
Preguntes freqüents: gestió del menjador escolar



©2022 Agència de Salut Pública de Barcelona

Tots els drets reservats.

<https://www.aspb.cat/>

Aquesta publicació està sota una llicència Creative Commons

Reconeixement – No Comercial – No Derivades (BY-NC-ND)

<https://creativecommons.org/>



Preguntes freqüents: gestió del menjador escolar

Responsables de l'informe

Pilar Ramos

Autors/ores

Pilar Ramos. Agència de Salut Pública de Barcelona

Marina Barroso. Ajuntament de Barcelona

Carles Soler i Nani Moré. Menjadors Ecològics

Maria Blanquer. Dietista-nutricionista

Cita recomanada

Blanquer M, Ramos P, Barroso M, Soler C, Moré N. Servei de Salut Comunitària, Direcció de Promoció de la Salut.

Preguntes freqüents: gestió del menjador escolar. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2022.



Estratègia
d'Alimentació Sostenible
Barcelona
2030

Preguntes freqüents: gestió del menjador escolar

L'àmbit de la salut i la sostenibilitat ambiental és un dels objectius prioritaris de l'Ajuntament de Barcelona i l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB). Per això, s'ha posat en marxa el projecte "Menjadors escolars més sans i sostenibles" als centres educatius de la ciutat, amb l'objectiu de promoure una alimentació infantil més equilibrada, saludable i sostenible tant a l'escola com a casa.

En el marc del projecte, s'ofereixen informació, recomanacions i propostes de canvi per a les empreses de restauració. En aquest sentit, a continuació trobareu un recull de preguntes i respostes per resoldre els dubtes més freqüents sobre la gestió i la planificació del vostre menjador.

És més car tenir un menjador més sa i sostenible amb aliments ecològics i/o de proximitat?

No, podem introduir aliments ecològics i/o de proximitat sense augmentar el preu del menú.

Primer s'han de fer petits canvis en el menú, com ara eliminar les proteïnes animals dels primers plats i potenciar el consum les verdures de temporada, ja que són més econòmiques, nutritives i gustoses. Amb aquest canvis aconseguirem servir un menú més sa i augmentarem el pressupost disponible per a la compra d'aliments.

Actualment, a Catalunya disposem d'una mitjana d'entre 1,50€ i 1,59€ per a la compra d'aliments o partida alimentària (podeu consultar la memòria econòmica explicativa del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya del curs 2021-2022 [aquí](#)). Amb aquest import és possible introduir, com a mínim, un 50% d'aliments ecològics i/o de proximitat sense incrementar el preu final del menú sa i sostenible.

Què passa si el preu del menú de la meva escola és inferior a 6,33 €?

No disposareu dels 1,50 €-1,59 €, que és la mitjana necessària per introduir aliments ecològics i/o de proximitat. Per aquest motiu, recomanem que es revisi el preu actual del menú i que es garanteixi que aquest sigui d'un mínim de 6,20 € i que prevegi una partida alimentària d'1,50 €.

Quins aliments hi ha disponibles en producció ecològica i/o de proximitat a Catalunya?

Si parlem de proximitat...

Segons l'estudi [Terres que alimenten](#), de BCN Smart Rural de la Diputació de Barcelona de l'any 2021, amb el consum actual i la superfície agrícola de Catalunya, es podria alimentar, com a mínim, un 44% de la població de manera autosuficient i un 10% de la població de Barcelona.

Ara bé, l'informe sobre la sobirania alimentària a Catalunya de Pep Tuson publicat a la revista *Agroteritori* 2014, determina que si reduïm el consum d'aliments d'origen animal i augmentem el consum d'hortalisses i llegums, Catalunya podria ser pràcticament autosuficient.

Podríem produir el 100% dels cigrons, per exemple, però, per contra, només en produïm l' 1,20%.

Si parlem de producció ecològica...

