

---

# Programa de revisió de menús escolars a la ciutat de Barcelona

---

20  
16  
—  
20  
17



CSB Consorci Sanitari  
de Barcelona



Agència  
de Salut Pública



Promoció de la salut

### Informe elaborat per:

Eva Gil, Karen López, Yesenia Cordero, Lourdes Egea, María Salvador, Olga Juárez

Servei de Salut Comunitària, Direcció de Promoció de la Salut, Agència de Salut Pública de Barcelona

### Agraïments:

A totes les persones que han fet possible aquesta revisió ,a les professionals del Programa de Revisió de Menús Escolars (PReME) de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (Departament de Salut) i a les professionals d'infermeria del Servei de Salut Comunitària de l'Agència de Salut Pública de Barcelona.

Agència de Salut Pública de Barcelona

Barcelona, 2018

### Citació recomanada:

Gil E., Karen López., Yesenia Cordero., Egea L., Salvador M., Juárez O. Programa de revisió de menús escolars (PReME). Informe curs 2016-2017. Barcelona. Agència de Salut Pública de Barcelona;2018.

Disponible en: [www.aspb.cat](http://www.aspb.cat)

## Índex

<a href="#">1.</a>	Resum executiu .....	4
<a href="#">2.</a>	Introducció.....	6
<a href="#">3.</a>	Objectiu.....	6
<a href="#">4.</a>	Metodologia.....	7
<a href="#">5.</a>	Resultats .....	9
<a href="#">6.</a>	Conclusions.....	12
<a href="#">7.</a>	Annexes.....	12

# 1. Resum executiu

## Descripció

El programa de revisió de menús escolars (PreME) s'ofereix des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) als centres escolars d'educació infantil, primària i secundària de la ciutat de Barcelona que disposen de servei de menjador.

## Objectiu

L'objectiu d'aquest informe és presentar l'avaluació de les programacions de menús escolars revisats a Barcelona al curs 2016-17, i la percepció per part de les escoles de la utilitat dels informes d'avaluació lliurats des de l'ASPB.

## Mètode

Des del Servei de Salut Comunitària (SESAC) s'ofereix la revisió de les programacions dels menús del menjador a les escoles amb una periodicitat triennial.

Els principals aspectes que s'avaluen de les programacions de menús es basen en la guia l'alimentació saludable en l'etapa escolar, elaborada i editada conjuntament entre els departaments d'Ensenyament i Salut l'any 2005 (versió 2012), i les recomanacions del document de l'Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición "Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos" (2010), elaborat en el marc de l'Estratègia NAOS

Posteriorment, s'envia un informe individualitzat a cada escola on consta l'avaluació de la programació dels menús, així com un conjunt de recomanacions per a la seva millora. Finalment, s'envia una enquesta de seguiment a la direcció del centre escolar amb la finalitat de valorar la utilitat de la revisió realitzada i l'aplicabilitat de les recomanacions proposades.

## Resultats

Al llarg del curs 2016-17 es van revisar els menús de 54 centres escolars de Barcelona als que corresponia la revisió d'aquest curs. Això va suposar un 42% dels 130 menús previstos a fer per any.

De les revisions es va extreure que en general, hi havia una alta adequació als criteris establerts. D'una banda, un alt percentatge de centres disposaven d'un espai exclusiu destinat al menjador (98%), i es va observar que hi havia un baix percentatge de centres que disposaven de màquines expenedores d'aliments i begudes (MEAB) accessibles a l'alumnat (4%).

D'altra banda, un elevat nombre de programacions (94%) van incloure en el menú diari, aliments frescos (fruites i/o hortalisses) i verdures i hortalisses (cuites o crues). A més, en un elevat percentatge de casos es van complir les freqüències recomanades de verdura (91%), arròs (91%) i llegums (94%) en els primers plats; així com de peix (97%) i carn (94%) en els segons plats. Es va extreure que cal millorar el compliment de les freqüències recomanades d'ous als segons plats, l'ús d'amanida com a guarnició i la fruita fresca com a les postres. Al 85% dels centres l'oli més utilitzat per amanir va ser el d'oliva.

