

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

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

Ninguno de los trece centros analizados en Zaragoza suspende el examen, aunque cinco no pasan de un mediocre 'aceptable'. El precio medio diario del comedor es de 5,8 euros, un 18% más caro que la media del estudio

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 **Zaragoza**, trece centros (6 concertados y 7 públicos) de los 65 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 semanales. La nota global con la que se valoraron fue de un **'bien'**, en la media del conjunto de las 18 provincias, aunque superior a la obtenida en un estudio similar realizado en 2004 (un **'aceptable'**).

Pocas carencias se encontraron en los menús escolares de los centros zaragozanos analizados, puesto que ninguno de ellos suspendió el examen de la revista. De hecho, 8 de los 13 incluidos en el informe se valoraron con un **'muy bien'** o un **'bien'**. El resto, eso sí, se quedó en un mediocre **'aceptable'**.

Pese a las buenas calificaciones, se hallaron aspectos mejorables: cuatro de los 13 colegios analizados en Zaragoza no incluían al menos una vez a la semana **pescado fresco** o congelado no precocinado y en uno de ellos no aparecían **legumbres** entre las opciones para los menores. También se constató una escasez generalizada de ensaladas: casi la mitad de los colegios no incluían ensalada fresca ni como entrante, ni como primer plato ni como guarnición de los segundos platos.

No obstante, el resto de colegios cumplían las frecuencias de consumo recomendadas en **verduras** (como mínimo deben incluirse cada una de ellas una vez a la semana) y **fruta fresca** (al menos 2 veces por semana) en sus menús. También con los **productos precocinados y derivados cárnicos grasos** se cumplen los preceptos mínimos: en ninguno se halló este tipo de alimentos más de dos días a la semana, frecuencia máxima aconsejada.

Como nota positiva, en todos los centros analizados de la provincia zaragozana se ofrecía 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 Zaragoza, el **precio** medio diario de un menú escolar es de 5,8 euros, un 18% más caro que la media del conjunto del estudio (4,9 euros). El incremento de este coste respecto a 2004 (4,1 euros) ha sido de un 41%, casi 27 puntos por encima del IPC acumulado en este periodo (un 14,6%). Las diferencias de precios en función de la titularidad del colegio son perceptibles: el precio medio de los colegios concertados estudiados es un 25% más caro que el de los públicos (6,5 euros de los concertados frente a 5,2 euros de los públicos). El precio más caro (7 euros) corresponde a un colegio concertado, mientras que el más barato (3,4 euros) pertenece a un centro de titularidad pública. En la mayoría (8 de los 13 estudiados) de los centros se ofrecen descuentos y subvenciones a las familias para costear el servicio de comedor.

En líneas generales, la calidad dietética de los menús escolares tampoco registra variaciones significativas en función de si la gestión es pública o concertada. En ambos casos, los centros aprueban el análisis realizado por esta revista, aunque entre los públicos 4 de los 7 incluidos en el informe se conformaron con un mediocre 'aceptable'.

Por último, todos los centros facilitan los menús a los padres de los alumnos, generalmente de forma mensual o trimestral: en el 92% de los casos por escrito y en el 8% 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.