A Catalunya, un 7% de la producció és ecològica, però pràcticament el 50% són vinyes. Per tant, si bé disposem en ecològic de tots els aliments del menú escolar, la producció és insuficient per abastir de manera immediata la totalitat dels menjadors escolars.

Què implica, per als centres, apostar pel producte ecològic i de proximitat i per què és important que ho facin?

De ben segur que hi ha petits i mitjans productors i productores interessats a servir-vos, però necessiten planificar els seus cultius. Per tant, si voleu abastir-vos d'aliments ecològics i/o proximitat, cal que feu un petit canvi cultural, un compromís i un treball conjunt amb els productors i les productores per programar el consum amb un mínim de 6 mesos d'antelació (d'un curs per l'altre).

En el moment de decidir i prioritzar quins canvis voleu introduir en el vostre menú, cal que tingueu en compte aquesta planificació necessària. Tindreu el suport de l'Oficina Tècnica del programa MEMSS per orientar-vos i acompanyar-vos en aquest possible canvi d'abastiment.

El compromís dels centres és clau per potenciar i estructurar el sector productiu, i per augmentar la producció ecològica de proximitat, que també manté la bona salut dels nostres ecosistemes i de la pagesia!

Si volem potenciar el consum d'aliments ecològics i/o de proximitat, frescos i de temporada, quins aspectes de la cuina cal tenir en compte?

Cal tenir en compte el **personal i l'equipament de cuina** disponible per garantir que el servei pot assumir les tasques de neteja i manipulació que requereix treballar amb producte fresc, etc.

Concretament, la ràtio de cuina recomanada per la transició a menús sans i saludables és la següent:

Taula 1. Personal de cuina segons el nombre de menús

	Fins a 100 menús		Fins a 250 menús		Fins a 500 menús	
	Ràtio	Hores	Ràtio	Hores	Ràtio	Hores
Cap de cuina	1 cuiner/a assumint feines de planificació	8 h	1 cap de cuina	8 h	1 cap de cuina	8 h
Cuiner/a			1 cuiner/a	8 h	1 cuiner/a	8 h
Ajudant	Suport en neteja	3 h	1 ajudant	8 h	2 ajudants	16 h
Auxiliar			1 auxiliar	3 h	1 auxiliar	6 h
Total hores		11 h		27 h		38 h

També cal tenir en compte **l'equipament de la cuina**. Com podeu observar a la taula següent, és important disposar de l'espai de sec i fred necessari, fer compres setmanals coordinades amb la producció i, si treballem amb un volum superior a 100 menús, disposar d'una màquina per tallar hortalisses.

Taula 2. Equipament de cuina necessari segons el nombre de menús servits

<p>Fins a 100 menús</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Armaris frigorífics per emmagatzemar a temperatura controlada: Fred negatiu: 1 armari d'una porta. 600 l de capacitat Fred positiu: 1 armari de dues portes. 1200 l de capacitat • Pre-elaboració: 2 Piques de 50x50 Peladora (opcional) • Un forn mixt de gamma baixa. 5 Nivells • No es recomana ni marmita ni basculant Dotació de 4 fogons.
<p>Fins a 250 menús</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Armaris frigorífics per emmagatzemar a temperatura controlada: Fred negatiu: 1 armari de dues portes i 1200 l de capacitat. Fred positiu: 2 armaris de dos portes. 1200 l de capacitat • Pre-elaboració: encara podem prescindir de la cambra freda. L'espai de pre-elaboració pot ser el mateix que el d'elaboració, sempre i quan disposem d'una superfície de treball separada i àmplia per a la pre-elaboració; una zona d'hortalisses amb dues piques, amb dotació de peladora i picadora de hortalisses. I zones de proteïna amb una pica. • Dotació de 4-6 fogons • Forn de 10 nivells • Abatedor Es pot considerar disposar de basculants i marmites de 150 l-200 l.
<p>Fins a 500 menús</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Es recomana la projecció d'una cambra freda, un espai diferenciat de la zona calenta d'elaboració. El volum i l'espai-temps necessaris facilitaran la funcionalitat i la seguretat alimentària. • El basculant i el forn seran eines prioritàries per als processos de transformació. De la mateixa manera, un abatedor facilitarà la planificació de subproducte previ al servei. • Es recomana introduir una cambra emplafonada per la fruita i les hortalisses. Armaris de: Fred negatiu: 1 armari de dues portes i 1200 l de capacitat Fred positiu: 2 armaris de dues portes i 1200 l de capacitat Cambra emplafonada. Fred positiu (fruites i hortalisses) • Cambra freda amb dotació de: 4 piques de 50x50, picadora d'hortalisses i peladora de tubercles. • Forn gran de 20 nivells i abatedor • 6 fogons • Planxa de gas 2 marmites de 200 l i 1 basculant de 200 l.