Respecte a la utilitat de l'informe lliurat, tots centres escolars van considerar que era una eina útil i amb continguts comprensibles, un 88% va considerar que les mesures eren de fàcil aplicabilitat. El 94% dels centres van afirmar haver pogut adoptar alguna de les recomanacions que aportava l'informe.

## **Conclusions**

Fruit de les revisions, es conclou que aquest curs 2016-17 els menús dels centres escolars revisats es van adequar als criteris d'alimentació saludable establerts per PReME. Els centres escolars van mostrar elevada satisfacció amb els informes lliurats i les recomanacions proposades.

## 2. Introducció

El menjador escolar pot jugar un important rol en l'alimentació d'infants i adolescents, només garantint que l'alumnat tingui accés a una alimentació saludable, si no com una eina d'aprenentatge i formació. Fa més de 30 anys els Serveis de Salut Pública Municipals de Barcelona van desenvolupar l'avaluació de les programacions dels menús dels menjadors escolars. L'any 2006 es va iniciar el PReME mitjançant un conveni amb els departaments de Salut i d'Ensenyament. Des de llavors s'ha anat treballant per tal d'homogeneïtzar tant la intervenció com els criteris de valoració dels menús escolars. Actualment, l'ASPB ofereix la revisió dels menús escolars del Programa PreME a les escoles d'educació infantil, primària i secundària de la ciutat de Barcelona que disposen de servei de menjador escolar.

## 3. Objectius

Els objectius són:

- 1) Avaluar la programació dels menús escolars dels centres d'educació infantil, primària i secundària de Barcelona.
- 2) Avaluar la percepció de la utilitat de les revisions per part de les escoles.

## 4. Metodologia

La revisió dels menús s'ofereix des de l'ASPB a les escoles d'educació infantil, primària i secundària de Barcelona que disposen de servei de menjador escolar. La oferta es fa a les escoles amb una periodicitat triennal. Aquest període pot reduir-se de manera excepcional en determinades situacions, com els canvis de proveïdors dels serveis de menjador o qualsevol altra situació que ho faci recomanable.

El contacte amb les escoles es duu a terme des del SESAC mitjançant un e-mail, on es fa l'ofertament de la revisió. En aquest e-mail es demana la programació del menú de quatre setmanes (preferentment d'octubre o novembre) juntament amb un formulari amb dades d'organització del centre (veure Annex 1). Entre d'altres, el formulari inclou informació sobre les característiques dels centres i dels menjadors tals com les condicions d'alimentació a l'escola, el temps destinat per dinar, el tipus de servei de restauració o la disponibilitat de màquines expenedores d'aliments i begudes (MEABS) i els productes que aquestes ofereixen.

Amb la documentació aportada, les professionals del SESAC duen a terme la revisió dels menús. Els principals aspectes que s'avaluen de les programacions de menús es basen en la guia l'alimentació saludable en l'etapa escolar, elaborada i editada conjuntament entre els departaments d'Ensenyament i Salut l'any 2005, de la qual actualment es disposa d'una nova edició: "L'alimentació saludable en l'etapa escolar, versió 2012". També es tenen en compte els criteris consensuats entre les professionals que elaboren els informes i les recomanacions del document de l'Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición: "Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos" (2010), elaborat en el marc de l'Estratègia NAOS (veure Annex 2).

