

**CRITERIS ALIMENTARIS PER A LA  
CONTRACTACIÓ DE LA GESTIÓ DEL MENJADOR  
DELS CENTRES EDUCATIUS**

**AGÈNCIA DE SALUT PÚBLICA DE CATALUNYA**

## INTRODUCCIÓ

Els criteris que es descriuen en aquest document són aplicables en l'àmbit territorial de Catalunya en la contractació de serveis de restauració per a infants i joves de centres educatius públics, privats i concertats i de centres d'educació especial (CEE), així com de casals d'estiu, campus esportius, etc.

En licitacions públiques i concursos, els plecs de clàusules que fixen les condicions per a l'adquisició d'aliments o per a l'adjudicació de la gestió del servei de restauració i del servei de màquines expenedores d'aliments i de begudes, cal que incloguin **clàusules específiques que garanteixen una alimentació saludable** per a les persones usuàries del servei, d'acord amb les recomanacions que recull el present document, i cal valorar la compra pública segons criteris de justícia social i sostenibilitat ambiental.

Els criteris que a continuació es proposen per a incloure en els plecs de clàusules s'extreuen tant de la [Llei 17/2011](#) de Seguretat Alimentària i Nutrició de l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició com de la guia "[L'alimentació saludable en l'etapa escolar. Edició 2020](#)", de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

## CRITERIS OBLIGATORIS D'ADJUDICACIÓ

### 1. Criteris generals

- 1.1. Les empreses adjudicatàries es comprometen a presentar a la direcció del centre la **programació mensual** dels menús diaris per trams setmanals.
- 1.2. Les empreses adjudicatàries han de disposar de **fitxes tècniques** dels plats que componen els menús, amb la mesura dels ingredients que contenen (volum i pes) i els al·lèrgens, per presentar-les en el cas que es sol·licitin. Així mateix, les fitxes tècniques han d'incloure la informació dels productes utilitzats en l'elaboració dels menús segons les normes d'etiquetatge de productes alimentaris i d'informació a les persones consumidores.
- 1.3. Les empreses adjudicatàries han de fer arribar a les **famílies o tutors legals** i als centres la programació mensual dels menús de la forma més clara i detallada possible cal incloure la data i la informació ha de ser completa, entenedora i fàcil de llegir, que els dibuixos i les imatges que la poden acompanyar no dificultin la comprensió del menú i que no inclogui publicitat ni marques d'aliments). També s'han de lliurar les programacions adaptades per als comensals amb necessitats especials (intoleràncies o al·lèrgies alimentàries i altres problemes de salut relacionats amb l'alimentació que ho exigeixin, així com les programacions de menús adaptades per motius ètics o religiosos).

1.4. Els menús han d'estar dissenyats o supervisats per professionals amb formació acreditada en **nutrició humana i dietètica**.

