

Alejandra Rivera Torres
Dietista-Nutricionista

Dietistas-Nutricionistas del Sur, S.L
Equipo de Revisión de Menús Escolares de la
Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética
(SANCYD)

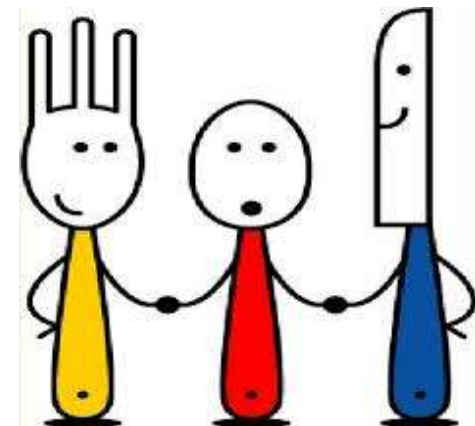


COMEDORES ESCOLARES

Herramientas de elaboración de menús

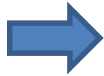
ÍNDICE:

1. Evolución histórica del concepto de comedor escolar
2. Situación actual
3. Estrategias internacionales y nacionales
4. Herramientas a nivel autonómico (Andalucía)



Evolución histórica del concepto comedor escolar

- Siglo XVIII-XIX



Bases caritativas

Cambios socioeconómicos

- Siglo XX



Conciliar vida laboral-familiar

Alta tasa de obesidad

- Actualidad



Herramienta de educación nutricional



Situación actual

ESPAÑA

Nº total centros *		
Públicos	Concertados + Privados	TOTAL
19.054	9.019	28.064

% Centros con comedor *	
Públicos	Concertados + Privados
58,2	75

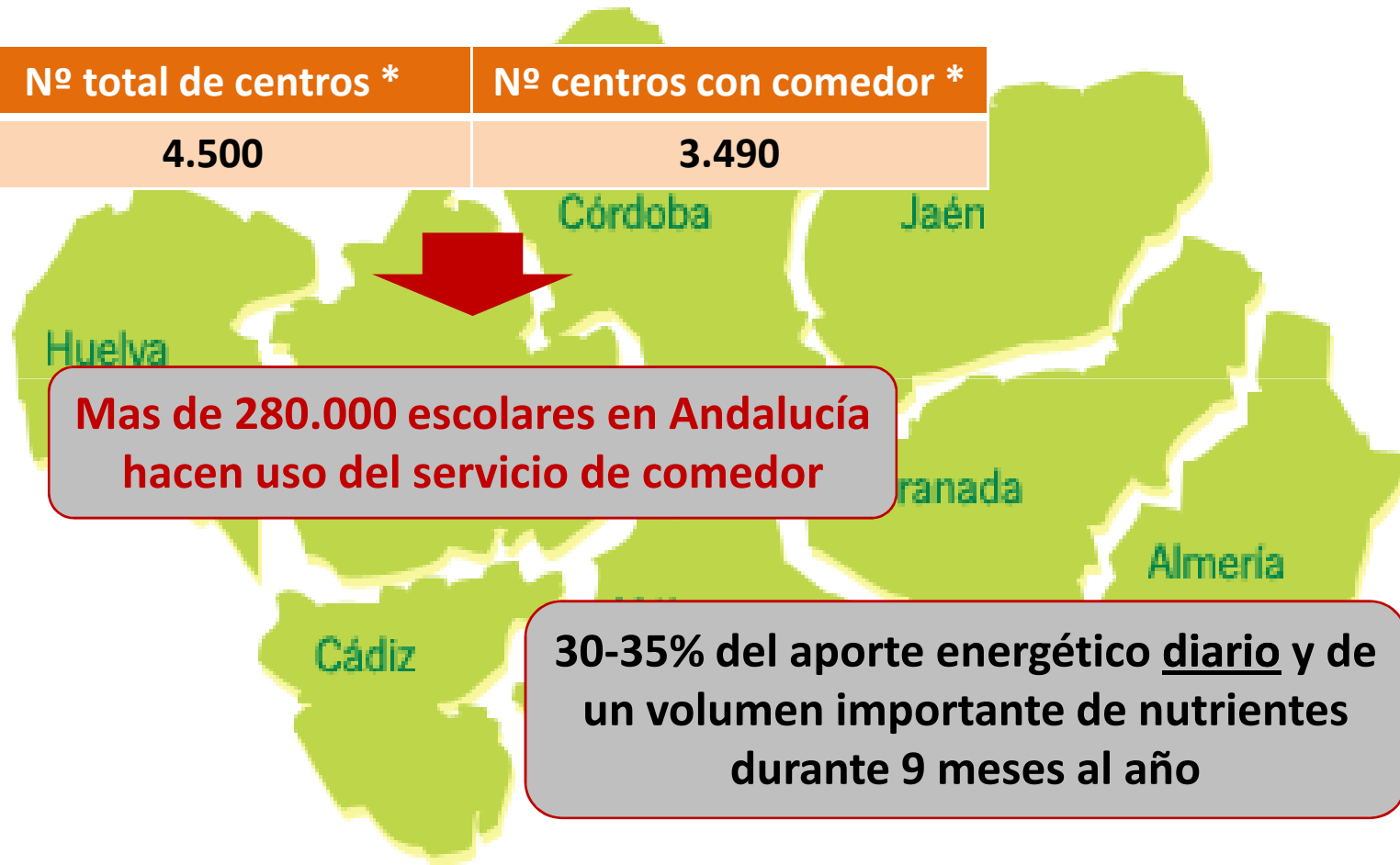
**17.889 centros ofrecen
servicio comedor**

