımcıların atık yönetimi ve gıda atıklarını en aza indirme konusundaki fikirleri mevcut önceki literatür ile örtüşmektedir (Güleç & Ünlüönen, 2022; Keşkekci & Gençer, 2023). Katılımcıları bu konudaki yanıtları şu şekildedir.

*"Artan yemek gibi şeyleri sokak hayvanlarına vermek, serpmeye kahvaltı türlerinin azalması özellikle israfa dair büyük adım olacaktır"* (K10, Kadın).

*"Kişi sayısına göre porsiyonlar ayarlanabilir günlük yemek çıkartılabilir"* (K7, Kadın).

*"Artan yemeklerin sokak hayvanlarına ve gece sonu restoran da kalan ellenmemiş yemeklerin belediye ile anlaşım yardımı muhtaç kişilere ücret talep edilmeden verilmesi"* (K11, Erkek).

Katılımcıların bireysel olarak restoranlarda gıda israfına karşı kendi aldıkları önlemler ise "porsiyon kontrolü", "artan gıdalarla hayvanları besleme", "artan gıdaları evde yeniden kullanma" şeklinde kategoriler altında ifade edilmiştir. Bu sonuçlar, Engin & Sevim'in (2022) öğrencilerin sürdürülebilir beslenme davranışının tabaklarına tüketebilecekleri kadar gıda almak ve artıklarını değerlendirmeye yönelik davrandıkları yönündeki araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Bazı katılımcıların cevapları ise şöyledir:

*"Eğer çok fazla aç değilsem ve yemek için yiyorsam porsiyonun yarısını isterim, boşa gitmemesi için"* (K36, Kadın).

*"Artan gıdaları hayvanlara veririm"* (K38, Kadın).

*"Paket yaptırıyorum ve evde acıkınca tekrar yiyorum"* (K11, Erkek).

## Sıfır Atık ve Ambalaj İçeriği

Katılımcıların genel eğilimi, restoranlarda çevre dostu uygulamaların önemli olduğu yönündedir. Katılımcıların çoğunluğu cam ve karton/kağıt ambalajlarının çevre dostu olduğunu düşünmektedir. Katılımcıların bazıları da plastiğin çevre dostu olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca sürdürülebilir olduğu belirtilen doğada çözünebilir ambalajlar (Cheung, 2021) bazı katılımcılar tarafından çevre dostu ambalaj olarak ifade edilmiştir. Katılımcıların yanıtları "çevre ve gelecek için önemli", "önemsiz", "geri dönüşüm" şeklinde kategorize edilmiştir. Pereira vd., (2023) sürdürülebilir uygulamaların restoran seçimi için en önemli faktörlerden biri olmadığını ortaya koymuştur. Benzer olarak Z kuşağı katılımcılar da sıfır atık ve ambalaj içeriği ile ilgili sürdürülebilir uygulamaları çevre için önemli fakat kendi seçimlerinde önemsiz olduğunu belirtmiştir. Burada önemli olan bulgu bazı katılımcıların restoranların sıfır atık ve ambalaj içeriği ile ilgili politikalarını önemli görmese de bu politikaların doğal çevrenin sürdürülebilirliği için önemli olduğunu bilmeleridir.

*“Sağlıklı ve temiz çevre açısından geleceğe daha iyi çevre bırakmak açısından önemli” (K1, Erkek).*

*“Benim için pek anlamı yok ama çevre için önemli” (K6, Erkek).*

*“Benim için önemli ve ihtiyacım yok ise plastik çatal kaşık poşet vs. kullanmam ve talep etmem” (K11, Erkek).*

*“Ekolojik ayak izimiz için çok önemlidir. Geri dönüşümlü olması kullanılan malzemelerin devamlılığı için gereklidir” (K38, Kadın).*

*“Plastik pet vb. ürünlerin doğaya büyük ölçüde zararları var o yüzden geri dönüştürülebilir ambalajlar kullanılmalı” (K23, Erkek).*