## 2. Criteris en relació a les característiques i elaboració de menús.

- 2.1. Les programacions han de constar d'un mínim de **quatre setmanes** (un mes), que es poden anar repetint amb petites variacions corresponents a l'adaptació dels aliments a la temporada, al tipus de preparacions (més fredes o calentes en funció de l'època de l'any), a les festivitats, etc.
- 2.2. Especificar el **tipus de preparació i d'ingredients** de tots els plats de la programació, i variar-ne la presentació. Especificar també el tipus de salses i de preparacions de pastes, arrossos, llegums, etc., així com el tipus de carn i peix i la seva preparació.
- 2.3. S'han d'adaptar les **quantitats** de les racions servides a l'edat i a l'apetència dels infants, per tal que s'adeqüi a les seves necessitats i, al mateix temps, evitar el malbaratament d'aliments. La relació de gramatges orientatius de diferents aliments en funció del grup d'edat es pot consultar al document "[Taula de gramatges en funció de l'edat. Edició 2020](#)".
- 2.4. Les freqüències d'aliments en els **primers plats** han de ser: hortalisses 1-2/setmana, llegums 1-2/setmana ( $\geq 6$  al mes), arròs 1/setmana, pasta 1/setmana, altres cereals 0-1/setmana.
- 2.5. Incloure, almenys 1 cop per setmana, o bé la pasta o bé l'arròs **integrals**.
- 2.6. Si el **primer plat** inclou **carn, peix o ou** el segon ja no n'ha de dur.
- 2.7. Les freqüències d'aliments en els **segons plats** han de ser: proteics vegetals (llegums i derivats) 1-2/setmana ( $\geq 6$  al mes), carns 1-2/setmana ( $\leq 6$  al mes; carns blanques 1-2/setmana, carns vermelles i processades 0-1/setmana), peixos 1/setmana, ous 1/setmana. Les carns vermelles són la vedella, porc, xai, etc., i les processades les salsitxes, hamburgueses, mandonguilles, pernil, etc. Cal evitar servir peix espasa (emperador), tonyina vermella (*Thunnus thynnus*), tauró (caçó, marraix, agullat, gat i tintorera) i lluç de riu o luci en els menús per a infants menors de deu anys, a causa del seu contingut en mercuri. I cal limitar també el consum d'aquestes quatre espècies a 120 grams al mes en infants de 10 a 14 anys.

- 2.8. Les freqüències d'aliments en les **guarnicions** han de ser: amanides variades 3-4/setmana, altres guarnicions (patates, hortalisses, llegums, pasta, arròs, bolets, etc.) 1-2/setmana. Cal evitar servir patates fregides més d'un cop per setmana (i d'aquestes, les xips no s'han de servir més d'un cop per programació mensual).
- 2.9. La presència d'**aliments precuinats** (canelons, lasanyes, croquetes, crestes de tonyina, pizzes, arrebossats, salsitxes de tofu i altres preparats industrials) pot ser de dues vegades al mes, com a màxim. Així mateix, s'ha d'evitar que les guarnicions que acompanyin aquests plats siguin també precuinades (per exemple, patates prefregides). Cal que a la programació de menús s'indiqui quan els plats no són d'elaboració pròpia (precuinats).
- 2.10. Els **fregits** es poden oferir, sense sobrepassar les freqüència d'un màxim de dues vegades a la setmana.
- 2.11. La freqüència recomanada de fregits per a les guarnicions és d'un màxim d'una vegada a la setmana l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició.
- 2.12. A cada àpat cal proporcionar algun **producte fresc** (hortalissa crua o fruita fresca).
- 2.13. A cada àpat cal proporcionar **hortalisses** (en el primer plat, en el segon plat i/o en les guarnicions).
- 2.14. Cal utilitzar sempre l'**oli d'oliva verge** per amanir.
- 2.15. En el cas de les coccions i els fregits, l'**oli d'oliva verge** també és el més recomanable. Si no és oli d'oliva verge, cal utilitzar **oli d'oliva** o **oli de gira-sol altooleic**.
- 2.16. En cas d'acompanyar els àpats amb pa, cal garantir la presència de **pa integral**.
- 2.17. L'**aigua** ha d'estar sempre present en l'àpat. L'aigua de l'aixeta, provinent d'una xarxa de distribució pública, és apta i saludable per al consum i evita l'ús d'envasos d'un sol ús.
- 2.18. La utilització de sal en les preparacions ha de ser mínima i cal utilitzar **sal iodada**.
- 2.19. En el cas dels **instituts** que només ofereixin servei de menjador uns quants dies de la setmana, les freqüències setmanals dels grups d'aliments s'han d'adaptar convenientment. Vegeu l'annex 10.1.3. del document ["L'alimentació saludable en l'etapa escolar. Edició 2020"](#).

