



## INFORME TÉCNICO CUALITATIVO MENÚ ESCOLETA MUNICIPAL SENCELLES

A partir de la documentación facilitada, y dado que sólo se posee información sobre la denominación de los platos que componen el menú, **se procede a realizar una valoración, únicamente, cualitativa** del mismo.

Para realizar una valoración nutricional cuantitativa del menú sería necesario facilitar la documentación sobre las fichas técnicas de producción de los platos en las que aparece la descripción y cantidad de los ingredientes utilizados.

En la elaboración de las comidas deben tenerse en cuenta tanto aspectos nutritivos como sensoriales y organolépticos. Por ello, desde el comedor escolar se debe:

1. **Proporcionar** una comida de calidad, tanto desde el punto de vista nutricional (criterios de equilibrio y variedad) como bajo criterios de higiénicos, sensoriales y educativos.
2. **Promover** hábitos higiénicos, alimentarios y de comportamiento adecuados, así como aspectos sociales y de convivencia de las comidas.
3. **Potenciar** la variedad e identidad gastronómica de la zona.
4. **Fomentar** la identificación, el descubrimiento y la progresiva aceptación de los diferentes alimentos y platos, educando a los niños en el placer de comer con moderación.
5. **Compartir** con la familia la responsabilidad tanto de la alimentación como de la promoción de hábitos adecuados, informando de la programación de menús y la evolución de los hábitos de los más pequeños.

La valoración en la composición cualitativa del menú se ha realizado a partir de las *Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància (de 0 a 3 anys)*<sup>1</sup>

De esta forma, se recomienda:

- **Cada día**, y de manera alternada, deben estar presentes en el menú alimentos de los siguientes grupos:
  - Cereales, alternando el consumo de pasta, arroz o patatas.
  - Proteicos, alternado el consumo de carne, pescado, huevos o legumbres.
  - Verdura, alternando el consumo de verdura cruda o verdura cocida.



- Las **frutas frescas** deben constituir el **postre habitual** para facilitar el cumplimiento de la recomendación de 3 raciones de fruta al día. Si no es así, debe asegurarse la fruta en el desayuno y a media mañana.
- **El agua, el aceite de oliva y el pan deben estar presentes en todos los menús.**
- Introducir en los menús **alimentos de temporada**, sobre todo frutas frescas y verduras.
- En los alimentos para niños no se debe añadir **azúcar, miel ni edulcorantes**.
- Dar a conocer, a través de los menús, las **tradiciones** que relacionan determinadas festividades con la **gastronomía local**. El comedor escolar además de satisfacer las necesidades nutricionales de los niños es un espacio educativo más de la escuela y debe aprovecharse para transmitir la cultura gastronómica del entorno. **Menús no tradicionales** como pueden ser los **menús vegetarianos**, que excluyen carne y pescado pero incluyen huevos y lácteos, bien planteados y suplementados cuando sea necesario, pueden satisfacer las necesidades nutricionales de los pequeños. No obstante, es necesario que los responsables del diseño de menús tanto en la escuela como los padres en casa tengan los conocimientos para poder hacerlo.
- Para facilitar la complementación del menú escolar, por parte de la familia, en la información de la programación del menú debe **especificarse el tipo de alimento, tipo de preparación**, así como **las guarniciones** y los **postres** programados.

---

<sup>1</sup> Direcció General de Salut Pública del Departament de Salut. Pla integral de Promoció de la Salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable, PAAS. Generalitat de Catalunya Agència de Protecció de la Salut. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya. En fase de edició.



Así, una vez revisada la documentación escrita sobre los menús, **se observa que:**

1. Hay una **deficiencia de verdura cruda**, en general. Existiendo días en los que la presencia de la misma en cualquiera de sus formas (cruda o cocida) es nula.
  - *16 de febrero: Sopa de brou, Cordon blue de seitan, Iogurt.*
  - *24 de febrero: Sopa de brou, Pitrreres amb salsa d'ametlles, Iogurt.*
2. En cuanto a la fruta, la **presencia de fruta fresca** es **nula**, a favor de postres dulces (con o sin fruta) y lácteos.
3. La composición de las **guarniciones es inespecífica**, pudiendo haber días en los que el segundo plato no vaya acompañado de la misma.
  - *4 de febrero: Nyoquis de cabraza*
  - *9 de febrero: Seitan arrebossat*
  - *16 de febrero: Cordon blue de seitan*
  - *17 de febrero: Pollastre amb mell i canyella*
  - *23 de febrero: Hamburgueses de tempeh i mijo*
4. Hay una **presencia habitual** de productos propios de **culturas orientales**.

A partir de lo observado, **se recomienda:**

- **Introducir verdura cruda** en el menú, adecuando su preparación a la edad de los niños.
- **Aumentar** la **fruta fresca** como **postre habitual**.
- **Especificar** la **composición de los platos**, en lo referente a la guarnición y especificación del pescado de que sirve, evitando la denominación genérica.
- **Potenciar** los **alimentos propios de la zona** y característicos de la dieta mediterránea.