## Teknolojinin Rolü

Katılımcılar restoranlarda teknolojinin sürdürülebilirlik sağlamada etkili olabileceği yönünde yanıtlar vermiştir. Bu yanıtlar “QR kod gibi dijital menü seçenekleri”, “atık yönetimi”, “tasarruflu aydınlatıcılar” ve “dijital reklam” altında kategorilere ayrılmıştır. Pereira vd., (2023) ise çift çekmeli tuvalet valfi kullanma ve doğal havalandırma kullanma uygulamalarını müşterilerin restoranlarda gözlemledikleri sürdürülebilir uygulamalar olarak literatüre eklemiştir. Bu çalışmanın önceki çalışmaya (Pereira vd., 2023) ek bilgiler sunduğu, birbirinin tamamlayıcısı nitelikte olduğu söylenebilir. Katılımcıların çoğunluğu konu ile ilgili bir görüş bildirmiştir. Ancak, bazı katılımcılarda “bilgi eksikliği” olduğu görülmüştür. Bazı katılımcıların cevapları ise şöyledir:

*“Hiçbir fikrim yok” (K10, Kadın).*

*“Menü’lerin QR kodla açılması lambaların saniye ile çalışması ile israfın önüne geçilir” (K8, Erkek).*

*“QR kod gibi kolaylıklarla hayat kolaylaşabilir ve restoranlar da kâğıttan kurtulmuş olur” (K19, Erkek).*

*“Atıkların düzenli ve temiz yok edilmesi açısından sürdürülebilirlik sağlanabilir” (K1, Erkek).*

## Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, Z kuşağının restoranlarda sürdürülebilir beslenme farkındalıklarını ve tercihlerini analiz etmiştir. En fazla Z kuşağı katılımcısı 19 yaş grubundandır. Katılımcıların çoğunluğu restoranlarda beslenmek için 1.001-3.000 TL bütçe aralığına sahiptir. Katılımcıların genel olarak fast food tarzı, dönerci ve pideci gibi geleneksel Türk

mutfağına ait restoranları tercih ettikleri belirlenmiştir. Bu tür restoranlar genellikle daha uygun fiyatlı olmaları, yaygınlıkları ve kolay erişilebilirlikleri ile Z kuşağı için çok uygun olabilir.

Katılımcıların sürdürülebilir beslenme ve bu konudaki fikirleri değişiklik göstermektedir. Katılımcıların bazılarının sürdürülebilir beslenmenin temel bileşenleri olan çevresel, ekonomik ve sosyal boyutlar hakkında doğru bilgiye sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların yanıtlarından elde edilen kategoriler bir araya getirildiğinde Z kuşağının bazılarının sürdürülebilir beslenmeyi, “dengeli, sağlıklı”, “çevreye duyarlı”, “ekonomik olarak erişilebilir” beslenme olarak algıladığı ifade edilebilir. Katılımcıların özellikle sürdürülebilir kelimesinden yola çıkarak sürdürülebilir beslenmeyi, sürekli/devamlı aynı ürünleri tüketmek şeklinde algıladıkları çalışmanın önemli bir bulgusudur. Ayrıca bazı katılımcıların sürdürülebilir beslenme hakkında bilgi sahibi olmadıkları veya yanlış bilgiye sahip oldukları belirlenmiştir (AS:1).

Sürdürülebilir beslenmeye benzer şekilde sürdürülebilir restoranlar konusunda da katılımcıların algılamalarında farklılıklar görülmüştür. Katılımcıların yanıtlarından yola çıkıldığında Z kuşağı katılımcıların bazıları sürdürülebilir restoranları, doğal, organik ve sağlıklı beslenme imkânı sunan çevreye duyarlı işletmeler olarak algıladıkları ifade edilebilir. Katılımcıların yaklaşık yarısının sürdürülebilir restoranlar hakkında bilgi eksikliği yaşadığı belirlenmiştir (AS: 2).

Z kuşağı katılımcıların çoğunun gıda kaynaklarının sürdürülebilir kaynaklardan gelip gelmediğini bilmediği, önemsemediği ve tercihleri üzerinde etkili olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuca ek olarak katılımcıların çoğunluğunun restoran tercihlerinin genellikle dönerci ve hamburgerci gibi hızlı yemek restoranları olması, Z kuşağı katılımcıların çoğunluğunun restoranlarda yiyecek seçiminde sürdürülebilir gıda kaynaklarını önemsemediklerini ortaya çıkarmıştır. Katılımcıların bazılarının ise gıdaların organik, mevsimlik, güvenilir ve sağlıklı olmasına duyarlı oldukları belirlenmiştir (AS: 3).