## 2.20. Menús especials

- **Malalties o trastorns:** a més del menú genèric, les empreses adjudicatàries han d'oferir, quan escaigui i d'acord amb la [Llei 17/2011, de 5 de juliol, de seguretat alimentària i nutrició](#), menús especials per a l'alumnat amb al·lèrgies, intoleràncies alimentàries o celiaquia diagnosticades per especialistes o per l'equip de pediatria, i que acrediti la impossibilitat d'ingerir determinats aliments que perjudiquen la seva salut. Les empreses també han de subministrar, quan sigui necessari, menús adaptats per a comensals que requereixin, esporàdicament, una oferta alimentària específica per atendre trastorns gastrointestinals lleus.

- **Motius ètics o religiosos:** a més del menú genèric, les empreses adjudicatàries han d'oferir un menú adaptat a aquests casos (menús sense carn de porc, vegetarians o vegans) per aquelles famílies que així ho sol·licitin.

- Quan les condicions organitzatives, o les instal·lacions i els locals de cuina no permetin complir les garanties exigides per elaborar menús especials, o el cost addicional d'aquestes elaboracions resulti inassolible, s'han de facilitar als alumnes els mitjans de refrigeració i escalfament adequats (d'ús exclusiu per a aquests menjars en el cas d'al·lèrgies i intoleràncies), perquè es pugui conservar i consumir el menú especial proporcionat per la família. En canvi, en el cas de la celiaquia, i en relació amb la resolució 56/XII del Parlament de Catalunya, sobre l'oferta de restauració sense gluten als centres educatius, les escoles han de poder oferir un servei de menjador adequat per als alumnes amb patologies relacionades amb la ingesta de gluten. Per tant, cal donar compliment als Reglaments 1169/2011 i 828/2014, relatius a la presència d'al·lèrgens en les matèries primeres i al contingut en gluten, respectivament. És a dir, cal establir i aplicar protocols de seguretat alimentària, evitant la contaminació encreuada durant l'elaboració i el servei, per tal que el producte final que rebi l'infant tingui menys de 20 ppm de gluten (llindar de seguretat per sobre del qual es produeix lesions a l'intestí prim de la persona afectada).

## Freqüències d'aliments i de tècniques culinàries en la programació dels menús del menjador escolar

En la programació de menús de cinc dies del menjador escolar s'han de complir les freqüències d'aliments i tècniques culinàries següents:

GRUPS D'ALIMENTS	FREQUÈNCIA SETMANAL
<b>Primers plats</b>	
Hortalisses <sup>1</sup>	1-2
Llegums	1-2 (≥6 al mes)
Arròs <sup>2</sup>	1
Pasta <sup>2</sup>	1
Altres cereals (mill, blat de moro, fajol, etc.) o tubercles (patata, moniato, etc.)	0-1
<i>Si el primer plat inclou carn, peix o ou el segon ja no n'ha de dur</i>	
<b>Segons plats</b>	
Proteics vegetals (llegums i derivats)*	1-2 (≥ 6 al mes)
<i>Quan els menús escolars no incloguin carn, peix ni ous han d'incloure una ració de proteic vegetal (preferentment llegums i derivats, o altres opcions com seitan o fruita seca).</i>	5
Carns <sup>3</sup> Carns blanques Carns vermelles i processades	1-2 (≤ 6 al mes) 1-2 0-1
Peixos	1
Ous	1
<b>Guarnicions</b>	
Amanides variades	3-4
Altres (patates, hortalisses, llegums, pasta, arròs, bolets, etc.)	1-2
<b>Postres</b>	
Fruita fresca	4-5
Altres postres no ensucrades (iogurt, formatge fresc, mató, fruita seca, etc.)	0-1
<b>Tècniques culinàries</b>	
Precuinats (arrebossats, canelons, croquetes, crestes de tonyina, pizzes, hamburgueses salsitxes de tofu...)	≤ 2/mes
Fregits (segons plats)	≤ 2/setmana
Fregits (guarnicions)	≤ 1/setmana
<b>Altres</b>	
Presència d'hortalisses crues o fruita fresca	A cada àpat
Presència d'hortalisses en el menú	A cada àpat
Utilització d'oli d'oliva o de gira-sol altooleic per cuinar i per fregir	
Utilització d'oli d'oliva verge per amanir	
Presència diària de pa integral	

\*Cuinats sense carn, ni peix ni ous.

