

[NOTA DE PRENSA]

El personal de cocina de colegios públicos comparte sus casos de éxito y buenas prácticas para la implantación de menús saludables, sostenibles y deliciosos

- La Asociación Paisaje, Ecología y Género ha seleccionado las experiencias que ha considerado más transformadoras llevadas a cabo en comedores de colegios públicos, entre las que se encuentra la del comedor del CEIP General Navarro y Alonso de Celada de Valencia de Alcántara
- El objetivo del evento fue dar a conocer buenas prácticas que se están llevando a cabo en comedores escolares de ámbito regional y nacional, coherentes con las bases de la dieta mediterránea y con las recomendaciones para lograr una dieta sostenible y saludable y demostrar que ofrecer menús sostenibles y saludables con alimentos de calidad es posible a nivel técnico y económico, además de deseable.

Cáceres, 29 de enero de 2024.- El evento online *Alimentación saludable y sostenible en comedores de colectividades. Buenas prácticas para diseñar y elaborar menús deliciosos, saludables y sostenibles* celebrado el pasado jueves, 25 de enero de 2024, se centró en compartir fórmulas que pueden incorporarse en los procesos de elaboración de los menús escolares, coherentes con las bases de la dieta mediterránea y con las recomendaciones para lograr una dieta sostenible y saludable, de la mano de sus protagonistas, el personal de cocina de colegios públicos con cocina *in situ*.

El objetivo principal de este evento fue dar a conocer un conjunto de buenas prácticas en la elaboración de menús que contribuyen a reducir el impacto medioambiental y en la salud del sistema alimentario escolar.

El evento estuvo dirigido al personal de equipos de cocina y responsables de comedores de colegios, residencias, escuelas infantiles... así como a las personas que ejercen las labores de responsables de comedor en estos centros. En general, fue del interés de cualquier persona interesada en conocer qué procesos se pueden poner en práctica para ofrecer una alimentación sabrosa, saludable y sostenible en los comedores de colectividades.

En términos generales, los participantes hablaron sobre cómo mejorar la alimentación que se ofrece en las escuelas, con la reducción o eliminación de productos con alta huella ambiental, como los alimentos procesados, congelados y conservas, y la incorporación de alimentos frescos, de temporada y de proximidad, así como la incorporación de técnicas de elaboración que garantizan

la buena aceptación de los menús mediante recetas atractivas, variadas, deliciosas y asequibles.

Santiago Tamudo, Técnico Superior de Dirección de Cocina y Técnico de grado medio Cocina y Gastronomía y cocinero en el CEIP General Navarro y Alonso de Celada de Valencia de Alcántara (Cáceres) compartió su experiencia exitosa de incorporación del Menú 2030 en el comedor de su centro escolar, una iniciativa pionera desarrollada en el marco del programa Ecocomedores Extremadura.

Santiago expuso cómo, tras su participación en el programa de acompañamiento para la transformación de los menús escolares, ha incorporado herramientas de gestión en cocina que le han permitido incrementar en un 50% el número de platos ofrecidos, reduciendo las repeticiones, así como aumentar la cantidad y variedad de verduras frescas y de temporada, mediante deliciosas recetas que resultan apetecibles a los niños y niñas del colegio.

Sandra Varela, Técnico Especialista en Hostelería y Turismo, rama de Cocina y cocinera en el CEIP "Os Muiños" de Muxía, Costa de Morte, La Coruña, habló sobre su pertenencia a la red Chef 2030 y sus más de 20 años de experiencia. Incidió en la relevancia de incorporar nuevas herramientas de gestión en cocina para garantizar el éxito de estas transformaciones, así como la importancia de participar en redes profesionales como la red 2030, que permiten compartir información y conocimiento. Sandra mencionó que los equipos de cocina de las escuelas en la actualidad representan la "tabla de salvación" para la educación alimentaria de los niños y niñas, dados los malos hábitos que se han extendido en nuestra cultura alimentaria.

Por otra parte, José Luis Cabrero, Técnico superior en Hostelería y Diplomado universitario en Dietética y Nutrición Humana y Cocinero en el CEIP "Asunción Pañart" (Aínsa), además de guionista y codirector del documental "Colegio Aínsa. El comedor escolar, un aula más" (2014), incidió en la importancia de tomar conciencia acerca del impacto ambiental de los sistemas alimentarios y la imperiosa necesidad de implementar cambios dirigidos a incorporar productos frescos y de proximidad en sustitución de los productos congelados y precocinados en los menús para lograr una mayor sostenibilidad del servicio de comedor.

Se hizo hincapié en que el comedor escolar es el lugar donde los niños y las niñas reciben la principal comida del día y, por tanto, el centro tiene una gran responsabilidad en garantizar una alimentación de calidad. Sandra, Santiago y José Luis, conscientes de esa responsabilidad y de la importancia del comedor escolar en la educación en buenos hábitos alimentarios, han logrado ofrecer

menús elaborados con alimentos de temporada, con más verduras y menos frituras que resultan apetitosos y deliciosos para los pequeños comensales.

En cuanto a la “pregunta del millón” acerca de la posibilidad de si ofrecer estas elaboraciones resulta más caro, se insistió en que la compra de productos de temporada y de proximidad directamente a los productores resulta más económico en un contexto de inflación. Igualmente, reducir la proteína de origen animal por fuentes proteicas de origen vegetal, así como el uso de fichas técnicas para garantizar un mejor control de las cantidades e implementar procedimientos de reducción del desperdicio alimentario, hace posible que el coste de partida alimentaria ronde 1,80€ por comensal y día. Ofrecer menús sostenibles y saludables con alimentos de calidad es posible a nivel técnico y económico, además de deseable.

Los menús escolares en colectividades de Extremadura

El evento *Alimentación Saludable y Sostenible en comedores de colectividades. Buenas prácticas para diseñar y elaborar menús deliciosos, saludables y sostenibles.* forma parte de una serie de actividades de sensibilización y de capacitación dirigidas a fortalecer las capacidades de todos los agentes implicados en la alimentación escolar para ponerlas al servicio de las transformaciones hacia modelos de comedor sostenibles, saludables y deliciosos que la ONGD Paisaje, Ecología y Género impulsa con el programa Ecocomedores Extremadura.

El encuentro se desarrolló en el marco del proyecto Integración de la Educación Ambiental para el fomento de buenas prácticas ambientales en el sistema alimentario escolar de Extremadura, coordinado por la ONGD Paisaje, Ecología y Género y financiado por la Dirección General de Sostenibilidad (Consejería de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Sostenible, Junta de Extremadura).

Las acciones previstas en este proyecto están orientadas a la sensibilización sobre los problemas ambientales del sistema alimentario escolar, la puesta a disposición de información sobre las mejores prácticas ambientales disponibles y el desarrollo de capacidades en todos los agentes implicados para incorporar estas buenas prácticas en los comedores de centros públicos de la región.

Contacto y entrevistas

Beatriz Fadón
bea@asociacionpaisaje.org
660 11 58 99

Más información

ecocomedorex.info
www.asociacionpaisaje.org
[Resultados Ecocomedores en vídeo](#)