Kırmızı et tüketiminin azaltılması sürdürülebilir dünya için önemli bir gereklilik olarak kabul görmüş bir yaklaşımdır. Z kuşağı katılımcıların vejetaryen veya vegan beslenmeye olan ilgilerinin genellikle düşük olduğunu ve bu tercihlerin sürdürülebilirlikle doğrudan ilişkilendirilmediği görülmüştür. Sadece birkaç katılımcı, ilgisiz olduklarını ancak vejetaryen veya vegan beslenmenin sürdürülebilir yaşama katkı sağladığını ifade etmiştir. Katılımcıların bazıları vegan/vejetaryen beslenmeye ilgisiz olmalarının yanında sağlıksız da bulmuştur. Katılımcıların genel olarak sürdürülebilir beslenme ile ilgili bilgi eksiklikleri olması nedeniyle, daha sürdürülebilir gelecek için bitkisel ağırlıklı beslenmenin önemli olduğunun farkında değildir (AS: 4). Z kuşağı katılımcıların çoğunluğunun restoranlarda yemek yerken en çok tercih ettikleri yiyeceğin “kırmızı et” olması bu sonucu desteklemektedir. Fakat bunun yanında Z kuşağı her ne kadar vegan ve vejetaryen beslenmeye ilgi duymasa da farklı müşteri grupları ve onların memnuniyeti için restoranlarda vegan ve vejetaryen seçeneklerin yer bulmasını gerekli bulmuştur. Bazı Z kuşağı katılımcılar da bu seçeneklerin artırılması konusunda isteksizdir (AS: 5).

Sürdürülebilir beslenmenin önemli bir basamağı gıda israfının önüne geçilmesidir. Z kuşağı katılımcılar restoran işletmecilerinin porsiyon kontrolüne dikkat etmelerine, müşterilerin talepleri doğrultusunda masaya ürün getirmelerine ve artan gıdaların hayvanlara ve ihtiyaç sahipleri ile paylaşılması gerekliliğine vurgu yapmıştır (AS: 6). Katılımcılar restoranlar için bu önerilerde bulunurken bireysel olarak kendi üzerine düşen görevlerin de farkındadır. Katılımcılar, “porsiyon kontrolü”, “artan gıdalarla hayvanları besleme”, “artan gıdaları evde yeniden kullanma” yöntemleri ile gıda israfının önüne geçmeye çalışmaktadır. Z kuşağının hem kendi hem de restoranlar

adına gıda israfı konusunda hassas davrandıkları ve israfın önüne geçmek için çevreci görüşleri olduğu belirlenmiştir (AS: 7).

Z kuşağı katılımcılar restoranlarda sıfır atık ve ambalaj içeriği ile ilgili çevre dostu uygulamaları önemli görmüştür. Z kuşağı katılımcıların çoğu sürdürülebilir ambalajlar hakkında bilgi sahibidir. Cam ve karton/ kağıt çoğu Z kuşağı tarafından çevre dostu olarak algılanan ambalajlardır. Hatta bazı katılımcılar doğada çözülebilir ambalajların çevre dostu olduğunu ifade etmiştir. Ancak Z kuşağı katılımcıların bazılarında “plastik” ambalajların çevre dostu olduğuna yönelik cevaplar alınmıştır. Z kuşağı restoranların sıfır atık politikaları ve çevre dostu ambalaj kullanımını kendileri için önemli görmese de bu politikaların doğal çevrenin sürdürülebilirliği için önemli olduğunun farkındadır (AS: 8). Son olarak Z kuşağı restoranlarda “QR kod gibi dijital menü seçenekleri”, “atık yönetimi” “tasarruflu aydınlatıcılar” ve “dijital reklam” teknolojileri ile sürdürülebilirliğin sağlanacağını düşünmektedir (AS: 9).

Katılımcıların restoranlardaki sürdürülebilir beslenme algılamaları ve seçimlerini belirlemek için yapılan araştırma sonunda Z kuşağının bu konuya dair bilgi eksiklikleri olduğu belirlenmiştir. Şu anın ve geleceğin restoran müşterileri olan Z kuşağının bu konuda daha fazla bilgiye ihtiyaç duyduğu açıktır. Katılımcıların sürdürülebilir beslenme, sürdürülebilir restoran, sürdürülebilir gıda kaynakları, vegan/vejetaryen beslenme, bitkisel ağırlıklı beslenme, çevre dostu ambalajlar ve teknolojilerin sürdürülebilirlik sağlamadaki rolü konusunda bilgi eksiklikleri olduğu belirlenmiştir. Çalışma bulguları doğrultusunda bazı öneriler aşağıda sunulmuştur:

- Gelecek için önemli olan sürdürülebilir uygulamaların sürdürülebilir turizm veya sürdürülebilir gıda turizmi içerikli dersler altında seçmeli veya zorunlu ders olarak lise ve üniversite müfredatlarında yer bulması uygun olacaktır.
- Katılımcıların çoğunun restoranlarda sürdürülebilir beslenme için gerekli uygulamaları bilmediği ve önemsemediği yönündeki bulgular bilgi eksiliğinin tamamlanarak, bu müşteri grubunun sürdürülebilirliğe yönelik gerçek sorumlu davranışlar sergilemeleri için yönlendirilmeye ihtiyacı vardır (Pereira vd., 2023).
- Vegan/vejetaryen ürün tercih eden müşterilerin isteklerinin karşılamak için menülere daha fazla vejetaryen ve vegan seçenekler eklenebilir.
- Z kuşağı teknoloji kullanımında başarılı bir nesil olduğu için restoranlarda QR kodlu menüler tercih edilebilir. Böylelikle, kâğıt ve plastik kullanımı azaltılabilir.

### **Kısıtlar ve Gelecek Çalışmalara Öneriler**

Bu çalışmanın bazı kısıtları bulunmaktadır:

- İlk olarak, örneklem 38 bireyden oluşmasına rağmen, nitel tasarım sonuçların genelleştirilmesine izin vermez.
- Görüşlerin yüz yüze ortamda alınmaması, katılımcıların cevapları elektronik ortamdan sağlayabilecekleri önyargısını ortaya çıkarmıştır. Fakat cevapların geneline bakıldığında katılımcıların kendi görüşlerini yansıttıkları anlaşılmıştır.
- Bu çalışmada demografik farklılıklara göre verilen cevaplar analiz edilmemiştir. Daha sonraki çalışmalarda bu farklar göz önünde bulundurularak araştırmalar yapılabilir.

- Bu çalışmada katılımcıların gıda israfı konusunda duyarlı davranış sergileme eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Bu tutumlarının altında yatan sebeplerin daha sonraki çalışmalarda araştırılması önemli görülmektedir.
- Bu çalışmada sürdürülebilir beslenmenin çevresel yönüne yer verilirken sosyal yönüne değinilmemiştir. Gelecekteki çalışmalar sürdürülebilir beslenmenin sosyal yönünü ele alabilir.
- Bu çalışma doğrudan Z kuşağı katılımcıların kendi mevcut bilgileri ile gerçekleştirilmiştir. Bir sonraki çalışmada senaryo yöntemi kullanılarak sürdürülebilir beslenme yaklaşımından uzak yaşamının gelecekle ilgili ne gibi olumsuzlukları ortaya çıkarabileceği katılımcılara anlatılarak tutumlarını ölçen yeni çalışmalar yapılabilir.
- Çalışmada vegan ve vejetaryen beslenme üzerinden sürdürülebilir beslenme seçimleri anlaşılmalı çalışılmıştır. Daha sonraki çalışmalarda bitkisel bazlı protein tüketmek üzerinden sürdürülebilir beslenmeye karşı tutum ve davranışlar ele alınabilir.

### **Teorik Katkı**

Bu çalışma kapsamlı bir şekilde restoranlarda sürdürülebilir beslenmeyi ele alıp restoran işletmeciliği gibi ağırlama hizmetleri, kuşaklar ve sürdürülebilirlik literatürüne katkı sağlamaktadır. Sürdürülebilir beslenme diyetisyenlik gibi sağlık bilimleri alanında ele alınırken, yiyecek içecek işletmeleri gibi ağırlama hizmetlerinde görece az ele alınmıştır. Çalışma mevcut literatürdeki açığı karşılamaktadır. Genellikle yiyecek içecek alanında yapılan çalışmalar yeşil restoranlar üzerine ve sürdürülebilir restoran uygulamalarına yönelikken bu çalışma müşteri tarafını ele alarak sürdürülebilir tüketici davranışları literatürünü de genişletmiştir.

