



## **ORDEN EDU/1752/2003, de 19 de diciembre , por la que se regula el servicio de comedor en los centros docentes públicos dependientes de la Consejería de Educación.**

La Ley Orgánica 10/2002, de 23 de diciembre, de Calidad de la Educación dispone en su artículo 41.3 que excepcionalmente, en aquellos casos en que, para garantizar la calidad de la enseñanza, los alumnos de enseñanza obligatoria hayan de estar escolarizados en un municipio próximo al de su residencia o a una distancia que lo justifique de acuerdo con la normativa al efecto, las Administraciones educativas prestarán de forma gratuita los servicios escolares de transporte, comedor y, en su caso, internado.

Por otro lado, el servicio de comedor es una prestación complementaria que ayuda a la conciliación de las necesidades familiares y educativas que impone la forma de vida laboral actual.

Asimismo, el Art. 2.2 f) de la citada Ley Orgánica reconoce como derecho básico del alumnado, entre otros, el derecho a recibir las ayudas precisas para compensar posibles carencias de tipo familiar, económico y sociocultural.

Resulta así necesario establecer el marco normativo que, de acuerdo con esas previsiones legales, concrete y mejore el régimen de funcionamiento del servicio de comedor escolar en los centros públicos.

En su virtud y en atención a las facultades conferidas por la Ley 3/2001, de 3 de julio, del Gobierno y de la Administración de la Comunidad de Castilla y León, previo dictamen del Consejo Escolar de Castilla y León,

**DISPONGO:**

**Artículo 1.º- Objeto.**

1.- El objeto de la presente Orden es regular el servicio de comedor en los centros docentes públicos dependientes de la Consejería de Educación.

2.- El servicio de comedor escolar comprenderá el almuerzo de mediodía y la atención a los alumnos durante el mismo y en los periodos de recreo anterior y posterior.

3.- El servicio de comedor puede prestarse con:

- Carácter preceptivo, como complemento a la educación, cuya finalidad es hacer posible o facilitar la actividad educativa.

- Carácter opcional, como elemento de conciliación de la vida laboral y familiar.

**Artículo 2.º- El servicio de comedor de carácter preceptivo.**

1.- La Consejería de Educación garantizará, en todo caso, la prestación gratuita del servicio de comedor a los alumnos escolarizados en centros públicos en los niveles de enseñanza obligatorios, en Educación Infantil y en Educación Especial que estén obligados a desplazarse fuera de su localidad de residencia por inexistencia del nivel educativo correspondiente dentro de su zona de escolarización.

2.- Así mismo, la Consejería de Educación garantizará la prestación gratuita de este servicio a los alumnos con necesidades educativas específicas, conforme al Real Decreto 696/1995, de 28 de abril, o asociadas a situaciones sociales o culturales desfavorecidas, de conformidad con lo previsto en el Real Decreto 229/1996, de 28 de febrero, que con el fin de garantizar una adecuada y equilibrada distribución entre los centros se encuentren matriculados, por decisión de la comisión de escolarización, en un centro de titularidad privada que cuente con servicio de comedor en los niveles de enseñanza obligatorios, en Educación Infantil o en Educación Especial.

**Artículo 3.º- Servicio de comedor de carácter opcional.**

1.- La prestación del servicio de comedor en centros docentes públicos en supuestos distintos a los del artículo anterior requerirá la previa autorización de la Dirección General de Infraestructuras y Equipamiento, en los términos establecidos en el presente artículo.

2.1. Corresponde al Consejo Escolar del centro acordar, por mayoría de sus miembros, solicitar el servicio de comedor escolar, una vez oídas las asociaciones de madres y padres de alumnos.

2.2. La solicitud deberá remitirse al Director Provincial de Educación correspondiente antes del 31 de enero del curso anterior al que se solicita la apertura, acompañada de los siguientes documentos:

- Certificación del acuerdo del Consejo Escolar.
- Memoria descriptiva de las características generales del servicio de comedor proyectado, firmada por el Director del centro, indicando expresamente el número de comensales previstos.

- Propuesta de Plan de funcionamiento del servicio de comedor.