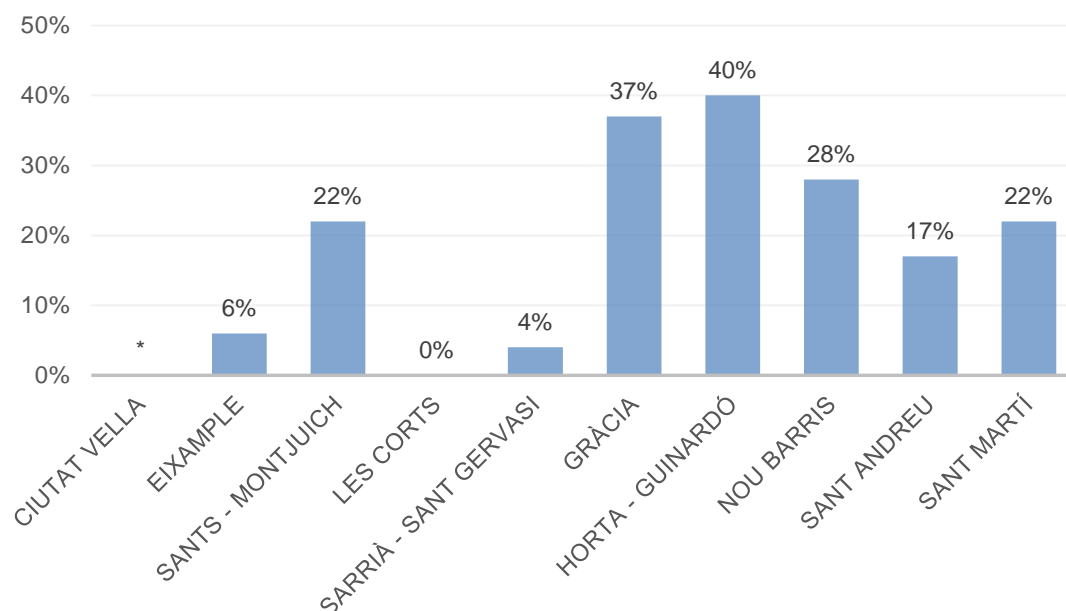
Amb les dades de la revisió s'elabora un informe individualitzat que es lliura a cada centre escolar. L'informe de revisió inclou recomanacions cas que hi hagi aspectes a millorar. Passats tres mesos després de lliurat l'informe de valoració, s'envia a les escoles una enquesta de seguiment (veure Annex 3). L'enquesta té com a objectiu avaluar la satisfacció de les escoles amb l'informe realitzat, es valora la utilitat i l'ús de l'informe de revisió, així com el grau d'adhesió a les mesures i suggerides.

## 5. Resultats

Al llarg del curs 2016-17 es van revisar els menús de 54 centres escolars de Barcelona el que va suposar un 42% dels 130 menús previstos a fer per any. Tots els centres als que s'ha revisat el menú eren d'educació primària, a més el 97% també tenia educació infantil i el 31% incloïa educació secundària. Per titularitat, el 66% corresponien a centres públics.

Segons districte i curs escolar, s'observa que són els districtes de Horta-Guinardó i Gràcia on s'han revisat un major percentatge de menús del total que pertocava revisar en aquest curs (40% i 37% respectivament) (Figura 1). Els percentatges de revisió més baixos els trobem als districtes de l'Eixample (6%) i Sarrià-Sant Gervasi (4%) i a Les Corts on no s'ha revisat cap menú. Cal destacar que aquest curs al districte de Ciutat Vella no pertocava cap revisió, ja que s'han revisat tots els menús dels centres escolars als darrers dos cursos.

Figura 1. Percentatge dels menús revisats segons els que pertocava al curs 2016-17 per districtes Curs 2016-17.