<sup>1</sup> No inclou les patates.

<sup>2</sup> O bé la pasta o bé l'arròs han de ser integrals.

<sup>3</sup>Es considera carn vermella tota la carn muscular dels mamífers, incloent-hi la carn de bou, vedella, porc, xai, cavall i cabra. La carn blanca és per tant, la carn d'aus, així com també la del conill. La carn processada és la que ha estat transformada a través de la salaó, el curat, la fermentació, el fumat o altres processos per millorar el seu gust o la seva conservació (hi inclou pernil, salsitxes, carn en conserva, carn seca, preparacions i salses a base de carn, etc.).

### 3. Acompanyament de l'alumnat en el menjador

- 3.1. El **personal** ha d'anar identificat convenientment i anar vestit d'acord amb la higiene requerida en el lloc de treball. Aquest personal ha de tenir la titulació mínima requerida pel [Conveni col·lectiu per al sector del temps del lleure educatiu i sociocultural de Catalunya](#).
- 3.2. Cal garantir una **formació** en seguretat alimentària específica per a l'equip de cuina i de monitoratge i per a tots els professionals vinculats sobre la manipulació adequada en relació amb el gluten i els al·lèrgens, per tal d'evitar incidències amb comensals amb malaltia celíaca i/o al·lèrgies alimentàries.
- 3.3. Cal garantir que el menjador sigui un espai lliure de qualsevol tipus de **publicitat**. Podeu trobar més informació a [Autorització de campanyes de promoció alimentària, educació nutricional o promoció de l'esport o activitat física en els centres educatius](#).

## CRITERIS AVALUABLES D'ADJUDICACIÓ

1. Incloure en la programació **propostes gastronòmiques** relacionades amb aspectes culturals i festius del nostre entorn (castanyes i panellets per Tots Sants, escudella, pollastre amb prunes i torrons per Nadal, etc.) o d'altres cultures (adaptades, si cal, amb productes del nostre entorn).
2. Diversificar el **tipus de peix**, tant blanc com blau i, preferentment, de pesca sostenible<sup>1</sup> i de proximitat (evitant espècies que provenen de destinacions molt llunyanes, com per exemple el panga o la perca).
3. Aplicar, les setmanes en què per motius de **festivitats** no se serveixi el menú els cinc dies, les recomanacions a la resta de dies, i prioritzar els llegums, les hortalisses, el peix, els ous i la fruita.
4. Potenciar la incorporació d'aliments (com la fruita, les hortalisses i el peix) de **temporada**, de **producció local** i de **venda de proximitat**.
5. Considerar com un valor afegit la incorporació d'aliments de **producció ecològica** als menús escolars, sempre que siguin de temporada, de producció local i de venda de proximitat.

---

<sup>1</sup> La pesca sostenible implica deixar suficients peixos al mar, respectar els hàbitats i garantir que les persones que depenen de la pesca pugin mantenir el seu mitjà de vida. (Font: [Marine Stewardship Council](#)). Per a més informació podeu consultar la pàgina web de [SOS peix](#).

6. Disposar de l'[acreditació](#) conforme es segueixen els protocols de seguretat alimentària a la cuina en relació als aliments sense **gluten**. Es pot sol·licitar l'acreditació a l'[Associació Celíacs de Catalunya](#).
7. Disposar d'un pla de reducció del **malbaratament alimentari**: La nova [Llei 3/2020](#) de l'11 de març, de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentari, requereix en el seu article 6.2 l'obligació de l'administració i de les empreses o entitats gestores de serveis d'àpats o menjadors escolars d'establir programes i mesures educatives en aquest àmbit, en col·laboració amb els centres.
8. Disposar d'un pla de **reducció de residus**: el [Reial Decret 210/2018](#), de 6 d'abril, pel qual s'aprova el Programa de prevenció i gestió de residus i recursos de Catalunya, insta a les empreses adjudicatàries a aplicar estratègies per a reduir els residus, com utilitzar envasos de gran format, material de parament (gots, vaixel·la, cobreteria, tèxtil, etc.) reutilitzable i oferir aigua de l'aixeta al menjador en gerres, ampolles de vidre o de plàstic d'ús alimentari reutilitzable, entre altres.