2.3. Recibida la solicitud junto con la documentación en la Dirección Provincial de Educación, el Director Provincial recabará del Área Técnica de Construcciones y Equipamientos informe sobre la idoneidad de los espacios, equipamiento e instalaciones del centro solicitante y presupuesto de gastos; y del Área de Inspección Educativa informe sobre la conveniencia del servicio, donde se detallen el número y las características de los alumnos del centro docente.

2.4. El expediente acompañado del informe del Director Provincial sobre la procedencia de la autorización y la conveniencia de su ubicación en el centro, en otro establecimiento o, en su caso, en otro centro educativo, incluyendo el presupuesto económico, será remitido a la Dirección General de Infraestructuras y Equipamiento antes del 28 de febrero.

En aquellos supuestos que el Director Provincial proponga la autorización del servicio en un centro educativo distinto del solicitante, concentrando en un único centro dentro de un ámbito territorial determinado la prestación del servicio, se requerirá el informe favorable a la concentración del Consejo Escolar de los centros docentes solicitantes. Cuando proceda, se establecerá un sistema de traslado adecuado, que deberá ser autorizado por la Dirección Provincial, que garantice la seguridad del alumnado.

2.5. La Dirección General de Infraestructuras y Equipamiento con carácter previo a la resolución, remitirá el expediente a la Dirección General de Planificación y Ordenación Educativa para que informe sobre el mismo.

Corresponde al Director General de Infraestructuras y Equipamiento la resolución de los expedientes. La resolución será dictada antes del 15 de abril.

3.- Excepcionalmente, cuando las circunstancias así lo aconsejen, la Dirección General de Infraestructuras y Equipamiento podrá de oficio autorizar el funcionamiento del servicio de comedor, previo informe de la Dirección Provincial y del Consejo Escolar del centro, si está constituido, e informe favorable de la Dirección General de Planificación y Ordenación Educativa.

Artículo 4.º- Ubicación del servicio escolar de comedor.

El servicio de comedor se prestará ordinariamente en las instalaciones de los centros. De forma excepcional podrá autorizarse la prestación del servicio en otros establecimientos, en los términos del artículo 3.2.4.

Artículo 5.º- Periodo de funcionamiento.

1.- El servicio de comedor funcionará con carácter ordinario de 1 de octubre a 31 de mayo.

2.- El funcionamiento del servicio dependerá del horario general y de la jornada de los centros.

Artículo 6.º- Plan de funcionamiento.

1.- Corresponde a los consejos escolares de los centros docentes públicos aprobar la directrices de organización y el Plan de funcionamiento del servicio de comedor, que contendrá los siguientes objetivos y actuaciones:



- Desarrollar la adquisición de hábitos sociales, normas de urbanidad y cortesía y correcto uso y conservación de los útiles de comedor.
- Fomento de las actitudes de colaboración, solidaridad y convivencia.
- Actividades que desarrollen hábitos de correcta alimentación e higiene en la infancia y adolescencia.
- Actividades que fomenten actitudes de ayuda y colaboración entre los compañeros, prestando especial atención a los más pequeños y en las labores de puesta y recogida del servicio, a través de la figura del responsable de mesa.
- Actividades de expresión artística y corporal que contribuyan al desarrollo psicológico, social y afectivo de los alumnos.
- Actividades de libre elección y lúdicas que contribuyan al desarrollo de la personalidad y al fomento de hábitos sociales y culturales.

Una vez aprobado el Plan de funcionamiento por el Consejo Escolar pasará a ser parte integrante de la Programación General Anual del centro.

2.- La aprobación del Plan de funcionamiento del servicio de comedor se entenderá otorgada para el curso escolar y se renovará automáticamente si no varían los requisitos que dieron lugar a su otorgamiento.

3.- La dirección del centro docente informará a los padres y madres, antes del inicio del curso, del Plan de funcionamiento del servicio escolar de comedor.

Artículo 7.º- Usuarios del servicio de comedor escolar.

1.- Además de los alumnos que tienen derecho, en todo caso, a la prestación gratuita del servicio de comedor, de acuerdo con lo establecido en el artículo 2 de la presente Orden, todos los alumnos de los centros que dispongan del servicio de comedor podrán solicitar su utilización. En el caso de que existiese mayor número de solicitudes que plazas en el comedor, se atenderá al siguiente orden de prioridad:

1.º Los alumnos con derecho a la prestación gratuita total o parcial del servicio de comedor, por tener una situación económica y socio-familiar desfavorable de acuerdo con los criterios que se establecen en el artículo siguiente.