### **Uygulamaya Katkısı**

Çalışma Z kuşağının sürdürülebilirlik konusunda farkındalık ve seçimleri ile ilgili önemli bulgular sunmuştur. Özellikle gelecek için önem arz eden sürdürülebilir yaklaşımların Z kuşağı tarafından yeterli şekilde bilinmemesi eğitim kurumlarının bu konuda farkındalık yaratacak eğitimler vermeleri gerekliliğini ortaya koymuştur. Restoran işletmecilerinin ise hedef kitesini tanımalarına imkân sağlamıştır. Restoranların atık yönetimi, sürdürülebilir teknolojiler ve ambalaj içerikleri ile ilgili daha sürdürülebilir stratejiler belirlemede önemli ipuçları sunmuştur. Ayrıca dünyanın geleceği için restoran işletmecilerinin ve müşterilerinin sürdürülebilir uygulamaların önemini kavramalarına rehberlik etmesi beklenmektedir.

### **Beyan**

Çalışma için Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 01/02/2024 tarih ve 2024-2 toplantı numarası ile etik onay alınmıştır.

### **KAYNAKÇA**

Apak, Ö. C. & Gürbüz, A. (2022). Sürdürülebilir restoran işletmeciliği uygulamaları üzerine bir içerik analizi. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 194-209.

Babacık, M. (2023). *Üniversite Öğrencilerinin Sürdürülebilir Beslenmeye Yönelik Bilgi Ve Tutumlarının Saptanması* (Yüksek Lisans Tezi). Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Braun, V. Clarke, V., Boulton, E., Davey, L. & McEvoy, C. (2021). The online survey as a qualitative research tool. *International Journal of Social Research Methodology*, 24(6), 641-654.
- Brundtland, G. H. (1987) Our Common Future: Report of the World Commission on Environment and Development. Geneva, UN-Dokument A/42/427. <http://www.un-documents.net/ocf-ov.html>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (25. Baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Cheung, N. C. L. (2021). *Improving Sustainability of A Restaurant: A Study on The Sustainability of Different Takeaway Packaging Materials* (Unpublished bachelor's thesis). Tampere University of Applied Sciences.
- Clarke, V. & Braun, V. (2013). *Successful Qualitative Research: A Practical Guide for Beginners*, Sage Publications, Thousand Oaks, CA
- Coyne, I. T. (1997). Sampling in qualitative research. purposeful and theoretical sampling; merging or clear boundaries?. *Journal of Advanced Nursing*, 26(3), 623-630.
- Çetinoğlu, D. & Mesci, Z. (2017). Yeşil nesil restoranların uygulanabilirliğine yönelik bir inceleme: Akçakoca örneği. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 4 (Special Issue 1), 112-120.
- Dabija, D. C., Bejan, B. M. & Dinu, V. (2019). How sustainability oriented is Generation Z in retail? A literature review. *Transformations in Business & Economics*, 18(2), 140–155.
- Dou, Z., Toth, J. D. & Westendorf, M. L. (2018). Food waste for livestock feeding: Feasibility, safety, and sustainability implications. *Global Food Security*, 17, 154-161.
- Dunn, C. G., Soto, M. J., Hua, S. V., Keenan, E. A., Jaacks, L. M., Wolfson, J. A. & Bleich, S. N. (2021). Availability and nutrient composition of vegetarian items at US fast-food restaurants. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 121(7), 1306-1311.
- Engin, Ş. & Sevim, Y. (2022). Lisans öğrencilerinin sürdürülebilir beslenme hakkındaki davranışları ve bilgi düzeyleri ile besin tercihleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Tek merkezli çalışma. *European Journal of Science and Technology*, (38), 259-269.
- Güleç, H. & Ünlüöner, K. (2022). Çevreye duyarlı mutfak uygulamaları: Ankara yeşil otel restoranları örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 10(2), 1226-1251.
- Gülsöz, S. (2017). *Yirmi Yaş ve Üzeri Bireylerin Sürdürülebilir Beslenme Konusundaki Bilgi Düzeylerinin ve Uygulamalarının Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Hilaloğulları, M., Akdağ, G. & Üzülmöz, M. (2022). Yeşil restoran uygulamalarının müşterilerin memnuniyetleri ve davranışsal niyetleri üzerindeki etkisi: İstanbul ilinde bir uygulama. *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 10(3), 2237-2255.
- Kamenidou, I. C., Mamalis, S. A., Pavlidis, S. & Bara, E. Z. G. (2019). Segmenting the generation Z cohort university students based on sustainable food consumption behavior: A preliminary study. *Sustainability*, 11(3), 837.
- Keşkekci, D. & Gençer, K. (2023). Sürdürülebilirlik kapsamında yeşil restoran uygulamaları. *Journal of Silk Road Tourism Research*, 3(1), 17-25.