* Fuente: "Datos y cifras. Curso escolar 2014-15". Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

Situación actual

ANDALUCÍA

Nº total de centros *	Nº centros con comedor *
4.500	3.490



* Fuente: Unidad de Estadística y Cartografía Andalucía. Datos curso 2012-13

Estrategias a nivel Internacional

INTERNACIONAL

Organización Mundial de la Salud. “Estrategia Global sobre alimentación, actividad física y salud”. Resolución WHA57.17 (Mayo 2004)

- ✓ Pto 43. “las políticas y programas escolares deben apoyar la adopción de hábitos alimentarios y de actividad física saludables”.



Menos sal, azúcares y grasas



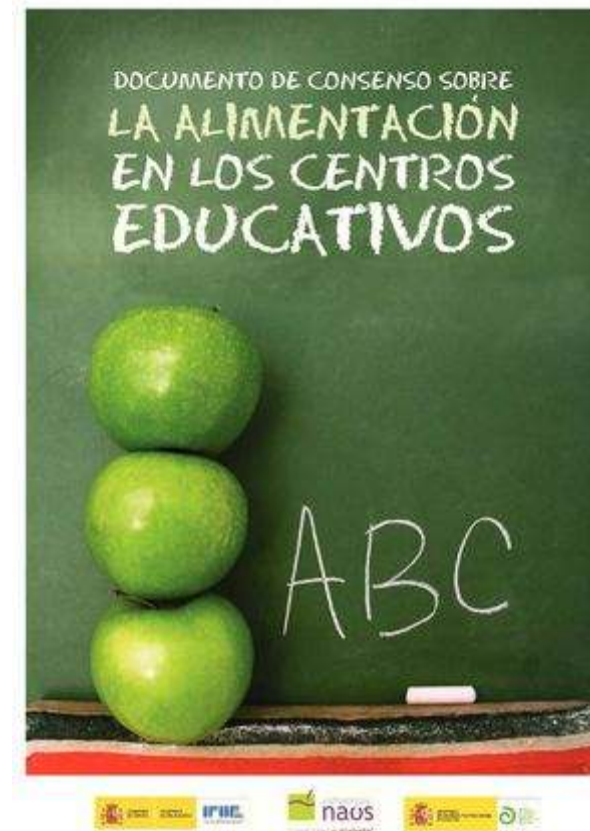
Productos locales

Estrategias a nivel Nacional

NACIONAL

Documento de consenso sobre la Alimentación en los Centros Educativos

- ✓ Menús supervisados por **profesionales sanitarios** con formación **acreditada** y **específica** en nutrición humana y dietética.
- ✓ Contenido energético en función de la edad de los escolares, la frecuencia de consumo de los diferentes grupos de alimentos y el tamaño de las raciones.
- ✓ Menús para escolares con necesidades especiales.
- ✓ Enviar a las familias la programación mensual y orientaciones sobre cenas complementarias a los menús.



Estrategias a nivel Nacional

NACIONAL



Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición

Artículo 40.

- ✓ Las autoridades competentes velarán para que las comidas servidas en escuelas infantiles y centros escolares sean **variadas, equilibradas** y estén **adaptadas** a las necesidades nutricionales de cada grupo de edad. Serán supervisadas por profesionales **con formación acreditada en nutrición humana y dietética**.
- ✓ Información a las familias del menú y orientaciones a la cenas.
- ✓ Servicio de menús especiales.
- ✓ Espacios protegidos de la publicidad (previa autorización entidades educativas competentes).



Estrategias a nivel Nacional

NACIONAL

Programa PERSEO (Estrategia NAOS)



<http://www.perseo.aesan.mssi.gob.es/>

Programa Perseo

Bienvenidos al Programa Perseo

El principal objetivo del Programa PERSEO es promover la adquisición de hábitos de alimentación saludables y estimular la práctica de actividad física regular entre los escolares, para prevenir la aparición de obesidad y otras enfermedades. Este programa consiste en un conjunto de intervenciones sencillas en los centros escolares, dirigidas al alumnado de entre 6 y 10 años, implicando asimismo a las familias y actuando simultáneamente sobre el comedor y el entorno escolar para facilitar la selección de las opciones más sanas.

Alimentación Saludable

Una alimentación saludable a prevenir la obesidad y numerosas enfermedades disfrutar de la vida con salud.

Actividad física

La práctica de actividad física saludable es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades.