2.º Otro alumnado del centro.

3.º Personal docente y no docente que preste sus servicios en el centro.

2.- El coste diario del servicio deberá correr a cargo de sus usuarios, excepto en los casos en que tengan derecho a esta prestación de forma gratuita.

El impago de las cuotas por parte de los comensales será causa de pérdida del derecho a la utilización del servicio de comedor. Este hecho será decidido por el Consejo Escolar del centro.

3.- El personal docente y no docente del centro podrá utilizar el servicio de comedor, mediante el pago del importe del cubierto. En el caso del personal docente no habrá lugar a dicho pago siempre que desempeñen labores de asistencia y cuidado del alumno en el comedor y en los periodos de recreo anterior y posterior.

Artículo 8.º- Prestación gratuita total o parcial del servicio de comedor por tener una situación económica y socio-familiar desfavorable.

1.- Tendrán derecho a la prestación gratuita, total o parcial, del servicio de comedor los alumnos que se encuentren en una situación económica y socio-familiar desfavorable, siempre que estén matriculados en centros docentes públicos que dispongan de ese servicio o, de modo excepcional, lo estén por decisión de la comisión de escolarización en un centro privado concertado que igualmente disponga de tal servicio, sin que dicho centro se hubiese incluido en la solicitud de admisión por los padres o tutores.

2.- Para determinar, a efectos del derecho a la gratuidad, total o parcial, del servicio de comedor, si los alumnos se encuentran en una situación económica y socio-familiar desfavorable se tendrán en cuenta los siguientes criterios y puntuaciones:

2.1. La renta familiar.

Se computarán como ingresos familiares la totalidad de los ingresos de la unidad familiar, que se acreditarán mediante fotocopia compulsada de la declaración o

declaraciones, si se opta por la modalidad de declaración separada, del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas correspondiente al ejercicio anterior al de la solicitud o Certificación de Rentas de la Agencia Estatal de la Administración Tributaria en caso de no estar obligado/os a presentar declaración.

Al miembro o miembros de la unidad familiar que en el Certificado de Rentas expedido por la Agencia Estatal de la Administración Tributaria conste como no identificado, siempre que se acompañe de informe del asistente social en el que se acrediten las circunstancias socio-familiares especiales que imposibilitan la identificación, se le imputaran 0 x de rentas.

Al coeficiente resultante de dividir la suma de la bases imponibles previas a la aplicación del mínimo personal y familiar, entre el número de miembros de la unidad familiar se le adjudicará la puntuación siguiente:

Hasta 1.517 x 40 puntos

De 1.518 a 2.118 x 35 puntos

De 2.119 a 2.719 x 25 puntos

De 2.720 a 3.321 x 20 puntos

De 3.322 a 3.922 x 10 puntos

Más 3.923 x 0 puntos

Estas cantidades serán revisadas anualmente, aplicándose el índice interanual de precios al consumo general para todo el Estado del mes de junio.

## 2.2. Circunstancias socio-familiares.

Se valorarán las circunstancias socio-familiares especiales del alumno, de acuerdo con la puntuación otorgada en este apartado, siempre que se acrediten mediante fotocopias compulsadas de las certificaciones o documentos con validez oficial que para cada una de ellas se especifican:

- a) Orfandad absoluta 5 puntos  
(Libro de familia o certificado del Registro Civil).
- b) Situación de abandono familiar debidamente justificado 5 puntos  
(Informe de asistente social).
- c) Condición de residente en centros de acogida de menores, de refugiados o en situación de acogida en familias educadoras 5 puntos  
(Informe de asistente social).
- d) Situación de desocupación o paro laboral del padre, madre o tutor sin recibir prestaciones o subsidios, ninguno de los dos, por este concepto 5 puntos  
(Certificado expedido por el órgano competente en materia de desempleo).
- e) Familia numerosa 3 puntos  
Se otorgará un punto más por cada uno de los hijos que supere el número inicial de tres  
(Libro de familia)
- f) Orfandad de padre o madre 3 puntos  
(Libro de familia o certificado del Registro Civil).
- g) Por cada discapacidad física o psíquica, al menos del 33%, del alumno, padre, madre, tutor o hermanos 3 puntos  
(Calificación oficial de discapacidad expedida por la Gerencia de Servicios Sociales de la Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades)
- h) Desestructuración familiar (toxicomanía, alcoholismo, reclusión penitenciaria) ..2 puntos  
(Informe de asistente social).
- i) Distancia del domicilio del alumno al centro escolar:  
Hasta 1,5 Km. 1 puntos  
De 1,5 en adelante 2 puntos