\*Al curs 2016-17 no pertocava revisar cap menú al districte de Ciutat vella

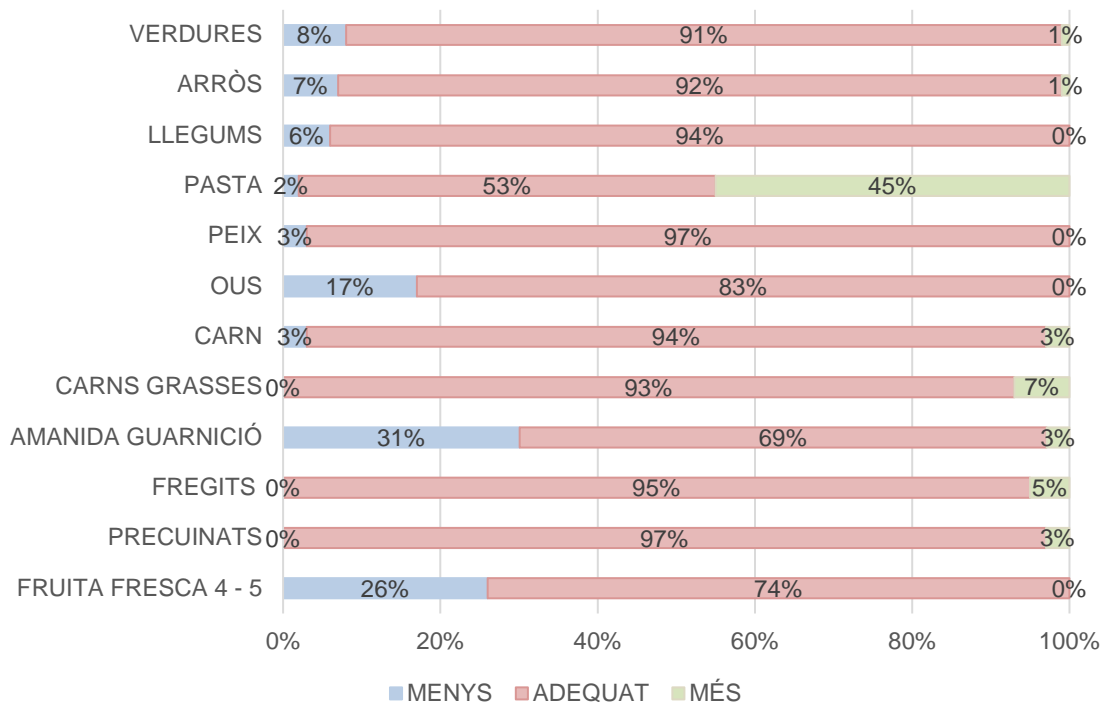
La gestió del menjador de les programacions revisades va dependre sobretot de la direcció del centre (75%) o de les Associacions de Famílies de l'Alumnat (AFAs) (12%). Més de la meitat dels centres (el 56%) utilitzaven un servei de restauració que



cuina a l'escola mateix, el 38% disposava de cuina pròpia i un 6% contractaven un servei de restauració que hi duia el dinar des d'una cuina central. La gran majoria de centres (98%) van disposar d'un espai exclusiu destinat a menjador. Respecte al temps per dinar, un centre (3%) van dedicar menys de 30 minuts i 5 centres (16%) entre 30 i 45 minuts, sent superior el temps dedicat a la resta de centres. Només tres centres disposaven de MEAB accessibles a l'alumnat de primària, en el cas de secundària, la disponibilitat va ser a 2 centres.

L'adequació de les programacions dels menús als criteris de les guies esmentades va ser alta. El percentatge mitjà de compliment de les freqüències de consum recomanades apareix a la Figura 2.

Figura 2. Percentatge de compliment de freqüències recomanades als menús revisats al curs 2016-17



En el 94% de les programacions servien aliments frescos (fruites i/o hortalisses) i verdures i hortalisses (cuites o crues). El compliment de les freqüències recomanades per als primers plats va ser molt alt en general, el 91% per a la verdura, el 92% per a l'arròs i 94% per als llegums. La freqüència recomanada de pasta (i també d'arròs) en els primers plats és d'una vegada per setmana, amb la finalitat de fomentar els llegums i la verdura (una o dues vegades per setmana). El 45% de programacions va presentar més pasta de la recomanada, degut a que servir pasta dos cops per setmana (una en forma de plat principal, com ara macarrons amb salsa de tomàquet, i