Recursos:

- Centros escolares
- Guía elaboración menús centros escolares
- Comedores escolares
- Actividades extraescolares
- Material didáctico
- Talleres Gastronómicos

Noticias:

- Presentación de resultados del programa Perseo
- Curso ¿Es posible la Dieta Mediterránea en el siglo XXI?
- Evaluación del Programa Perseo
- Curso Comida
- Conferencia Shape Up

Preguntas Frecuentes



Herramientas a nivel Autonómico

AUTONÓMICO

COMUNIDAD	INSTRUMENTOS DE GUÍA
Murcia	Decreto n.º 97/2010, de 14 de mayo, por el que se establecen las características nutricionales de los menús y el fomento de hábitos alimentarios saludables en los Centros Docentes no Universitarios.
Castilla La Mancha	Plan de Calidad de los Comedores Escolares de Castilla-La Mancha
	Guía de Alimentación para Comedores Escolares (Consejería de Sanidad)
Valencia	Guía de los Menús en los Comedores Escolares (Consejería de Sanidad. Consejería de Cultura, Educación y Deporte).
País Vasco	Guía higiénico-sanitaria para la gestión de comedores escolares (Departamento de Educación, Universidades e Investigación).
	Protocolo de actuación para la elaboración y servicio de menús especiales (alergias e intolerancias alimentarias) en comedores escolares del departamento de educación del gobierno vasco.
Extremadura	Guía de alimentación para centros escolares (Consejería de Sanidad y Consumo. Dirección General de Salud Pública).
Madrid	Guía Práctica para la Planificación del Menú del Comedor Escolar (Instituto de Nutrición y Trastornos Alimentarios de la Comunidad de Madrid)
	Asesoramiento Nutricional del Menú Escolar (Servicio Madrileño de Salud. Consejería de Sanidad).
Islas Baleares	Pliego de prescripciones técnicas que han de regir la prestación del servicio público de comedor escolar de los centros educativos públicos de la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares (Consejería de Educación y Cultura).
Cataluña	Guía de alimentación saludable en la etapa escolar (Departamento de Educación. Departamento de Salud).
	Programa de revisión de programaciones de menús escolares de Cataluña (PREME)
Asturias	Programa de Comedores Escolares y la Producción Ecológica
Andalucía	Pliego de prescripciones técnicas que regirá en la contratación por el ente publico andaluz de infraestructuras y servicios educativos (ISE) de la gestión del servicio de comedor en los centros docentes públicos dependientes de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.
	Evaluación de menús escolares de Andalucía. Manual de ejecución del programa de evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)
	Programa Comedores Saludables. Consejería de Salud y Bienestar Social, la Consejería de Educación y la Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética (SANCYD)
Castilla y León	Guía alimentaria para los comedores Escolares de Castilla y León
	Guía alimentaria para los comedores Escolares de Castilla y León. Patologías
	DECRETO 20/2008, de 13 de marzo, por el que se regula el servicio público de comedor escolar en la Comunidad de Castilla y León.
	Menús saludables para los escolares de Castilla y León

Herramientas a nivel Autonómico

AUTONÓMICO

COMUNIDAD	INSTRUMENTOS DE GUÍA
Murcia	Decreto n.º 97/2010, de 14 de mayo, por el que se establecen las características nutricionales de los menús y el fomento de hábitos alimentarios saludables en los Centros Docentes no Universitarios.
Castilla La Mancha	Plan de Calidad de los Comedores Escolares de Castilla-La Mancha
	Guía de Alimentación para Comedores Escolares (Consejería de Sanidad)
Valencia	Guía de los Menús en los Comedores Escolares (Consejería de Sanidad. Consejería de Cultura, Educación y Deporte).
País Vasco	Guía higiénico-sanitaria para la gestión de comedores escolares (Departamento de Educación, Universidades e Investigación).
	Protocolo de actuación para la elaboración y servicio de menús especiales (alergias e intolerancias alimentarias) en comedores escolares del departamento de educación del gobierno vasco.
Extremadura	Guía de alimentación para centros escolares (Consejería de Sanidad y Consumo. Dirección General de Salud Pública).
Madrid	Guía Práctica para la Planificación del Menú del Comedor Escolar (Instituto de Nutrición y Trastornos Alimentarios de la Comunidad de Madrid)
	Asesoramiento Nutricional del Menú Escolar (Servicio Madrileño de Salud. Consejería de Sanidad).
Islas Baleares	Pliego de prescripciones técnicas que han de regir la prestación del servicio público de comedor escolar de los centros educativos públicos de la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares (Consejería de Educación y Cultura).
Cataluña	Guía de alimentación saludable en la etapa escolar (Departamento de Educación. Departamento de Salud).
	Programa de revisión de programaciones de menús escolares de Cataluña (PREME)
Asturias	Programa de Comedores Escolares y la Producción Ecológica
Andalucía	Pliego de prescripciones técnicas que regirá en la contratación por el ente público andaluz de infraestructuras y servicios educativos (ISE) de la gestión del servicio de comedor en los centros docentes públicos dependientes de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.
	Evaluación de menús escolares de Andalucía. Manual de ejecución del programa de evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)
	Programa Comedores Saludables. Consejería de Salud y Bienestar Social, la Consejería de Educación y la Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética (SANCYD)
Castilla y León	Guía alimentaria para los comedores Escolares de Castilla y León
	Guía alimentaria para los comedores Escolares de Castilla y León. Patologías
	DECRETO 20/2008, de 13 de marzo, por el que se regula el servicio público de comedor escolar en la Comunidad de Castilla y León.
	Menús saludables para los escolares de Castilla y León