(El dato correspondiente a esta distancia deberá ser cumplimentado por el centro escolar a partir del certificado de empadronamiento aportado por la familia del alumno).

2.3. El baremo de puntuación que se aplicará a las solicitudes para determinar el derecho a la prestación gratuita del servicio de comedor escolar será el siguiente:

- Más de 45 puntos: La gratuidad será total, por lo que el alumno no deberá abonar cantidad alguna por el servicio de comedor escolar.
- De 31 a 45 puntos: La gratuidad será del 75%, de modo que el alumno deberá abonar el 25% restante del coste del servicio de comedor escolar.
- De 15 a 30 puntos: La gratuidad será del 50%, por lo que el alumno deberá abonar el 50% restante del coste del servicio de comedor escolar.

3.- Los padres o tutores interesados en solicitar la prestación gratuita, total o parcial, del servicio de comedor, deberán presentar la solicitud conforme al modelo del Anexo I, en el periodo establecido para la matriculación de alumnos de cada una de las etapas educativas, en la Secretaría del centro docente donde el alumno cursará los estudios.

Excepcionalmente, los alumnos que, con carácter extraordinario, se hayan incorporado tardíamente al centro podrán presentar la solicitud en ese momento.

4.- Una vez valoradas las solicitudes por el Consejo Escolar, el secretario del mismo cumplimentará el certificado de propuesta que figura en el Anexo II y la relación de los alumnos solicitantes y puntuación ordenados de forma decreciente de acuerdo con la puntuación obtenida según el Anexo III y se enviarán a la Dirección Provincial de Educación correspondiente antes del 14 de septiembre.

Las solicitudes y la documentación aportadas por los interesados quedarán archivadas en los centros docentes.

5.- La Dirección Provincial de Educación correspondiente recopilará los certificados presentados por los centros docentes y hará un resumen general provincial en el que se indicará el número de alumnos solicitantes agrupados según la puntuación obtenida en orden decreciente.

6.- El Director Provincial de Educación resolverá el procedimiento estimando o denegando las solicitudes. La resolución se comunicará a los centros con antelación suficiente al comienzo de las actividades del servicio de comedor y éstos a su vez notificarán a los interesados la resolución de sus solicitudes.

7.- Los alumnos comensales con prestación gratuita total o parcial del servicio de comedor escolar no podrán recibir ninguna ayuda, por este concepto, de otros organismos públicos o privados, si la suma de todas ellas supera el importe total del menú. Los Consejos Escolares de los centros y la Inspección Educativa provincial velarán por el cumplimiento de estas incompatibilidades.

Artículo 9.º- Modalidades de gestión del servicio escolar de comedor.

1.- La Dirección General de Infraestructuras y Equipamiento determinará la modalidad de gestión del servicio que podrá realizarse en cualquiera de las siguientes formas:

- a) Mediante contratación del servicio con una empresa del sector o, en su defecto, con otros establecimientos abiertos al público.
- b) Gestionando el centro directamente el servicio.
- c) Concertando el servicio con la corporación local que esté interesada en ello, a cuyo efecto se formulará el oportuno convenio, o a través de acuerdos con entidades, instituciones o asociaciones de madres y padres de alumnos que ofrezcan garantías suficientes para la correcta prestación del servicio.

Cabe la existencia de una modalidad de gestión mixta en que determinadas partes del servicio se gestionen por la modalidad descrita en el apartado a) y el resto por la modalidad establecida en el apartado b).

2.- La contratación del servicio corresponde a los Directores Provinciales de Educación de acuerdo con lo dispuesto en la legislación vigente sobre desconcentración de determinadas funciones de contratación en las Direcciones Provinciales.