## **DOCUMENTACIÓ D'INTERÈS EN L'ÀMBIT DE L'ALIMENTACIÓ EN L'ENTORN ESCOLAR**

### **Acompanyar els àpats dels infants**

[Acompanyar els àpats dels infants. Consells per a menjadors escolars i per a les famílies](#)

### **Pícnics escolars**

[Sortim d'excursió amb l'escola. Consells per als pícnics de les sortides escolars.](#)

### **Dinars de carmanyola**

[Dinars de carmanyola per portar a l'escola. Edició 2020](#)

### **Esmorzars i berenars**

[Millorem els esmorzars i els berenars dels infants](#)

### **Venda de productes en els centres**

[Recomanacions sobre màquines expendedores d'aliments i begudes en els espais per a infants i joves de Catalunya](#)

[Recomanacions sobre l'oferta alimentària de les cantines dels centres docents de Catalunya](#)

### **Celebracions i festes als centres**

[Celebracions amb menjar i begudes a les escoles](#)

[Festes divertides i saludables](#)

### **Llars d'infants**

[Recomanacions per a l'alimentació en la primera infància \(de 0 a 3 anys\)](#)

[Exemples de menús per a l'alimentació en la primera infància \(de 0 a 3 anys\)](#)

## **MÉS INFORMACIÓ SOBRE L'ALIMENTACIÓ D'INFANTS I JOVES**

Per a més informació, podeu consultar el [Programa de revisió de menús escolars](#) (PReME) i les [publicacions](#) editades en relació amb l'alimentació d'infants i joves.

## DOCUMENTS DE REFERÈNCIA

Agència de Salut Pública de Catalunya. L'alimentació saludable a l'etapa escolar. Barcelona, 2020 (pendent de publicar).

Agència de Salut Pública de Catalunya. Petits canvis per menjar millor. Barcelona; 2019.

Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos. Madrid; 2010.

Generalitat de Catalunya. Departament d'Acció Exterior, Relacions Institucionals i Transparència. Consell Assessor per al Desenvolupament Sostenible (2018). Mengem futur. Informe 1/2018. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

Justícia Alimentària. Incorporació de criteris de sostenibilitat alimentària en la compra pública. Barcelona; 2018.

Llei 17/2011, de 5 de juliol, de seguretat alimentària i nutrició (BOE, supl. en llengua catalana al núm. 160 de 06/07/2011).

Llei 3/2020, de l'11 de març, de prevenció de les pèrdues i el malbaratament alimentaris. DOGC Núm. 8084 - 13.3.2020.

Manrubia I. La introducció de criteris de sostenibilitat en la gestió del servei de menjador escolar. Barcelona: Associació Entrepobles; 2012.

Naciones Unidas (2015): Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Resolución aprobada por la Asamblea A/RES/70/1, 21 de octubre. General el 25 de septiembre de 2015.

Reglament (UE) 1169/2011, del Parlament Europeu i del Consell, de 25 d'octubre, sobre la informació alimentària facilitada al consumidor (publicat al Diari Oficial de la Unió Europea el 22 de novembre de 2011).

Reglament d'Execució (UE) 828/2014, de la Comissió, de 30 de juliol de 2014(publicat al Diari Oficial de la Unió Europea el 31 de juliol de 2014).

Reial Decret 210/2018, de 6 d'abril, pel qual s'aprova el Programa de prevenció i gestió de residus i recursos de Catalunya (PRECAT20) (publicat al BOE núm. 92, de 16 d'abril).

VSF Justícia Alimentària Global. Criteris de justícia alimentària en la compra pública d'aliments. Guia per a administracions públiques. Barcelona; 2013.

Agència de Salut Pública de Catalunya

Juny del 2020