- Kozak, M. (2018). *Bilimsel Araştırma: Tasarım, Yazım ve Yayımlar Teknikleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Kristia, K., Kovács, S. & László, E. (2023). Food delivery platform and food waste: Deciphering the role of promotions, knowledge, and subjective norms among Indonesian generation Z. *Cleaner and Responsible Consumption*, 11, 100152.
- LivePerson, Inc. (2017, October 17). Gen Z and Millennials now more likely to communicate with each other digitally than in person. ABD.
- Mahasuweerachai, P., Suttikun, C. & Bicksler, W. H. (2023). From pride to plate: How feelings of pride and guilt lead Gen Z to plant-based consumption at restaurants. *Young Consumers*, 24(6), 831-848.
- Mancheva-Ali, O., & Lilov, I. (2018). Opportunities to Achieve a Sustainable Restaurant Business. *ENTRENOVA-ENTERPRISE RESEARCH INNOVATION*, 4(1), 321-329.
- Mazzocchi, A., De Cosmi, V., Scaglioni, S. & Agostoni, C. (2021). Towards a more sustainable nutrition: complementary feeding and early taste experiences as a basis for future food choices. *Nutrients*, 13(8), 2695.
- Mylan, J. (2018). Sustainable consumption in everyday life: A qualitative study of UK consumer experiences of meat reduction. *Sustainability*, 10(7), 2307.
- Olgun, S.N., Manisalı, E. & Çelik, F. (2022). Sürdürülebilir beslenme ve diyet modelleri. *BANU Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 261-271.
- Orea-Giner, A. & Fusté-Forné, F. (2023). The way we live, the way we travel: generation Z and sustainable consumption in food tourism experiences. *British Food Journal*, 125(13), 330-351.
- Pereira, G. S., de Conto, S. M., Finkler, R. & Bonin, S. M. (2023). Sustainable practices in restaurants: customers' perceptions of Brazil and other countries. *Observatorio de la Economía Latino Americana*, 21(6), 4988-5016.
- Rehman, M. S., Pal, S. & Bukahri, S. A. (2022). Competencies Required for Environmental Practicing Fast Food Industry. *Ecology, Environment and Conservation*, S491-S496.
- Rue, P. (2018). Make way, millennials, here comes Gen Z. *About Campus*, 23(3), 5-12.
- Statista (2014, July 24). Sustainable foods as an influence on restaurant choice in the U.S. in 2014. Statista Research Department.
- Statista (2023, October). Gen Z & sustainability: How radical is the "green generation"?. Statista Research Department.
- Su, C. H., Tsai, C. H., Chen, M. H. & Lv, W. Q. (2019). US sustainable food market generation Z consumer segments. *Sustainability*, 11(13), 3607.
- Talwar, S., Kaur, P., Okumus, B., Ahmed, U. & Dhir, A. (2021). Food waste reduction and taking away leftovers: Interplay of food-ordering routine, planning routine, and motives. *International Journal of Hospitality Management*, 98, 103033.
- TÜİK, (17 Mayıs 2024). İstatistiklerle Gençlik, 2023, Sayı: 53677  
<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Genclik-2023-53677>.

- Van Bussel, L. M., Kuijsten, A., Mars, M. & Van't Veer, P. (2022). Consumers' perceptions on food-related sustainability: A systematic review. *Journal of Cleaner Production*, 341, 130904.
- Whittemore, R., Chase, S. K. & Mandle, C. L. (2001). Validity in qualitative research. *Qualitative Health Research*, 11(4), 522-537.
- Yazıcıoğlu, İ. & Aydın, A. (2018). Yeşil restoran uygulamaları üzerine nitel bir araştırma: İstanbul örneği. *Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Dergisi*, (1), 55-79.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2003). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Seçkin Yayınları.
- YÖK ATLAS (2023). Önlisans yerleşme Verileri. <https://yokatlas.yok.gov.tr/> adresinden 29.01.2024 tarihinde alınmıştır.