Pliego Prescripciones Técnicas (Consejería Educación)

- ✓ En Andalucía los menús escolares servidos en comedores colectivos de centros públicos deben ajustarse a los criterios para un menú equilibrado y saludable.
- ✓ La responsabilidad de la gestión de estos aspectos corresponden a ISE Andalucía (Ente Público Andaluz de Infraestructuras y Servicios Educativos).



ISE ANDALUCÍA
Infraestructuras y Servicios Educativos
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN



ISE Andalucía (nuevo APAEF) es una entidad de Derecho Público adscrita a la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía cuyo cometido principal es la gestión de las infraestructuras educativas y los servicios complementarios de la enseñanza cuya competencia corresponda a la Comunidad Autónoma.

Pliego Prescripciones Técnicas (Consejería Educación)

Ver Historial Marcadores Herramientas Ayuda

mail 2.0 x ::AECOSAN:: x PERSEO x PORTADA - Web ISE Andal... x +

andalucia.es/web/guest/inicio

Google

Junta de Andalucía

Ente Público Andaluz de Infraestructuras y Servicios Educativos
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

PORTADA | MAPA WEB | CONTACTO | CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

Comedores construcciones Servicios Calidad Equipamientos

Buscar...

INFORMACIÓN CORPORATIVA

SALA DE PRENSA

UTILIDADES Y SERVICIOS

BUSCADOR DE SERVICIOS POR CENTRO

factura-e

PLAN OLA

Ciudadanía
Construcciones escolares, equipamiento para centros educativos, tecnología...

Proveedores
Perfil del Contratante, Tablón de Anuncios, Normas técnicas y modelos...

Familias
Comedores escolares, aula matinal y actividades extraescolares, transporte...

Centros
Acceso al Centro de Atención a Usuarios de la Comunidad Educativa (CAUCE)

NOTICIAS

06/11/2014 - SEVILLA
Cerca de 330.000 euros para reformar dos colegios en Castilleja de la Cuesta y Osuna
La Consejería de Educación, Cultura y Deporte, a través de la Agencia Pública Andaluza de Educación ...

04/11/2014 - SEVILLA
Educación adjudica por cerca de 165.000 euros la reforma del colegio Tierno Galván de Utrera
La Consejería de Educación, Cultura y Deporte, a través de la Agencia Pública Andaluza de Educación y F...

03/11/2014 - MÁLAGA
Más de 115.000 euros para reformar el IES Cerro del Viento de Arroyo de la Miel en Benalmádena
La Consejería de Educación, Cultura y Deporte, a través de la Agencia Pública Andaluza de Educación ...

NOVEDADES

- Memoria de Actividades ISE Andalucía. Curso 2013-14
- Apertura de la contratación de Actividades Extraescolares curso 2014-2015
- Instrucciones de Facturación Actividades Extraescolares Curso 14-15
- HORARIOS DE REGISTRO
- PLAN DE OPORTUNIDADES LABORALES EN ANDALUCÍA (OLA)

GALERÍA DE IMÁGENES

Pliego Prescripciones Técnicas (Consejería Educación)

Pliego de prescripciones técnicas que regirá en la contratación por el ente publico andaluz de infraestructuras y servicios educativos (ISE) de la gestión del servicio de comedor en los centros docentes públicos dependientes de la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.

OBLIGADO CUMPLIMIENTO EN CENTROS PÚBLICOS



NO APLICA A CENTROS DE ENSEÑANZA PRIVADA/CONCERTADA NI A GUARDERÍAS

6. ELABORACIÓN DE DIETAS Y/O MENÚS:

6.1) Elaboración de dietas y/o menús

6.2) Menús y/o dietas

6.3) Criterios de evaluación para los menús escolares

6.4) Sistemas para la evaluación mensual de los menús

6.5) Normas para presentar el menú para su análisis, control y aprobación

6.6) Dietas especiales

6.7) Semanas incompletas



Pliego Prescripciones Técnicas (Consejería Educación)

- ✓ Los catering elaboran estos menús de forma trimestral, planteándolos para su valoración y aprobación por el equipo de asesores de la SANCYD.



- ✓ Los asesores valoran la adaptación del menú a las condiciones expuestas en el PPT , destacando los aspectos a mejorar para que el menú sea aprobado definitivamente para su implantación.

