

INFORMACIÓN QUE DEBE CONTENER UNA FICHA TÉCNICA EN RESTAURACIÓN COLECTIVA

Una ficha técnica en restauración colectiva es un documento que recoge toda la información que se necesita para elaborar una receta. A diferencia de las recetas, las fichas técnicas deben recoger información adicional, como la valoración nutricional de los platos, los alérgenos presentes, etc.

Actualmente, a nivel legislativo, no se encuentran regulados los requisitos que deben cumplir las fichas técnicas, sin embargo, según la *Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición*, es obligatorio que los centros educativos y escuelas infantiles tengan a disposición de las familias la información de los productos utilizados para elaborar los menús, que sea exigible por las normas sobre etiquetado de productos alimenticios, de manera que lo más práctico, es proporcionar dicha información a través de esta herramienta.

Como información imprescindible que debe figurar podemos citar:

- Nombre del plato: debe ser lo más descriptivo posible indicando el tipo de alimento y la técnica culinaria empleada. Ejemplo incorrecto: pescado con patatas; ejemplo correcto: merluza a la plancha con patatas al horno.
- Ingredientes del plato.
 - Aquellos ingredientes que sean alimentos de elaboración externa serán detallados indicando la marca, sus ingredientes y sus alérgenos.
- Cantidad de los ingredientes (expresados en g, Kg, l...).
- Valoración nutricional de cada plato y valoración nutricional global del menú indicando: energía expresada en Kcal y KJ, proteínas, grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares y sal.
 - Indicar el % de los macronutrientes.
- Alérgenos: indicar mediante pictogramas los alérgenos de cada plato.

Por otro lado, también es importante incluir la siguiente información:

- Grupo al que pertenece cada plato: primeros, segundos, postres...
- Pan: indicar que tipo de pan se emplea.
- Bebida: indicar que tipo de bebida se emplea.
- Técnica culinaria empleada: vapor, fritura, horno, plancha...
- Observaciones: para hacer alguna puntualización sobre el plato.

Todo debe expresarse por plato individual. Además, la valoración nutricional debe expresarse también para el conjunto del menú.

Además de proporcionar toda la información necesaria, a nivel dietético-nutricional es importante, ya que el cumplimiento de las fichas técnicas permite que los objetivos nutritivos del menú varíen lo menos posible.

La ficha técnica debe estar disponible para todo el equipo de cocina con el objetivo de garantizar la calidad de las elaboraciones.

Los platos vegetarianos y veganos pueden señalarse opcionalmente para informar de la ausencia de alimentos de origen animal.

REFERENCIAS

- <http://entreservicios.com/banco-de-conocimiento/gestion/elaborar-una-ficha-tecnica-o-escandallo>
- <http://www.estudiahosteleria.com/blog/ficha-tecnica-de-un-plato?piloto=n2>
- https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2011-11604
- Cabezuelo, G., Frontera, P., (2016), *Comedores escolares saludables*, Madrid, España, Grupo 5.

COMISIÓN DE TRABAJO DE RESTAURACIÓN COLECTIVA. Colegio Profesional de Dietistas-Nutricionistas de Andalucía.