Artículo 10.º- Contratación de personal de cocina y servicio.



1.- En el supuesto de gestión directa del servicio de comedor por los centros, la contratación de personal de cocina y servicio que sea necesario para su buen funcionamiento se llevará a cabo por el órgano competente.

2.- En los supuestos de conciertos con ayuntamientos u otras entidades o instituciones, el personal necesario para la prestación del servicio de comedor será contratado y dependerá laboralmente del ayuntamiento o entidad correspondiente.

Artículo 11.º- Cuidadores y personal de atención a los alumnos.

1.- La atención educativa, apoyo y vigilancia de los alumnos comensales será efectuada con carácter preferente por personal docente y/o, en su caso, por cuidadores aportados por la empresa adjudicataria del servicio.

2.- El personal docente que participe voluntariamente en las tareas de atención al servicio de comedor y en los periodos de recreo anterior y posterior percibirá una gratificación extraordinaria que se fijará por el órgano competente.

3.- Cuando el servicio de comedor sea contratado, la empresa adjudicataria aportará los cuidadores necesarios para que, junto con los docentes, completen las ratios que se señalan en el apartado 5 de este mismo artículo. Este personal tendrá la cualificación de monitor de ocio y tiempo libre o, en su defecto, una formación equivalente facilitada por la empresa contratada.

4.- Se consideran funciones de atención al alumnado, además de la imprescindible presencia física durante la prestación del servicio de comedor y los recreos citados, las relativas a la orientación en materia de educación para la salud, de adquisición de hábitos sociales y de una correcta utilización y conservación del menaje de comedor y cuantas otras actitudes tiendan a la vigilancia, cuidado y dinamización de los alumnos.

El personal docente y los cuidadores aportados por la empresa adjudicataria deberán desarrollar, durante estas tareas de vigilancia y atención, las actividades señaladas en el Plan de funcionamiento del servicio de comedor.

5.- El número de cuidadores para atención a los alumnos en el servicio de comedor y recreos anterior y posterior, queda fijado de la siguiente manera:

- Un cuidador por cada treinta y cinco alumnos comensales o fracción superior a veinte de Educación Secundaria Obligatoria.
- Un cuidador por cada veinticinco alumnos comensales o fracción superior a quince de Educación Primaria.
- Un cuidador por cada quince alumnos comensales o fracción superior a diez de Educación Infantil.

En los centros de Educación Especial se podrán adecuar las ratios anteriores por el Director Provincial de Educación en atención a las singularidades que puedan concurrir en dichos centros.

Excepcionalmente se podrá aplicar por el Director Provincial de Educación, en los centros ordinarios que escolaricen alumnado en la modalidad de integración educativa, la ratio establecida para los centros de Educación Especial, una vez ponderada la atención específica que se presta por la organización del centro a aquellos alumnos cuyas condiciones de discapacidad así lo requieran.

Artículo 12.º- Fuentes de financiación del servicio de comedor escolar.

Para la financiación de los gastos ocasionados por el servicio de comedor escolar, los centros constituirán un fondo que, en cada curso, estará integrado por:

- a) Las cantidades procedentes de los Presupuestos Generales de la Comunidad de Castilla y León y que se asignarán a los centros por la Consejería de Educación.
- b) Las aportaciones pagadas por los usuarios como precio del servicio.
- c) Las cantidades que en concepto de subvención o ayuda, puedan recibirse para tales efectos de otras instituciones públicas o privadas.
- d) Otros ingresos.

Artículo 13.º- Coste diario del servicio de comedor escolar.

1.- La Dirección Provincial comunicará, con antelación suficiente al inicio de curso, el precio diario del cubierto en cada comedor escolar. El cálculo del precio se realizará de acuerdo con las instrucciones de la Dirección General de



Infraestructuras y Equipamiento. Este precio será hecho público en cada uno de los centros.

2.- En ningún centro se podrán establecer acuerdos de cuotas complementarias que modifiquen el precio fijado.

Artículo 14.º- Elaboración de las comidas.