## A Study on Generation Z's Awareness of Sustainable Nutrition and Choices in Restaurants

Havva GÖZGEÇ MUTLU

Bandırma Onyedi Eylül University, Erdek Vocational School, Balıkesir/Türkiye

### Extended Summary

The concept of sustainable nutrition is an approach that considers various dimensions ranging from human health to environmental, economic, and socio-cultural aspects (Mazzocchi et al., 2021). In this approach, factors such as greenhouse gas emissions, water, land, and energy use, as well as waste, play a significant role in sustainability (Olgun, Manisalı & Çelik, 2022). Sustainable nutrition is an approach that can be applied in different areas of daily life, and one of these areas is restaurants.

Research indicates that consumers are increasingly interested in consuming fresh, healthy meals and supporting sustainability measures in restaurants (Pereira et al., 2023). The understanding of sustainability should be embraced not only by the operator but also by the customer. In developed economies, it has been found that the largest flow of food waste occurs at the consumption stage of end customers in the food chain (Dou et al., 2018). Particularly, research conducted based on generational differences has contributed to the understanding of sustainable consumption.

A decade ago, among the significant target audience of the U.S. market, 41% of Generation Y participants indicated that sustainable foods influenced their restaurant choices (Statista, 2014). However, today, a new customer profile, Generation Z, has emerged. Generation Z members generally encompass individuals born between 1997 and 2012, constituting 32% of the global population (Dabija et al., 2019). In August 2022, approximately 46% of Generation Z members in the United States stated that food sustainability was very important to them (Statista, 2023).

Although Generation Z individuals have emerged as a powerful consumer force shaping sustainable food services, there is limited information about their behaviors regarding food waste in restaurants (Talwar et al., 2021), their consumption patterns of local and organic products, their awareness and choices regarding reduced meat consumption, and their attitudes towards waste and packaging. A study found that the most important sustainable eating behavior for students is consuming as much food as they put on their plates (Engin & Sevim, 2022). Another study in Greece revealed that university students' sustainable food consumption behavior was mainly focused on seasonal fruit and vegetable consumption and purchasing local foods (Kamenidou, 2018).

Based on these findings, it is understood that Generation Z members demonstrate sensitivity towards sustainable nutrition. However, the studies have emphasized the incomplete understanding of the concept of sustainable nutrition and the necessity for further research on the subject (Babacık, 2023; Gülsöz, 2017; Van Bussel et al., 2022). Particularly, relevant studies conducted at the national level have focused on sustainable restaurant management practices (Apak & Gürbüz, 2022) and green restaurant practices (Çetinoğlu & Mesci, 2017; Güleç & Ünlüönen, 2022; Keşkekci & Gençer, 2023; Yazıcıoğlu & Aydın, 2018). Hilaloğulları et al. (2022) examined the effects of green restaurant practices on customer satisfaction and behavioral intentions. However, sufficient studies on customers' awareness and choices regarding sustainable nutrition in restaurants have not been found in the literature.

Therefore, determining the awareness and choices of Generation Z, which constitutes an important customer group today, regarding sustainable nutrition has become the aim of this study.

Data were collected through online open-ended qualitative questions from undergraduate students aged between 18 and 27, who were enrolled in the Health Tourism Management program at Bandırma Onyedi Eylül University Erdek Vocational School and not living with their families, between February 15, 2024, and March 15, 2024.

A questionnaire consisting of 2 filter questions, 6 demographic questions, and 9 open-ended questions was prepared based on the literature and the aim of the study. These questionnaires were converted into online interview questionnaires using "Google Forms." Online qualitative questionnaires were chosen as the data collection tool to facilitate communication with Generation Z and increase participation rates. Qualitative surveys were sent to the emails of 150 Generation Z students. However, only 38 surveys were returned with responses. Qualitative data analysis was conducted using the descriptive analysis in MAXQDA 2018 software.

This study analyzed the awareness and preferences of Generation Z regarding sustainable eating practices in restaurants. The majority of participants in Generation Z were from the 19-year-old age group. Most participants had a budget range of 1,001-3,000 TL for dining out and generally preferred fast food and traditional Turkish cuisine restaurants.

The attitudes and opinions of participants regarding sustainable eating varied. Some had accurate knowledge about the fundamental components of sustainable eating, including environmental, economic, and social dimensions. When categories derived from participants' responses were consolidated, it could be inferred that some in Generation Z perceive sustainable eating as balanced, healthy, environmentally friendly, and economically accessible. Notably, some participants associated sustainable eating with consuming the same products continuously, indicating a significant finding of the study. Additionally, it was found that some participants lacked knowledge or held misconceptions about sustainable eating (RQ: 1).

