

**Menús Escolares: analizados, durante dos semanas, los menús diarios de 211 centros educativos en 18 provincias del país, entre ellos, doce de Asturias**

## **Mejora la calidad nutricional de los menús escolares, pero uno de cada tres son mediocres o malos**

**Cinco de los doce centros analizados en Asturias suspenden la evaluación dietética. El precio medio del menú diario en los centros asturianos estudiados es un 14% más barato que la media del estudio (4,2 frente a 4,9 euros)**

Para un millón y medio de menores españoles el centro escolar es su comedor diario de lunes a viernes. Por ello, es importante que el menú que consumen en el colegio sea equilibrado y saludable, o, lo que es casi lo mismo, que garantice la ingesta frecuente de pescado, fruta, legumbre, verdura y hortalizas, y reduzca la de precocinados y bollería.

**CONSUMER EROSKI** ha estudiado dos menús semanales de cada uno de los 211 colegios (públicos, concertados y privados) de 18 provincias de nuestro país incluidos en el informe. La principal conclusión es que aunque la calidad nutricional de los menús escolares ha mejorado notablemente en los últimos años (se han comparado los resultados de este informe con los de uno equivalente publicado en 2004), aún son muchos los que adolecen de carencias relevantes. Entre ellas, que el 17% de los colegios no ofrecen verduras y hortalizas como mínimo un día a la semana, y que un 10% no dan pescado -fresco o congelado, pero no precocinado- a los alumnos siquiera una vez a la semana. En lo positivo, ninguno de los 211 colegios se excede en la oferta de bollería y dulces, ya que sólo se dispensan a los más pequeños y en ocasiones especiales. **Las mejoras más relevantes de esta evolución** han sido la incorporación de más pescado a los menús escolares (el *incumplimiento* ha pasado del 30% hace cuatro años al 10% actual) y otro tanto con la verdura (se pasa del 36% de 2004 al 17% actual). También hay que interpretar como valioso que el 14% de colegios sin legumbre en sus menús registrado hace cuatro años se haya convertido en el 6% actual. Sin olvidar que la reducción desde el 15% hasta el 5% de los colegios con exceso de precocinados y frituras (san jacobos, salchichas, croquetas, calamares). Esta mejora en la calidad nutricional ha venido, sin embargo, de la mano de un importante incremento en el precio del menú escolar: de los 3,8 euros diarios de media de 2004 se ha pasado a los 4,9 euros actuales, un aumento del 29%, el doble del IPC acumulado en este periodo, que es el 15%.

En el **Principado de Asturias, doce centros** (nueve de titularidad pública y tres más concertados) de los 68 colegios a los que se solicitó información remitieron los datos requeridos: dos menús semanales que incluían primer plato, segundo plato y postre. Se analizaron por tanto 24 menús. La nota global con la que se valoraron es un **'regular'**, con lo que se sitúan muy por debajo de la media nacional (un 'bien') y suspenden el examen de la revista sobre la calidad nutricional de estas dietas infantiles.

De los doce centros analizados, sólo cinco aprueban el examen nutricional con la máxima calificación, un 'muy bien'; y 2, con un mediocre 'aceptable'. Los cinco restantes suspenden: cinco con un 'regular' y dos con un rotundo 'mal'.

Las razones de estas pobres valoraciones: siete de los doce centros no incluyen al menos un día de la semana **verdura**, mientras que el **pescado fresco** escasea en un centro educativo y en dos de ellos escasea la **fruta fresca**. Lo que si se cumple de forma satisfactoria en estos colegios asturianos es la recomendación de médicos y nutricionistas acerca de no ofrecer **pasteles y bollos** como postre habitual de las comidas (sólo en ocasiones muy especiales), servir como mínimo una ración de **legumbres** a la semana y no abusar de **precocinados y derivados cárnicos grasos**.

Además de la evaluación dietética, se ha comprobado la preocupación de los centros educativos por atender las necesidades especiales de todos sus alumnos en cuestiones de alimentación. Así, todos los colegios elaboran menús alternativos para aquellos niños con problemas de alergias, obesidad, colesterol, menores celíacos o menores que tienen prohibidos ciertos productos por sus convicciones religiosas.

Respecto a los **precios** medios de los menús, los centros asturianos evaluados se encuentra por debajo de la media del informe (un 14% más barato): 4,2 euros de media diaria frente a los cerca de 5 del índice global. Además, 11 de los 12 centros asturianos analizados disponen de becas de comedor para ayudar a los padres de estos niños a hacer frente a este desembolso (un 18% de los 124 niños que de media se quedan a comer en cada uno de estos doce centros asturianos cuentan con estas ayudas económicas).

Por último, todos estos centros facilitan los menús a los padres de los alumnos de forma mensual o trimestral y por escrito o publicándolo en la página web de cada colegio.

### ***Más información:***

- en la tabla que aparece en la página siguiente
- en el sitio web exclusivo para periodistas [www.consumer.es/prensa](http://www.consumer.es/prensa)
- y si quieres consultar dudas o concertar una entrevista, te atendemos en los siguientes números de teléfono: **94-6211293** (la oficina) y **619257910** (el móvil).

Recibe un cordial saludo:

**Iñigo Marauri**, Redactor-Jefe de CONSUMER EROSKI  
**Ricardo Oleaga**, Director de CONSUMER EROSKI

## Defectos nutricionales de los menús escolares analizados en 211 centros escolares de todo el país \*

Provincia	No verdura (1)	No legumbre (2)	No pescado (3)	Escasa fruta fresca (4)	Exceso de precocinados (5)	Abuso de dulces (6)
A Coruña	27%	46%	18%	18%	36%	0%
Álava	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Alicante	30%	20%	10%	0%	0%	0%
<b>Asturias</b>	<b>58%</b>	<b>0%</b>	<b>8%</b>	<b>17%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>
Barcelona	0%	0%	31%	0%	6%	0%
Cantabria	27%	0%	18%	0%	9%	0%
Córdoba	55%	9%	9%	0%	9%	0%
Granada	60%	0%	0%	0%	10%	0%
Guipúzcoa	9%	0%	9%	9%	9%	0%
Madrid	0%	0%	6%	0%	0%	0%
Málaga	9%	0%	0%	0%	0%	0%
Murcia	15%	23%	15%	0%	8%	0%
Navarra	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Sevilla	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Valencia	8%	8%	17%	0%	8%	0%
Valladolid	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Vizcaya	0%	0%	0%	9%	0%	0%
Zaragoza	0%	8%	31%	0%	0%	0%
<b>Total 2008</b>	<b>17%</b>	<b>6%</b>	<b>10%</b>	<b>3%</b>	<b>5%</b>	<b>0%</b>
Total 2004 (7)	36%	14%	30%	8%	15%	3%

(1). Porcentaje de colegios que no incluyen verdura al menos una vez por semana en las dos semanas analizadas.

(2). Id. que no incluyen legumbre al menos una vez por semana.

(3). Id. que no incluyen pescado al menos una vez por semana.

(4). Id. que no incluyen fruta fresca al menos dos veces por semana.

(5). Id. que ponen precocinados y frituras (san jacobos, salchichas, croquetas) más de dos veces por semana.

(6). Id. que ponen como postre dulces o bollería más de dos veces por semana.

(7) Datos de un informe similar publicado en 2004 por CONSUMER EROSKI

\* Los datos se refieren exclusivamente a los menús escolares de los centros comparados: 211 en este informe de 2008, y 201 centros escolares en el de 2004.