SEMANA 45	LUNES	3	MARTES	4	MIÉRCOLES	5	JUEVES	6	VIERNES	7
	Guiso de patatas con zanahoria y guisantes Salchichas de pollo al ajillo horneadas con ensalada de lechuga y zanahoria		Fuchero de garbanzos Huevo cocido con PISTO DE BERENJENAS RECETA MEJORADA		Sopa de ave con pasta de letras. Panga en salsa de zanahoria, guisante y arroz blanco cocido		Potaje de alubias con patata, cebolla, pimiento y tomate Tortilla francesa con ensalada de lechuga, y zanahoria		Crema de calabaza y cebolla Fideos gordos a la marinera con almejas y gambas RECETA MEJORADA	
	Pan	Fruta	Pan	Fruta	Pan	ZUMO-ECO	Pan	Fruta	Pan	Fruta
	gr. HC: 83	gr. Prot: 19	gr. HC: 88	gr. Prot: 24	gr. HC: 95	gr. Prot: 24	gr. HC: 85	gr. Prot: 22	gr. HC: 106	gr. Prot: 24
	gr. Lípidos: 23	Energía (kcal): 613	gr. Lípidos: 23	Energía (kcal): 653	gr. Lípidos: 21	Energía (kcal): 665	gr. Lípidos: 23	Energía (kcal): 636	gr. Lípidos: 21	Energía (kcal): 702
VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	
VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	
RECOMENDACIONES DE CENA: Pescado rebozado		RECOMENDACIONES DE CENA: Ternera en salsa con arroz		RECOMENDACIONES DE CENA: Canelones con queso		RECOMENDACIONES DE CENA: Pastel de pescado		RECOMENDACIONES DE CENA: Lomo con patatas		
TOTAL DE RACIONES: 2 LEGUMBRES, 5 HIDRATOS, 3 VERDURAS COCINADAS, 2 VERDURAS FRESCAS, 2 HUEVOS, 1 MARISCO-MOLUSCO, 1 PESCADO BLANCO, 1 CARNE Y 0 LÁCTEO.										
SEMANA 46	LUNES	10	MARTES	11	MIÉRCOLES	12	JUEVES	13	VIERNES	14
	Crema de zanahorias y patata Caella al horno la roteña con tomate, pimiento, cebolla y arroz blanco cocido		Potaje de lentejas con zanahoria y pimiento Huevo cocido con JUDIAS VERDES RECETA MEJORADA		Crema de calabacín y puerro CARNE MECHADA EN SALSA-NUEVO PLATO con ensalada de lechuga y zanahoria		Pasta macarrón con tomate Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria		Ensalada multicolor de lechuga, tomate zanahoria,maiz y col Potaje de garbanzos con chocos	
	Pan integral	Yogur + ZUMO ECO	Pan integral	Fruta	Pan	Fruta	Pan integral	Fruta	Pan integral	Fruta
	gr. HC: 106	gr. Prot: 25	gr. HC: 96	gr. Prot: 26	gr. HC: 78	gr. Prot: 18	gr. HC: 99	gr. Prot: 22	gr. HC: 85	gr. Prot: 23
	gr. Lípidos: 21	Energía (kcal): 707	gr. Lípidos: 20	Energía (kcal): 666	gr. Lípidos: 26	Energía (kcal): 623	Lípidos: 23	Energía: 691	gr. Lípidos: 24	Energía: 642
VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	
VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	
RECOMENDACIONES DE CENA: Pollo en salsa		RECOMENDACIONES DE CENA: Arroz con tomate		RECOMENDACIONES DE CENA: Ensalada y pescado en salsa		RECOMENDACIONES DE CENA: Barquitos de berenjena rellenos		RECOMENDACIONES DE CENA: Pavo con verduras asadas		
TOTAL DE RACIONES: 2 LEGUMBRES, 5 HIDRATOS, 3 VERDURAS COCINADAS, 2 VERDURAS FRESCAS, 2 HUEVOS, 1 CEFALOPODO, 1 PESCADO AZUL, 1 CARNE Y 1 LÁCTEO.										
SEMANA 47	LUNES	17	MARTES	18	MIÉRCOLES	19	JUEVES	20	VIERNES	21
	Crema hortelana de calabaza, calabacín y zanahoria Albóndigas de cerdo en salsa de la abuela (tomate, pimiento, cebolla)		Sopa de verduras (zanahoria, puerro, coliflor) Pasta Espiral con atún blanco a la carbonara (bechamel)		Ensalada de la huerta con lechuga, tomate, protos de soja, maíz y zanahoria. Alubias estofadas con chorizo		Arroz a la cubana con sofrito de tomate ABADEJO al horno en salsa verde con guisantes. NUEVO PRODUCTO		Potaje de garbanzos con espinacas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria	
	Pan integral	Yogur + ZUMO ECO	Pan	Fruta	Pan	Fruta	Pan	Fruta	Pan	Fruta
	gr. HC: 88	gr. Prot: 22	gr. HC: 97	gr. Prot: 27	gr. HC: 82	gr. Prot: 20	gr. HC: 104	gr. Prot: 23	gr. HC: 88	gr. Prot: 21
	gr. Lípidos: 26	Energía (kcal): 697	gr. Lípidos: 21	Energía: 664	gr. Lípidos: 23	Energía (kcal): 614	gr. Lípidos: 20	Energía (kcal): 696	gr. Lípidos: 27	Energía (kcal): 679
VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	
VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	
RECOMENDACIONES DE CENA: Ratoncitos de arroz con salsa de soja		RECOMENDACIONES DE CENA: Jamoncitos de pollo		RECOMENDACIONES DE CENA: Tortilla de calabacines		RECOMENDACIONES DE CENA: San jacob con ensalada		RECOMENDACIONES DE CENA: Pescado en salsa		
TOTAL DE RACIONES: 2 LEGUMBRES, 5 HIDRATOS, 2 VERDURAS COCINADAS, 3 VERDURAS FRESCAS, 1 HUEVOS, 1 PESCADO BLANCO, 1 PESCADO AZUL, 1 CARNE Y 1 LÁCTEO.										
SEMANA 48	LUNES	24	MARTES	25	MIÉRCOLES	26	JUEVES	27	VIERNES	28
	Potaje de lentejas con zanahoria y pimiento Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria		Pasta Ceditos a la aurora con bechamel Panga al horno en salsa verde con ensalada de lechuga y zanahoria		Sopa de verduras (zanahoria, puerro, coliflor) Arroz marinero con almejas y gambas-RECETA MEJORADA		Crema de patata y zanahoria Hamburguesa de ternera con salsa de tomate y ensalada de lechuga y zanahoria		Potaje de alubias con patata, cebolla, pimiento y tomate Huevo cocido con JUDIAS VERDES RECETA MEJORADA	
	Pan integral	Fruta	Pan integral	Fruta	Pan integral	Fruta	Pan integral	Fruta	Pan integral	Fruta
	gr. HC: 89	gr. Prot: 23	gr. HC: 97	gr. Prot: 23	gr. HC: 98	gr. Prot: 22	gr. HC: 88	gr. Prot: 23	gr. HC: 97	gr. Prot: 24
	gr. Lípidos: 24	Energía (kcal): 666	gr. Lípidos: 24	Energía (kcal): 689	Lípidos: 21	Energía: 645	gr. Lípidos: 21	Energía (kcal): 624	gr. Lípidos: 22	Energía (kcal): 678
VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	VERD. FRESCA	X	
VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	VERD. COCINADA	X	
RECOMENDACIONES DE CENA: Pan de pita relleno de verduras y pollo		RECOMENDACIONES DE CENA: Crujiente de champiñones con queso		RECOMENDACIONES DE CENA: Jamoncitos de pollo en salsa		RECOMENDACIONES DE CENA: Pasta gratinada		RECOMENDACIONES DE CENA: Croquetas de bacalao		
TOTAL DE RACIONES: 2 LEGUMBRES, 5 HIDRATOS, 2 VERDURAS COCINADAS, 3 VERDURAS FRESCAS, 2 HUEVOS, 1 PESCADO BLANCO, 1 MARISCO-MOLUSCO, 1 CARNE Y 1 LÁCTEO.										

