

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

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

De los trece centros analizados en Murcia, diez aprueban, aunque cinco con un mediocre 'aceptable'. El precio medio de estos menús, 5,9 euros diarios, es un 20% superior a 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 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 **Murcia, trece centros** (7 concertados, 4 públicos y 2 privados) de los 73 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 26 menús. La nota global con la que se valoraron fue de un **'aceptable'**, muy superior a la obtenida en un estudio similar realizado en 2004 (un 'muy mal'), pero inferior a la media del estudio de **CONSUMER EROSKI**, un 'bien'.

De los trece centros analizados, diez aprueban el análisis nutricional, aunque cinco de ellos con un mediocre 'aceptable'. Hace cuatro años, 9 de los 16 colegios suspendieron el análisis y 8 de ellos lo hicieron con un 'muy mal'.

A pesar de esta mejora, en la actualidad los menús escolares de los colegios murcianos analizados arrastran carencias nutricionales. Las principales son la ausencia de **verdura** (en dos de los centros estudiados) y de **legumbres** (en tres de los centros estudiados) como platos principales, así como la de **pescado fresco** (en dos de los centros estudiados). Las recomendaciones de los expertos, sin embargo, indican que estos tres grupos de alimentos se deben consumir como mínimo una vez por semana, ya que son productos muy nutritivos que aportan a la dieta diaria proteínas, fibra, grasas saludables y minerales, entre otros elementos. A ello se suma que en uno de los colegios analizados se incluía más de dos veces a la semana **derivados cárnicos y productos precocinados** (san jacobos, salchichas, croquetas, calamares), práctica alejada de una dieta equilibrada y saludable.

Con todo, el aprobado general de los menús murcianos viene motivado porque todos cumplen con la frecuencia de consumo de **fruta fresca** (mínimo aconsejado: dos veces a la semana) y no abusa de los **dulces** (máximo recomendado: dos veces por semana, y no como sustitutivo del postre). Además, la mayor parte de los colegios de Murcia acostumbra a ofrecer, casi a diario, ensaladas como entrante o guarnición. Otro dato interesante es que en 6 de los 13 colegios dispensan pan integral entre una y dos veces por semana, y en 5 de ellos se acompaña la fruta de postre con un vaso de leche (aspecto que coincide con los menús madrileños).

Como nota positiva, en 11 de los 13 centros analizados en Murcia se ofrece la posibilidad de preparar platos alternativos para los menores con problemas de diabetes, alergias, menores que no toleran el gluten o que no consumen ciertos productos por motivos religiosos o de salud.

Los precios medios registrados en los colegios murcianos analizados se hallan entre los más caros del estudio. El **precio** medio diario de un menú escolar es de 5,9 euros, un 20% superior a la media del conjunto del estudio (4,9 euros). El incremento de este coste respecto a 2004 (3,6 euros) ha sido de un 51%, 36 puntos por encima del IPC acumulado en este periodo (un 14,6%). En la mayoría de los colegios se ofrecen ayudas y subvenciones a los padres para costear el servicio de comedor.

Las diferencias de precios en función de la titularidad del colegio son muy perceptibles: el precio medio de los colegios privados es un 17% más caro que el de los concertados, y un 74% más que el de los públicos.

Por último, todos los centros facilitan los menús a los padres de los alumnos, generalmente de forma mensual: en el 54% de los casos por escrito y en el 46% vía e-mail.

Más información:

- en la tabla que aparece en la página siguiente
- en el sitio web exclusivo para periodistas 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%
Asturias	58%	0%	8%	17%	0%	0%
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%
Total 2008	17%	6%	10%	3%	5%	0%
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.