

Benvolgudes famílies,

Ens adrecem a vosaltres per a presentar-vos els **canvis que trobareu en els menús de l'escola a partir del proper mes de març**. I us expliquem els motius que ens han portat a realitzar aquestes modificacions.

El Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya defineix els criteris de freqüència de consum de grups d'aliments mitjançant La Guia d'Alimentació en l'etapa escolar.

L'última versió publicada el darrer trimestre del 2020 la trobareu a continuació: https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar.pdf

Serunion com a empresa de restauració col·lectiva que vetlla per l'educació nutricional dels comensals, assessorats sempre pel Departament de Nutrició de l'empresa format per dietistes-nutricionistes col·legiades i actualitzades, volen oferir als seus menjadors el millor per contribuir a la salut dels petits comensals seguint les recomanacions dels organismes experts.

Després d'analitzar a fons la nova guia hem vist que hi ha algunes recomanacions que ens fan canviar els menús que actualment s'ofereixen a l'escola. En la primera fase d'implantació de les noves recomanacions hem volgut definir els següents objectius per aquest curs:



Proteïna animal → *carn*

vermella, blanca, peix i ous

Sucre als iogurts



Proteïna vegetal → *llegums*

Verdures

Pa integral



Es per això que conjuntament amb l'AFA i la direcció del centre hem consensuat quin és el camí que volem seguir. L'objectiu final és evolucionar el menú actual cap a l'acompliment del 100% de les recomanacions, volem que aquest camí sigui una transició que sigui fàcil pels infants i poc a poc es vagin acostumant als nous canvis. La intenció és que el que aprenguin es consolidi en la seva dieta i **tinguin uns hàbits saludables per tota la vida.**

Entenem que el menjador escolar és un espai on es treballen els hàbits però aquesta feina s'ha de continuar a casa per tal de que sigui un èxit, per aquesta raó us convidem a llegir la guia i anar implantant els petits canvis també a casa vostra. Volem recórrer junts el camí cap a una vida més saludable de tota la família!!

Amb aquests objectius ben marcats s'ha definit un nou menú que ens aproparà a l'acompliment del 100% de les recomanacions, però encara ens quedarà camí per recórrer. Volem aprofitar per comunicar-vos que en el menú dels propers mesos veureu alguns canvis que seran significatius, per exemple:



- Presència de **llegums de segon plat.**
- Freqüència de **consum del pa integral.**



- Freqüència **de plats de carn com a segon plat.**
- **Primers plats** que porten **carn o peix.**
- **Sucre al iogurt** → Iniciarem un projecte en el que es servirà iogurt natural sense sucre a granel i s'anirà reduint el sucre afegit de manera controlada. També ajudem a construir un planeta més sostenible ja que la reducció d'envasos serà considerable.

Seguirem treballant l'AFA, la direcció i Serunion per aconseguir complir amb totes les recomanacions. Comptem amb vosaltres per aconseguir-ho!