Para más información....

La MERIENDA junto con la cena complementan la comida servida en el centro. El momento de la merienda puede ser utilizado para incluir alimentos como frutas y/o lácteos, cereales y otros productos.

A continuación enumeramos ejemplos de meriendas saludables: Yogur y pan con aceite de oliva y jamón / Vaso de Leche y sandwich con embutido o fiambre magro / 2 yogures con cereales / Zumo de naranja con galleta y quesito / Vaso de leche y pan con 2 onzas de chocolate con leche... (PROGRAMA PERSEO- ESTRATEGIA NAOS)

	ROT.OTOÑO-INV
Semana 3	LUNES

FICHA 2º PLATO		GUISO DE PATATAS				
Ingredientes	Cantidad G	g Proteinas	g Lipidos	g Hidratos	kcal	TC
Patata	140	2,8	0,1	26,6	118	
Ajo	5	0,3	0	1,4	7	
vino blanco	5	0	0	0,1	3	
tomillo	1	0	0	0	0	
Cebolla, tierna	10	0,1	0	1,3	5,5	
Guisantes	20	0,6	0	1,6	8	
Pimiento	10	0,3	0	0,8	4	
Zanahoria	25	0,3	0,75	2,25	11	
Aceite oliva virgen extra	10	0	10	0	90	
Sal yodada	2,00	0	0	0	0	
Colorante alimentario	2,00	0	0	0	0	
Pimentón molido	3	0	0	0	0	
Hoja de laurel	1	0	0	0	0	
TOTAL	234	4,4	10,85	34,05	246,5	HERVIDO

FICHA 2º PLATO		SALCHICHAS DE POLLO				
Ingredientes	Cantidad G	g Proteinas	g Lipidos	g Hidratos	kcal	TC
Salchicha de ave, (P.E.E)	50	8	3,35	1,5	62	
Ajo	5	0,3	0	1,4	7	
Sal yodada	2,00	0	0	0	0	
Aceite oliva virgen extra	3	0	3	0	27	
TOTAL	60	8,3	6,35	2,9	96	HORNEADO