1.- Los menús deberán ser aprobados por el Consejo Escolar y se adecuarán a las necesidades del alumno para alcanzar el correcto equilibrio dietético, cuidando de la variedad y la presentación de los alimentos y siguiendo las directrices generales desarrolladas en el Anexo IV.

2.- Los padres recibirán información sobre los menús con una periodicidad al menos mensual.

3.- El menú será el mismo para todos los comensales sin que proceda admitir ningún tipo de extra, salvo menú especial o de régimen para atender a los alumnos o personal docente que preste servicios de atención a los alumnos en el servicio de comedor que, mediante los correspondientes certificados médicos, acrediten la imposibilidad de ingerir determinados alimentos que perjudiquen su salud.

Artículo 15.º- Uso de las instalaciones por empresas adjudicatarias.

1.- El uso de la cocina y demás locales e instalaciones del centro por la empresa adjudicataria del servicio deberá ser autorizada expresamente por la Dirección Provincial de Educación, limitarse a lo necesario para la prestación del servicio de comedor escolar y adecuarse a las normas establecidas para el centro y el calendario y horario escolares.

2.- La empresa de servicio o el personal laboral contratado para la elaboración y manipulación de los alimentos se encargará de la limpieza tanto de la cocina y del comedor como del resto de espacios que sean de su utilización.

DISPOSICIÓN ADICIONAL

Única.- Atribuciones de los órganos de participación y de gobierno del centro docente.

1.- Corresponde al Consejo Escolar del centro:

- a) Elaborar las directrices para la programación y desarrollo del servicio.
- b) Aprobar y evaluar el Plan de Funcionamiento, como parte de la Programación General Anual del centro.
- c) Colaborar con la Dirección del centro y con la Dirección Provincial de Educación en las actuaciones relativas a la organización del servicio de comedor.
- d) Supervisar los aspectos administrativos y funcionales del servicio.
- e) Aprobar los menús, de acuerdo con las necesidades dietéticas de los alumnos.
- f) Informar al Director Provincial sobre la asistencia de alumnos de su centro al comedor escolar de otro.

2.- Corresponde al Director del centro:

- a) Elaborar, con el equipo directivo, el Plan anual de funcionamiento del servicio, como parte de la Programación General Anual del Centro.
- b) Dirigir y coordinar el servicio.
- c) Ejercer la jefatura de todo el personal adscrito al mismo, sin perjuicio de las relaciones laborales existentes, en su caso, entre las empresas concesionarias y su personal.
- d) Velar por el cumplimiento de las normas sobre sanidad, seguridad e higiene.

3.- Corresponde al Secretario del centro y, en su caso, al Administrador:

- a) Ejercer, de conformidad con las directrices del Director, las funciones de interlocutor con la Dirección Provincial, los usuarios del servicio, las empresas y los proveedores.
- b) Ejercer, por delegación del Director, la jefatura del personal contratado, en los casos de gestión directa.

DISPOSICIÓN TRANSITORIA

Única.- Las solicitudes de servicio de comedor de carácter opcional para el curso escolar 2004/2005 podrán remitirse a las Direcciones Provinciales hasta el 28 de febrero de 2004.

## DISPOSICIONES FINALES

Primera.- Se faculta a los Directores Generales de Planificación y Ordenación Educativa y de Infraestructuras y Equipamiento de la Consejería de Educación a dictar las instrucciones oportunas para la ejecución de lo establecido en la presente Orden.

Segunda.- La presente Orden entrará en vigor el día 1 de enero de 2004.

Valladolid 19 de diciembre de 2003.

El Consejero,

Fdo.: Fco. Javier Álvarez Guisasola

## ANEXO IV

### COMEDORES ESCOLARES

La alimentación constituye uno de los temas más importantes con los que se enfrentan los adultos responsables de los niños en edad escolar; además, el hecho de que los hábitos que se adquieren en la infancia tienden a persistir toda la vida, hacen al comedor escolar un lugar idóneo para tratar de inculcar una cultura nutricional.

Es importante tener en cuenta que nutrir adecuadamente es algo más que proveer de alimentos suficientes para el crecimiento del cuerpo, hay que atender las necesidades de los alumnos, que están condicionadas por el ritmo de crecimiento del organismo y el desarrollo o adquisición de funciones.