Similar to sustainable eating, there were differences in participants' perceptions of sustainable restaurants. Some participants perceived sustainable restaurants as environmentally friendly establishments offering natural, organic, and healthy dining options. However, nearly half of the participants lacked knowledge about sustainable restaurants (RQ: 2).

It was determined that most Generation Z participants were unaware of or did not care whether food sources were sustainable, which did not influence their preferences. Additionally, the majority of participants preferred fast-food restaurants such as kebab and hamburger joints, indicating a lack of concern for sustainable food sources. However, some participants showed sensitivity towards organic, seasonal, reliable, and healthy food options (RQ: 3).

Reducing meat consumption is recognized as essential for a sustainable world. Although the interest of Generation Z participants in vegetarian or vegan diets was generally low and not directly associated with sustainability, a few acknowledged the contribution of such diets to sustainable living. Some participants also found vegetarian/vegan diets unhealthy. Due to general knowledge gaps in sustainable eating, participants were not aware of the importance of plant-based diets for a more sustainable future. While most participants preferred "red meat" when dining out, they acknowledged the necessity of including vegan and vegetarian options in restaurants to cater to different customer groups, despite some reluctance in increasing such options (RQ: 4, 5).

An important aspect of sustainable eating is preventing food waste. Generation Z participants emphasized portion control by restaurant operators, serving products to tables based on customers' requests, and sharing surplus food with animals or those in need (RQ: 6, 7).

Generation Z participants considered zero waste and environmentally friendly packaging practices important in restaurants. Although some participants recognized sustainable packaging, such as glass and cardboard, as environmentally friendly, some considered plastic packaging as eco-friendly, indicating varied perceptions. While not prioritizing zero waste policies and eco-friendly packaging in restaurants, participants were aware of their importance for the sustainability of the natural environment (RQ: 8).

Finally, Generation Z believed that sustainability in restaurants could be achieved through practices such as QR code-based digital menus, waste management, energy-efficient lighting, and digital advertising Technologies (RQ: 9).

The study concluded that there were knowledge gaps among Generation Z regarding sustainable eating, sustainable restaurants, sustainable food sources, vegan/vegetarian diets, plant-based diets, eco-friendly packaging, and the role of technology in sustainability.

- Essential sustainable practices should be incorporated into elective or mandatory courses in high school and university curricula, focusing on sustainable tourism or sustainable food tourism.
- Given the lack of knowledge and importance placed on sustainable eating practices by most participants, efforts should be made to educate this customer group to promote responsible behaviors towards sustainability.
- To accommodate the preferences of vegan/vegetarian customers, menus should include more vegetarian and vegan options.
- Given Generation Z's proficiency in technology, QR code-based menus could be preferred in restaurants to reduce paper and plastic usage.

## Ek 1. Etik Kurul İzni

## T.C. Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Değerlendirme Formu

## SONUÇ

Araştırmacının Adı Soyadı	Dr. Öğr. Üyesi Havva GÖZGEÇ MUTLU
Araştırmanın Başlığı	Z Kuşağı'nın Restoranlarda Sürdürülebilir Beslenme Farkındalığı ve Seçimleri Üzerine Nitel Bir Çalışma
Başvuru Formunun Etik Kurula geldiği tarih:	30/01/2024
Başvuru Formunun Etik Kurulda incelendiği tarih:	01/02/2024
Toplantı No. ve Karar tarihi:	2024-2 01/02/2024
1.	<input checked="" type="checkbox"/> Uygun
2.	<input type="checkbox"/> Düzeltmesi gereklidir: Etik sorun olabilecek sorular/maddeler, süreçler ya da unsurlar bulunmaktadır. Açıklama:
3.	<input type="checkbox"/> Görevsizlik: Gerekçe, Görüş, Tavsiye ve Açıklamalar:
4.	<input type="checkbox"/> Uygun değildir: Gerekçe, Görüş, Tavsiye ve Açıklamalar:

Başvuru dosyasının incelenmesinde hazır bulunan ve araştırmayla doğrudan veya dolaylı olarak ilişkisi bulunmayan Etik Kurul başkan ve üyelerinin ad soyadı ve imzaları