Sencelles, 17 de març de 2009

Ajuntament de Sencelles  
Illes Balears

Benvolguts pares/mares:

Ens posam en contacte amb vosaltres per donar-vos la següent informació damunt el menú de la Escoleta Infantil.

Essent informats d'un document elaborat per el col·legi de nutricionistes damunt el menú de l'Escoleta. Hem decidit seguir les recomanacions proposades incorporant els suggeriments d'aquest informe. Amb aquesta decisió creiem que incrementam qualitat del menú servit per als nostres infants.

Transcripció de els suggeriments:

*“ A partir de lo observado, se recomienda:*

- *Introducir verdura cruda en el menu, adecuando su preparación a la edad de los niños.*
- *Aumentar la fruta fresca como postre habitual*
- *Especificar la composición de los platos, en lo referente a la guarnición*
- *Potenciar los alimentos propios de la zona y característicos de la dieta mediterranea”*

*Informe técnico cualitativo Menu escoleta Municipal de Sencelles  
Col·legi Oficial de Dietistes-Nutricionistes de les Illes Balears*

Mesures adoptades:

- 1- Respecte al consum de verdures crues, s'introduiran les mateixes com a guarnició d'un dels dos plats principals.
- 2- Respecte a la fruita fresca, ja que està demostrat que la fruita a les postres accelera el procés de digestió, i per tant, no es molt recomanable. Hem decidit introduir aquest aliment al començament del dinar, els dies que pertoqui. Els nins menjaran fruita, 1er i 2on plat, per aquest ordre.
- 3- Respecte als aliment propis de l'illa, dir-vos que totes les verdures i fruites que componen el menú majoritàriament es produeixen a la nostra terra (patates, pastanaga, ceba, pomes, peres, taronges, espinacs...son ingredients utilitzats als plats servits al menú) i provenen de cultius ecològics, això també pels aliments proteínics d'origen vegetal (son fets a l'Illa i son ecològics). El que si hem decidit és incorporar qualche plat més, propis de la nostra dieta (escaldums, gatò, pilotes, peix a la mallorquina...).

Aquestes novetats les podreu observar a partir del proper mes d'abril.

Gracies per la vostra col·laboració

Escoleta Infantil de Sencelles i Regidoria d'Educació de l'Ajuntament de Sencelles



Estimado Sr. Aguilera

El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears CODNIB en base al artículo 5.2 de sus Estatutos (BOIB núm. 40) asume, en el ámbito territorial de Illes Balears, las competencias y funciones para cumplir sus objetivos de cooperación en la Salud Pública, ordenación del ejercicio profesional de la Nutrición Humana, Dietética y Alimentación, y la garantía del ejercicio ético y de calidad en la profesión.

Por lo anterior y en conocimiento de las medidas adoptadas por los responsables de la Escoleta de Sencelles, respecto del Informe Pericial emitido por esta Corporación de derecho público a solicitud de un grupo de padres, y en concreto respecto de la medida:

**“(…)està demostrat que la fruita a les postres accelera el procés de la digestió, i per tant no és molt recomanable. Hem decidit introduir aquest aliment al començament del dinar, els dies que pertoqui. Els nins menjaran fruita, 1er i 2on plat, per aquest ordre”:**

El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears desea hacerle saber que:

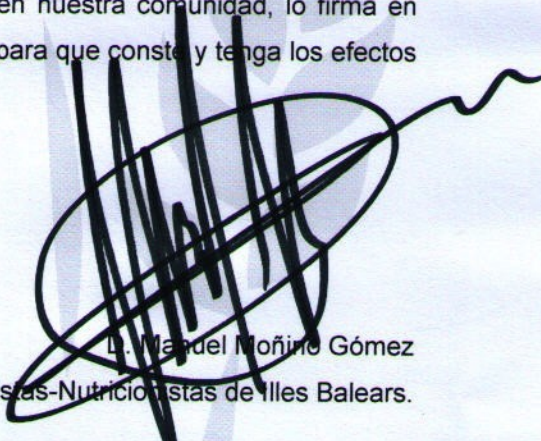
- **No existe ninguna evidencia científica en nutrición humana que avale esa medida; es más, entra en conflicto con una práctica habitual en nuestro entorno y su aplicación pueden poner en riesgo la configuración de hábitos alimentarios saludables en el niño.**
- **Asimismo, respecto del empleo habitual de fuentes proteicas vegetales propia de otras culturas como el seitan, tofu o tempe, CODNIB y en base a su informe, no está en contra de su uso, pero sí debería reconsiderarse un empleo quincenal o mensual.**

Con la confianza de poder atender las necesidades y demandas de los ciudadanos, y promover el adecuado ejercicio de la Nutrición Humana y Dietética en nuestra comunidad, lo firma en Palma de Mallorca a dieciocho de marzo de dos mil nueve, para que conste y tenga los efectos oportunos,

Col·legi Oficial de  
**Dietistes-Nutricionistes**  
de les Illes Balears



CIF Q0700534A  
C/ Enric Alzamora 6, 3ª 4ª. 07002 Palma de Mallorca  
Tel./Fax: 971 71 88 64 - www.codnib.es

  
D. Manuel Moñino Gómez  
Presidente del Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de Illes Balears.