En general, se recomienda que la energía proceda en un 50-60% de los hidratos de carbono, en un 25-35% de las grasas y en un 10-15% de las proteínas. A su vez, los minerales y las vitaminas son estrictamente necesarios para el desarrollo y el crecimiento.

La selección de alimentos se debe hacer con el objetivo de conseguir lo mejor para la salud y bienestar del niño y adolescente. La mejor recomendación es elegir los alimentos para asegurar una dieta equilibrada. Para lograrlo deben formar parte de la dieta todos los grupos de alimentos: PLÁSTICOS (ricos en proteínas), ENERGÉTICOS (ricos en grasas e hidratos de carbono) y REGULADORES (ricos en vitaminas y minerales)

En este sentido, es aconsejable poner en marcha una serie de recomendaciones para contribuir a corregir los posibles errores que se puedan cometer y posibilitar el cumplimiento de los siguientes objetivos nutricionales:

Conseguir un crecimiento adecuado.

Evitar los déficits específicos de nutrientes.

Instaurar unos hábitos alimentarios correctos que puedan prevenir los problemas de salud que están relacionados con la alimentación (Obesidad, alteraciones del comportamiento alimenticio, caries, hipercolesterolemia, hipertensión y alteraciones en la mineralización ósea).

Por otro lado, hay que tener en cuenta que la distribución de las calorías diarias que un niño debería consumir en edad escolar sería:

Momento del día	% Kcal Totales
Desayuno-Media Mañana	20-25%
Comida	30-35%
Merienda	10-15%
Cena	20-30%

Así pues, el menú escolar representa entre el 30-35% del valor calórico total del día, de acuerdo a las características de la dieta equilibrada.

Normas a seguir para la elaboración de menús escolares equilibrados:

Asegurar un adecuado aporte calórico acorde a la edad y actividad física.

Mantener una correcta proporción en el aporte de proteínas (entre el 12-15% de las kcal totales), hidratos de carbono (entre el 50-55%) y grasas (entre el 30-35%).

Fomentar el consumo de cereales (pan, pasta, arroz); verduras; hortalizas y legumbres.

Incluir la fruta como elemento básico de la dieta que, en cualquier caso, se debe aportar fresca y entera.

Moderar el consumo de zumos no naturales y el consumo de dulces o añadidos en forma de azúcar a los alimentos de cada día.

Establecer un consumo de pescado de, al menos, 2 veces por semana.

Potenciar el consumo de aceite de oliva, frente al de otros aceites vegetales, margarinas o mantequilla.

La bebida a suministrar debe ser el agua frente a todo tipo de bebidas.

Mantener un aporte correcto de vitaminas y minerales a través de una dieta variada.

Otras condiciones a tener en cuenta para la elaboración de menús escolares.

Debe adaptarse, en lo posible, a las preferencias alimentarias de los niños.

Hay que variar los menús teniendo en cuenta la estacionalidad de los productos.

Conviene alternar las preparaciones culinarias.

Ofrecer de forma habitual fruta del tiempo y/o producto lácteo (yogur) como postre. Sólo de forma excepcional se sustituiría por dulce.

Tener presente que muchas preparaciones culinarias incorporan huevo en su preparación lo que exige controlar la oferta de este alimento como segundo plato.

Procurar incluir en las minutas como primer plato preparaciones ricas en proteínas vegetales, hidratos de carbono y fibra.

Incluir a diario, como guarnición de los segundos platos, diversas variedades de ensalada o de verduras.

Para los segundos platos utilizar, preferentemente, productos frescos, moderando la oferta de carnes a 2 ó 3 veces por semana.

Limitar al máximo la oferta de platos precocinados (hamburguesas, san jacobos, salchichas tipo frankfurt, ..) y cuando se oferten, hacerlo acompañados de guarnición de verduras.

Como resumen de estas indicaciones, la estructura básica de un menú escolar debe corresponder a:

Teniendo en cuenta el grupo de alimentos y su frecuencia, la estructura básica del menú escolar sería:

Los menús en los que se ofrece la posibilidad de elegir, la oferta debe ser coordinada para que la elección se ajuste siempre a la estructura básica. En estos casos, la educación nutricional de los escolares debe ser suficiente para que puedan realizar una buena selección.