GUARNICIÓN		ENSALADA MIXTA				
Ingredientes	Cantidad G	g Proteinas	g Lipidos	g Hidratos	kcal	TC
Lechuga iceber	40	0,5	0,1	1,2	8	
Zanahoria rallada	40	0,5	0,1	3,6	8	
Aceite oliva virgen extra	5	0	5	0	45	
Sal yodada	2	0	0	0	0	
TOTAL	87	1	5,2	4,8	74	CRUDO

PAN		PAN INTEGRAL				
Ingredientes	Cantidad G	g Proteinas	g Lipidos	g Hidratos	kcal	TC
Pan Integral	60	4,8	0,7	29,4	143	HORNEADO

FICHA POSTRE		FRUTA				
Ingredientes	Cantidad G	g Proteinas	g Lipidos	g Hidratos	kcal	TC
MANZANA ROJA	25	0,08	0,03	2,9	11,5	
PERA DE AGUA	25	0,1	0,08	2,9	12	
MELÓN	25	0,2	0,05	1,65	8	
KIWI	25	0,25	0,15	2,25	11,5	
CIRUELA	25	0,2	0,05	2,5	11	
MEDIA	125	0,83	0,36	12,2	54	CRUDO

VALORACION NUTRICIONAL DEL MENU	19,33	23,46	83,35	613,5
MARGEN +/- 10 CORRECTO	14.63-26.8	19.49-27.79	80.44-107.25	590-710
MACRONUTRIENTES	10-15%	30-35%	55-60%	650+/- 60 Kcal

MES EVALUADO

NOVIEMBRE

DESDE

03/11/2014

HASTA

28/11/2014

CORREGIDO:

16/07/2014

Nº REVISIÓN:

PRIMERA

CATERING:

	Máx.	Parcial	Puntuación	Comentarios
1 Una ración de carne por semana (o 1,5 en semanas alternas). Embutidos máx 2/mes.	1	0,5	0	<p>2-La carne del día 12 Y 17 no se considera magra, ya que según los datos incluidos en la ficha de elaboración del plato contiene mas del 10% de materia grasa.</p> <p>2-Según los datos de la ficha técnica de las salchichas, éstas contienen un 80 % de carne, por lo que para alcanzar el tamaño de ración para la carne se debe de servir al menos 65 g de salchichas (día 8).</p> <p>3-En la semana del 10-14 el arroz no aparece ningún día en tamaño de ración (40-70 g) . Se recomienda disminuir el gramaje de la patata el día 10 a los 40 g y aumentar el gramaje de arroz hasta situarlo en tamaño ración.</p> <p>4-El día 12 y 17 se debe de aumentar el gramaje de patata hasta alcanzar tamaño de ración (80-200 g). El día 5 se debe de aumentar el gramaje de arroz hasta alcanzar el tamaño de ración</p> <p>5-El día 7 y 20 la verdura es insuficiente. En el día 11 se ofertan 2 raciones de verduras, una en el primer plato y otra en el segundo (en ambos casos se alcanza el tamaño de ración).</p> <p>6-Se debe de especificar en la planilla mensual el tipo de carne usado el día 12 (cerdo).</p> <p>7-Se sugiere evitar repetir guarniciones en la misma semana para que el menú no resulte monótono (primera, segunda y cuarta semana).</p> <p>8-En la elaboración de la ficha técnica del plato, cuando se utilizen productos de elaboración externa se deberá de incluir la valoración nutricional indicada en la ficha técnica del producto (tortilla de patatas, tortilla francesa, albóndigas de cerdo).</p> <p>9-Se sugiere reducir la cantidad de sal de los menús. Además, el día 10, 12, 17, 20, 25 y 27 se indica sal, sin especificar si se trata de sal yodada.</p> <p>10-El día 12 los valores de hidratos de carbono están fuera de los márgenes establecidos en el pliego.</p> <p>11-En la provincia de Sevilla el día 3 es festivo, por lo que si se sirven menús en esa provincia se tendrán que modificar esa semana para adaptarla a las condiciones de semana incompleta (puede faltar una ración de legumbres o pescado, pero la ración de carne debe de estar presente)</p>
2 Dos raciones de pescado por semana y alternancia en la clase de pescado	1	0,5	1	
3 Huevo. Una o dos unidades a la semana	1	0,5	1	
4 Dos raciones de legumbres a la semana	1	0,5	1	
5 Variedad en la oferta de alimentos ricos en HC	1	0,5	0	
6 Una ración de verduras cada día y alternancia de verduras frescas y cocinadas	1	0,5	0,5	
7 Se ofertará fruta fresca en 4 ó 5 ocasiones a la semana	1	0,5	1	
8 Uso exclusivo de agua como bebida	1	0,5	1	
9 Fritos <1 vez por semana	1	0,5	1	
10 Información que aporta el menú	1	0,5	0,5	
11 Rotación de alimentos	1	0,5	1	
12 Información Técnicas culinarias	1	0,5	1	
13 Rotación Técnicas culinarias	1	0,5	1	
14 Ajuste de Energía y macronutrientes	1	0,5	0,5	
Total máx:				14
			10,5	Puntuación obtenida
Mínimo para calificación de APTO:				13
SI 0 en algún ítem: NO APTO				Observaciones: menú NO APTO.

Evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)

Evaluación de menús escolares de Andalucía. Manual de ejecución del programa de evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)

El programa de evaluación de menús escolares, se enmarca dentro de una estrategia de intervención sanitaria, en el marco de Promoción de la Salud, desarrollada por profesionales de Protección de la Salud.



Evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)

A. Evaluación nutricional:

- ✓ Frecuencia de consumo semanal por grupos de alimentos
- ✓ Semanas incompletas
- ✓ Recetas diferentes por grupos de alimentos
- ✓ Rotación mensual de alimentos que componen el menú
- ✓ Procesos culinarios de los alimentos
- ✓ Información que aporta el menú
- ✓ Rotación de menús

B. Evaluación in situ de la oferta alimentaria

C. Verificación de aspectos de la gestión y organización del comedor escolar

D. Actividades relacionadas con la educación sanitaria, hábitos alimentarios e higiénico saludables

E. Oferta alimentaria presente en máquinas expendedoras, cantinas y quioscos en los centros educativos con comedor escolar

Evaluación de menús escolares (Consejería de Salud)

Finalizadas las actividades de valoración, verificación y evaluación previstas en el programa, se realizara un **informe** por cada comedor escolar.



Deficiente / Mejorable / Optima.



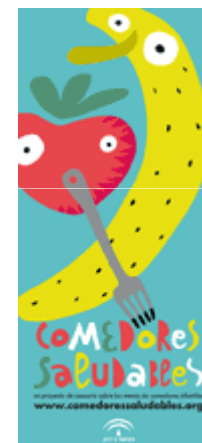
**No conformidades y propuestas
de mejora**

**Aplica a centros públicos y privados (incluidas guarderías)
Cumplimiento recomendado (no obligatorio)**

Comedores Saludables es un servicio que se pone en marcha en septiembre de 2007, en el marco del Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada 2004-2008

En el proyecto intervienen:

- ✓ **Consejería de Educación, Cultura y Deporte,**
- ✓ **Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales y**
- ✓ **Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética (SANCYD)**





JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES

COMEDORES SALUDABLES

BIENVENID@S A COMEDORES SALUDABLES.

IR A COMEDORES SALUDABLES PARA MENORES

IR A COMEDORES SALUDABLES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

IR A COMEDORES SALUDABLES PARA MAYORES

El objetivo general del servicio es promover una alimentación saludable en los diferentes tipos de centros dependientes de estas Consejerías, informando y asesorando sobre las bases para una alimentación equilibrada.

Copyright © 2010 Sancyd S.L.

SANCYD INSTITUTO ANDALUZ DE NUTRICIÓN CLÍNICA Y DIETÉTICA

JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES

SANCYD SOCIEDAD ANDALUZA DE NUTRICIÓN CLÍNICA Y DIETÉTICA

HOME | CONTACTO

Buscar A+ A- Cambiar tamaño de texto

COMEDORES SALUDABLES PARA MENORES

Introd.: alimentación saludable en la infancia

Alimentación en niños: de 0 a 3 años

Alimentación en niños: de 3 a 12 años

Ejercicio físico

Salud Bucodental

Obesidad

Errores más frecuentes en la alimentación infantil

Recomendaciones a padres y madres para completar la dieta en casa

Seguridad e higiene de los alimentos en comedores de centros educativos

Menús y Asesorías

Legislación y normativa

Enlaces

Participa en tu Alimentación

Información sobre Jornadas Comedores Saludables

[Sancyd.es - Comedores Saludables Escolares](#)

Fecha de actualización: 2011-09-30

BIENVENIDOS A SANCYD COMEDORES SALUDABLES PARA MENORES

COMEDORES SALUDABLES es un servicio que se pone en marcha gracias a la colaboración de la Consejería de Salud y Bienestar Social, la Consejería de Educación y la Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética (SANCYD).

La finalidad del servicio es ofrecer a todos los ciudadanos y ciudadanas información sobre cómo mantener unos hábitos de alimentación equilibrados, y criterios para valorar desde un punto de vista nutricional la adecuación de los menús que se ofrecen en los comedores colectivos (centros educativos, de personas mayores, con discapacidad, etc) . Para ello se pone a disposición de todas las personas interesadas, diferentes documentos que les permitirán conocer cuales son las características básicas de una alimentación equilibrada y saludable, así como de otros aspectos relacionados con la alimentación y de estilos de vida.

También es posible hacer un asesoramiento directo sobre el menú ofertado en un centro concreto, estando este servicio destinado actualmente sólo a los responsables de los centros educativos ((Escuelas Infantiles, Escuelas de Educación Primaria y Secundaria), de personas mayores y de personas con discapacidad.

El programa Comedores Saludables se realiza a través del convenio de colaboración firmado por la Consejería de Salud y Bienestar Social y SANCYD para el desarrollo del Plan para la Promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada.



Alejandra Rivera Torres
Dietista-Nutricionista

Dietistas-Nutricionistas del Sur, S.L
Equipo de Revisión de Menús Escolares de la
Sociedad Andaluza de Nutrición Clínica y Dietética
(SANCYD)

GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!