Quines són les claus de l'èxit per a l'acceptació dels menús sans i sostenibles per part de l'alumnat i les famílies?

Si dediquem esforços a elaborar un menú deliciós i anem tots a l'una, l'èxit està garantit. El programa us facilitarà, si us calen, fitxes tècniques per elaborar de nou plats. Els àpats de l'escola representen el 10% dels àpats anuals, si a l'escola mengem progressivament més hortalisses i llegums, és important també fer aquest canvi a casa. També és clau traslladar, en la mesura que es pugui el debat i la reflexió a les aules amb la implicació del professorat. Els menús sans i sostenibles són una oportunitat per millorar els hàbits alimentaris de tota la comunitat educativa. L'Organització Mundial de la Salut recomana que es redueixi el consum de carn vermella i, sobretot, de carn processada, perquè la ingesta excessiva d'aquestes carns es relaciona amb un increment del risc de patir càncer.

Com puc saber que el menú que ofereixo és equilibrat i s'ajusta a les recomanacions?

Per saber si la programació de menús que se serveix al vostre centre s'ajusta a les recomanacions, podeu consultar l'apartat SALUT: per a un menú més saludable, consulteu la [Guia d'implementació d'un procés de transformació als menjadors escolars](#), concretament, els subapartats:

- a. Criteris generals per a la composició del menú escolar:
- b. Criteris generals per a l'organització del menjador escolar:

També, podeu consultar la [Guia per a famílies i escoles: L'alimentació saludable en l'etapa escolar, 2020 \[PDF\]](#), que inclou les recomanacions alimentàries i dietètiques actualitzades.

Com puc fer una bona gestió higienicosanitària? Quines recomanacions de plans d'autocontrol cal tenir en compte?

La manipulació d'aliments requereix aplicar una sèrie de pràctiques higièniques que garanteixin la seguretat dels menús servits per evitar toxiinfeccions alimentàries. Per això, el personal de cuina ha d'estar ben format i conscienciat sobre la seguretat dels aliments, ja que els infants són un grup de població de risc i són més vulnerables a l'acció dels microorganismes patògens.

Les empreses alimentàries estan obligades a dissenyar i posar en marxa sistemes d'autocontrol basats en l'anàlisi de perills i punts de control crític (APPCC) per oferir garanties sanitàries dels productes alimentaris que produeixen i comercialitzen.

És bàsic i fonamental que un/a tècnic/a de qualitat o un/a dietista-nutricionista faci un seguiment correcte del sistema d'autocontrol implementat, i també de la seguretat alimentària en general.

Cal extremar especialment les mesures d'higiene i la neteja i la desinfecció de la cuina, així com, garantir un bon procés d'higienització (neteja i desinfecció) de fruites i hortalisses que es consumeixin crues a fi d'eliminar-ne els microorganismes patògens, terra, insectes, etc.

Trobareu més informació sobre pràctiques correctes d'higiene i plans d'autocontrol als enllaços següents:

[Informació general sobre APPCC i prerequisits](#)

[La higiene de fruites i hortalisses en la restauració](#)

[Seguretat alimentària a la restauració](#)

C S B Consorci Sanitari
de Barcelona



Promoció de la salut

Connectem
f t y in

www.aspb.cat