

**Menús escolares: analizados los menús diarios de dos semanas en 211 colegios en 18 provincias de todo el país, entre ellos 11 vizcaínos**

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

**Ninguno de los 11 centros estudiados en Vizcaya suspendió el examen nutricional. El precio medio del menú escolar vizcaíno fue de 4,3 euros diarios, un 12% más barato que la media nacional (4,9 euros/día)**

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 **Vizcaya**, 11 centros (7 concertados y cuatro públicos) de los 51 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 que obtuvieron fue un '**bien**', inferior a la lograda en un estudio similar realizado en 2004 (un 'muy bien'), pero en la media nacional del informe de este año.

Fueron pocas las carencias detectadas en los menús escolares de los centros vizcaínos analizados; de hecho, ninguno suspendió este examen nutricional. Incluso 10 de los 11

centros vizcaínos merecieron un 'bien' o un 'muy bien'. Sin embargo, también se hallaron algunos aspectos mejorables, entre ellos la escasa oferta de guarniciones vegetales como acompañamiento de los segundos platos y la monotonía en la preparación de los platos de carne o de pescado: casi siempre se recurre a la fritura, el rebozado o el empanado, y se obvia el guiso o el estofado.

Uno de los centros se quedó en un mediocre 'aceptable' porque no cumplía la frecuencia de consumo de **fruta fresca**. Lo más correcto en un menú sano y equilibrado para los más pequeños es que el postre de más de la mitad de los días de la semana esté compuesto por fruta fresca, mientras que el resto de las jornadas lectivas se debe optar por lácteos sencillos como yogures, cuajadas y quesitos.

La totalidad de los centros estudiados en Vizcaya cumplían las frecuencias de consumo recomendadas en **verduras, legumbres y pescado -fresco o congelado, pero no precocinado-** (como mínimo deben incluirse en la comida, cada uno de estos tipos de alimentos, una vez a la semana), así como de fruta fresca (dos veces por semana). También con los **productos precocinados y derivados cárnicos grasos** se cumplen los preceptos mínimos: en ningún centro se halló en el menú escolar este tipo de alimentos más de dos días a la semana, frecuencia máxima aconsejada.

Otra nota positiva es que todos los centros escolares vizcaínos consultados afirmaron que ofrecen la posibilidad de **menús alternativos** para alumnos con problemas de colesterol, diabetes, alergias, sobrepeso, celiaquía, o que no consumen ciertos productos por motivos religiosos o culturales.

En Vizcaya, el **precio** medio diario de un menú escolar fue de 4,3 euros, un 12% menos que la media a nivel nacional (4,9 euros). Sin embargo, el incremento de este coste respecto al de 2004 (precio medio: 2,8 euros) ha sido de casi un 50%, más del triple que el IPC acumulado en este periodo (un 15%). Las diferencias de precios en función de la titularidad del colegio son perceptibles: el precio medio de los colegios concertados estudiados son un 12,5% más caros que los públicos (4,5 euros de los concertados frente a cuatro euros de los públicos). Tanto el precio más caro (5,3 euros) como el más barato (3,4 euros) de los estudiados en Vizcaya correspondieron a centros concertados. 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 la **titularidad** del centro, pública o privada.

Por último, todos los centros vizcaínos aseguraron facilitar información específica sobre los menús a los padres de los alumnos, generalmente con periodicidad trimestral: en el 81% de los casos lo hacen por escrito y en el 19% vía e-mail o en la página web del 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)
<b>A Coruña</b>	<b>27%</b>	<b>46%</b>	<b>18%</b>	<b>18%</b>	<b>36%</b>	<b>0%</b>
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%
<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.