una altra en forma de sopa de pasta) és pràctica habitual del nostre entorn. Aquest fet, malgrat tot, no suposa cap problema nutricional ni dietètic en l'alimentació dels infants. Per als segons plats, el compliment va ser del 97% per al peix, 83% per als ous, 94% per a la carn i 69% per a l'amanida de guarnició (un 31% servien menys amanides de les recomanades). Pel que fa a la presència d'ous, les freqüències recomanades són d'almenys un a la setmana. Ens hem trobat que en algunes escoles no es van complir aquestes recomanacions en considerar que els ous normalment s'ofereixen en els sopars, però l'ideal seria que s'incloguessin també en els dinars per tal de garantir la presència d'aquest aliment tan important per la seva aportació nutricional. Destaca una alta adequació a les recomanacions respecte als fregits (95%) i precuinats (97%). Pel que fa a les postres, el 74% servien les racions setmanals recomanades de fruita (4-5 vegades/setmana). Segons el tipus d'oli utilitzat per cuinar, la majoria va fer servir oli d'oliva o de gira-sol alt oleic (76%), mentre que per amanir, el majoritari va ser el d'oliva en un 85%.

Trenta - un dels cinquanta –quatre centres revisats al curs 2016-2017 van respondre l'enquesta de seguiment, és a dir un 57%. Els resultats de l'enquesta de seguiment van ser força satisfactoris, mostrant que el 100% considerava la revisió una eina útil, el mateix percentatge que també opinava que els continguts tractats eren comprensibles, o que estava d'acord o molt d'acord que l'informe millorava la programació de menús. Respecte a l'aplicabilitat de les recomanacions el 97 % creia que les mesures proposades eren fàcils d'aplicar i el 87% dels centres afirmava haver pogut adoptar alguna de les recomanacions que aportava l'informe. L'informe lliurat a l'escola es va donar a conèixer a diversos col·lectius, principalment a responsables del centre o dels menús com la direcció del centre (el 90% dels casos), la persona responsable del menjador escolar (77%), a l'empresa de restauració (77%). Aquest informe es va donar a conèixer en menor mesura a òrgans de participació com AMPA i AFAS (55%) o al consell escolar (13%).

## 6. Conclusions

Durant el curs 2016-2017, el PReME ha arribat al 42% dels centres de la ciutat de Barcelona.

Un alt percentatge de centres disposaven d'un espai exclusiu destinat al menjador i la gran majoria d'escoles oferien als alumnes més de 30 minuts per dinar. Així mateix es va evidenciar la escassa presència de MEAB als centres.

A les escoles revisades dins del programa es va poder apreciar un compliment majoritari de les freqüències recomanades de consum per als diferents tipus d'aliments, destacant l'arròs, llegums i verdures entre els primers plats i el peix i la carn en els segons.

No obstant això, encara cal millorar la presència d'altres grups d'aliments, com són els ous, la fruita i l'amanida com a guarnició.

Destaca que l'oli que es feia servir principalment per amanir era el d'oliva, i per cuinar l'oli d'oliva o de gira-sol alt oleic, els quals recomanem el seu ús.

Del resultat de l'enquesta de seguiment es va extreure que la valoració de l'aplicabilitat de l'informe retornat i les recomanacions realitzades era positiva i que els agents implicats les rebien com una oportunitat de millora.

## 7. Annexes

**Sol·licitud**  
**Programa de revisió de menús escolars**  
**(PReME) dels centres docents de**  
**Barcelona**

*Cal que feu arribar la sol·licitud, juntament amb les programacions dels menús de quatre setmanes completes, per correu electrònic a:*

Sol·licitem la revisió de la programació dels menús del nostre centre. Per això, us fem arribar les corresponents al mes d..... (tardor-hivern) i al mes d..... (primavera-estiu).

**1. Data**..... Districte .....

**2. Dades d'identificació del centre escolar**

Codi del centre.....

Nom del centre.....

Nombre d'alumnes del centre.....

Nom i cognoms de la persona sol·licitant.....

Càrrec dins del centre.....

(director/a, president/a de l'AMPA...)

Adreça electrònica.....

Telèfon de contacte.....

**Dades del servei de menjador**

Quin nombre d'alumnes utilitzen de mitjana el servei de menjador?.....

Temps disponible per a cada torn: .....

Disposeu d'un espai exclusiu destinat a menjador?

Sí

No

Aclariments: .....

Qui contracta la gestió del menjador?

AMPA

Direcció del centre

Consell Comarcal

Altres (especifiqueu-los): .....

