

**Menús escolares: analizados, durante dos semanas, los menús diarios de 211 centros educativos en 18 provincias del país, entre ellos, once de Cantabria**

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

**Sólo uno de los once colegios analizados en Cantabria suspende la evaluación dietética. El precio medio diario del comedor, 4 euros, es un 18% más barato que la media del estudio (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 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 3% 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 **Cantabria, once centros** (diez públicos y uno concertado) de los 66 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 22 menús. La nota global con la que se valoraron se sitúa entre el **'aceptable'** y el **'bien'**, igual que la obtenida en un estudio similar realizado en 2004, pero algo más baja que la media del estudio de **CONSUMER EROSKI**.

Sólo uno de los once centros analizados suspende, con un 'mal', pero otros cuatro se quedan en un mediocre 'aceptable'. Las principales carencias se centran en la ausencia de platos de **verdura** y **pescado fresco** y **fruta**. Además, en los centros analizados en Cantabria se observa la escasa costumbre de acompañar segundos platos con

guarniciones a base de verduras y hortalizas, así como las pocas ensaladas de lechuga que sirven en las dietas infantiles.

No obstante, todos los colegios estudiados en Cantabria cumplían las frecuencias de consumo recomendadas en **legumbres** (como mínimo deben incluirse cada una de ellas una vez a la semana) en sus menús. También todos ellos limitaban el consumo de **pasteles y bollos** como postre en ocasiones muy especiales y no recurrían en exceso a productos **precocinados y derivados cárnicos** (san jacobos, salchichas, croquetas, calamares...).

Sólo en 8 de los 11 centros analizados se ofrece la posibilidad de preparar platos alternativos para los menores con problemas de diabetes, alérgicos, sobrepeso, celíacos o que no consumen ciertos productos por motivos religiosos o de salud.

En Cantabria, el **precio** medio diario de un menú escolar es de 4 euros, un 18% inferior a la media del conjunto del estudio (4,9 euros), con lo que se convierte en una de las comunidades autónomas menos onerosas de todo el informe. El incremento de este coste respecto a 2004 (3,1 euros) ha sido de un 29%, el doble del IPC acumulado en este periodo, un 14,6%. En la mayoría de los centros se ofrecen descuentos y subvenciones para costear el comedor escolar.

En líneas generales, la calidad dietética de los menús escolares no registra variaciones significativas en función de si la comida la prepara el propio colegio, si confían esta labor a una empresa externa (opción elegida por 8 de los 11 centros seleccionados) o si es un trabajo conjunto entre colegio y catering. En todos los casos, los centros aprueban el análisis realizado por esta revista, aunque uno de los dos colegios que cocinaban ellos mismos la comida suspendió el examen de **CONSUMER EROSKI** con un 'mal'.

Por último, todos los centros facilitan información a los menús a los padres de los alumnos, por lo general de forma escrita cada mes (64%), dos meses (9%), en cada trimestre (9%) o al comienzo del curso escolar (18%).

## ***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)	Exceso de precocinados (4)	Escasa fruta (5)	Abuso dulces (6)
A Coruña	27%	46%	18%	18%	36%	0%
Álava	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Alicante	30%	20%	10%	0%	0%	0%
Asturias	58%	0%	8%	17%	0%	0%
Barcelona	0%	0%	31%	0%	6%	0%
<b>Cantabria</b>	<b>27%</b>	<b>0%</b>	<b>18%</b>	<b>0%</b>	<b>9%</b>	<b>0%</b>
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%	15%	8%	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 ponen precocinados y frituras (san jacobos, salchichas, croquetas) más de dos veces por semana.  
 (5). Id. que no incluyen fruta fresca al menos 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.