Quin tipus de servei de restauració ofereix?

Cuina pròpia (equip de cuina contractat i gestionat directament per l'AMPA o l'escola)

Empresa de restauració que cuina a l'escola

Empresa de restauració que serveix des d'una cuina central (servei d'àpats)

Altres (especifiqueu-los):

.....

Nom de l'empresa de restauració .....

### 3. Olis que utilitzeu per cuinar o per amanir

Olis utilitzats	Per fregir	Per cuinar	Per amanir
Oli d'oliva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oli d'oliva verge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oli de sansa (pinyolada, d'"orujó")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oli de gira-sol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oli de gira-sol altooleic	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oli de soja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Altres olis: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 4. Menús especials

Serviu menús especials per a casos d'al·lèrgies/intoleràncies?

Sí

No

Per a quines al·lèrgies/intoleràncies?

Cereals i derivats amb gluten

Soja

Crustacis

Llet

Mol·luscos

Cacauets

Peix

Fruites seques

Ous

Fruites fresques

Serviu menús especials?

Sense carn de porc

Sense carn

Vegetarià (sense carn ni peix)

Oferiu a les famílies la programació dels menús per a al·lèrgies/intoleràncies i dels menús especials?

Sí

No

### 5. Àpats preparats

Doneu opció a les famílies perquè portin la carmanyola amb l'àpat preparat?

Sí

No

En cas afirmatiu, l'opció de carmanyola l'oferiu:

Solament a l'alumnat que requereixi una alimentació especial

A tot l'alumnat

A l'alumnat d'educació infantil

A l'alumnat d'educació primària

- A l'alumnat d'educació secundària
  - Altres: .....
- Quin nombre d'alumnes en total utilitzen aquest servei? .....

*El punt 6 només l'heu d'emplenar si el centre té màquines expenedores d'aliments i begudes **a disposició de l'alumnat**.*

**6. Màquines expenedores d'aliments i begudes (MEAB) accessibles per a l'alumnat**

El centre ofereix aliments o begudes a l'alumnat mitjançant màquines expenedores?

Sí. Nombre de MEAB: .....

No (Passeu al punt 8)

Aclariments: .....

Qui en contracta la gestió?

AMPA

Direcció del centre

Empresa: .....

Altres (especifiqueu-los) .....

Ubicació:

Espais d'accés a l'alumnat d'educació infantil i primària (de 3 a 12 anys)

Espais d'accés a l'alumnat d'educació secundària (> de 12 anys)

Contenen imatges o publicitat de marques concretes?

No

Sí. Quin tipus d'imatges o publicitat?

	Imatges sense publicitat	Publicitat de marques concretes
D'aigua	J	J
De refrescos o begudes isotòniques	J	J
De suc de fruita o llet	J	J
De iogurts	J	J
De brioixeria	J	J
De caramels i altres lllaminadures	J	J
Altres	J	J



Quin tipus de begudes oferiu a la cantina?

	Aigua
	Cafè
	Llet sencera
	Llet semidesnatada o desnatada
	Batuts de llet i xocolata
	Iogurts, iogurts líquids
	Sucs de fruita de bric
	Sucs de fruita naturals 100%
	Begudes de suc de fruites i llet
	Sucs de tomàquet, de pastanaga o altres hortalisses
	Refrescos de cola, taronja...
	Refrescos (sense sucres) de cola, taronja...
	Begudes isotòniques
	Begudes alcohòliques
	Cervesa sense alcohol

Quin tipus d'aliments oferiu a la cantina?

	Entrepanes de pernil (cuit i curat)
	Entrepanes de formatge
	Entrepanes d'embotit
	Entrepanes de tonyina, sardines...
	Entrepanes de truita
	Entrepanes vegetals (enciam, tomàquet, olives, alvocat...)
	Entrepanes calents (hamburguesa, botifarra, llom...)
	Sandvitxos (pa de motlle)
	Bastonets de pa, pa de cereals...
	Cereals d'esmorzar / barretes de cereals
	Galetes maria
	Galetes de xocolata o amb xocolata
	Galetes salades
	Patates fregides o similars
	Croissants, magdalenes, napolitanes, brioixos, palmeres, canyes...
	<i>Donuts</i> i similars
	Brioixos de xocolata...
	Barretes de xocolata...
	Xocolatines
	Caramels o altres laminadures
	Gelats
	Fruites seques (ametlles, cacauets, nous, avellanes, orellanes, panses, barreges...)
	Pipes, crispetes, blat de moro torrat...
	Fruites fresques



ANNEX 2. Freqüències recomanades de consum d'aliments en la programació dels menús escolars

COMPOSICIÓ DELS MENÚS	ALIMENTS	RACIONS RECOMANADES PER SETMANA (5 dies)
<b>Primer plat</b>	Arròs	1
	Pasta	1
	Llegums	1-2
	Patata	*
	Verdures i hortalisses	1-2
<b>Segon plat</b>	Peix (blanc, blau, sèpia, calamars)	1-3
	Carn (aus, porc, vedella, conill) / Carns grasses (salsitxes, hamburgueses,...)	1-3/0-1 màxim 3 a la setmana
	Ous (truita, dur, al forn)	1-2
	Precuinats (canelons, croquetes, pizzes, etc.)	0-3 al mes
	Fregits (arrebossats, croquetes, enfarinats, etc.)	0-2
<b>Guarnició</b>	Amanida (verdura fresca crua)	3-4
	Altres (patates, salses, bolets, hortalisses, etc.) llegums,	1-2
	Fregits (patates, patata xips, arrebossats, etc.)	0-1
<b>Postres</b>	Fruita fresca	4-5
	Lactis (iogurt, formatge fresc, quallada)	0-1
	Fruita no fresca (seca, assecada, al forn, etc.)	0-1
	Dolços (flam, natilles, gelats, pastissos, etc.)	0-1 al mes
* No s'ha de considerar una ració de verdures i hortalisses si el plat està constituït únicament per patata		

ANNEX 3. Qüestionari de seguiment

## QÜESTIONARI DE SEGUIMENT DE L'INFORME DE REVISIÓ DE LA PROGRAMACIÓ DEL MENÚ ESCOLAR

Nom del centre : .....
Districte: ..... data: .....
Persona que respon el qüestionari:.....
Càrrec/ relació amb el centre: .....

**Valoració de l'informe:**

---

Poseu una creu en la casella que correspongui amb la vostra opinió sobre l'informe de la programació dels menús del vostre centre:

	Molt en desacord	En desacord	D'acord	Molt d'acord
L'informe és una eina útil				
Els continguts tractats són comprensibles				
Les mesures proposades són fàcils d'implementar				
Els agents implicats han col·laborat				
L'informe comportarà una millora de la programació				

Comenteu el que considereu adient de les valoracions anteriors:

---

---

---

---

**L'informe s'ha donat a conèixer a:** \_\_\_\_\_

Direcció AMPA                       Claustre                       Consell Escolar                     

Responsable del menjador escolar                       Empresa de restauració

Comentaris:

---

---

---

---

**Canvis en la programació de menús:** \_\_\_\_\_

Heu pogut adoptar alguna de les recomanacions que contemplava l'informe?  Sí  No

- Si heu contestat que **sí**, quin tipus de canvis heu fet?
  - En relació a la freqüència setmanal del diferents tipus d'aliments
  - En relació a la combinació de primers i segons plats
  - En relació a les tècniques culinàries
  - En relació a la presentació dels plats
  - En relació a la descripció dels plats i a la informació que es dona als pares (especificar)

---

---

---

-  Altres (especificar):

---

---

---

Si heu contestat que **no**, especifiqueu quins han estat els motius:

---

---

---

- Quines altres activitats creieu necessàries per a la millora del menú escolar?  
(Comentaris o observacions que vulgueu fer):**

---

---

---

---

---

---

---

**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona



Promoció de la salut

Connectem  
**f** **t** **o** **in**

[www.aspb.cat](http://www.aspb.cat)