

MENÚS ESCOLARS

Curs 2025/2026

Canvis normatius en alimentació escolar – Reial decret 315/2025

Volem informar-vos d'un canvi important en la normativa que regula l'alimentació en els centres escolars de tot l'Estat.

Fins ara, els menús que oferíem als centres es basaven en les recomanacions de les agències de salut públiques de cada comunitat autònoma. En el cas de Catalunya, seguïem les directrius del PReME (Pla de Revisió de Menús Escolars), un document de referència elaborat per l'Agència de Salut Pública de Catalunya que, tot i no ser d'obligat compliment, ha estat un marc fonamental per garantir la qualitat nutricional dels àpats escolars fins avui dia.

El passat mes d'abril es va aprovar el **Reial Decret 315/2025** que estableix per primera vegada una normativa de compliment obligatori per a tots els centres educatius de l'Estat pel que fa a la composició i qualitat dels menús escolars i que entrarà en vigor el proper abril 2026.

Què implica aquesta nova normativa?

- Un **marc únic i homogeni** per a totes les comunitats autònomes.
- Limitació obligatòria del consum d'aliments rics en greixos saturats, sucres afegits i sal.
- Presència obligada de **fruita fresca diària, llegums setmanals i verdures variades**.
- Proporció mínima de **proteïna vegetal** (llegums) dins del conjunt de menús setmanals.
- Restricció d'aliments **processats i fregits**.
- Foment de productes de **proximitat, temporada i sostenibles**.



Com afecta aquest canvi els menús?

Desde **SANED** treballem per oferir menús equilibrats, saludables i adaptats a cada etapa educativa, seguint criteris basats en l'evidència. Tot i que molts dels requisits del nou Reial decret ja formaven part dels nostres protocols, a partir d'ara:

- Actualitzarem tots els menús de manera progressiva abans de l'entrada en vigor del Reial decret, amb l'objectiu que compleixin estrictament amb el nou marc legal.
- És possible que observeu petites modificacions en la freqüència d'alguns aliments o en la composició d'alguns plats.
- Continuarem treballant per integrar la dimensió educativa en l'alimentació, promovent una relació saludable amb el menjar.

Canvis destacats en la composició dels menús

Per tal que pugueu veure de manera clara com s'alineen les noves exigències normatives amb les recomanacions que seguíem fins ara, us compartim aquesta taula comparativa entre les orientacions de l'ASPCAT i les noves indicacions del **Reial decret 315/2025**.

Aquesta informació ens permet ajustar amb rigor els menús per garantir una alimentació més saludable, equilibrada i coherent amb les polítiques de salut pública actuals.

Grup d'aliments	Recomanació Aspcat ¹	Indicacions RD 315/2025 ²
Primers plats (Si el primer plat inclou carn, peix o ou el segon no n'ha de dur)		
Hortalisses	1-2 /setmana	1-2 /setmana
Llegums	1-2 (>6 al mes)	1-2 /setmana
Arròs	1 /setmana	1 /setmana
Pasta	1 /setmana	1 /setmana
Altres cereals	0-1 /setmana	-
Segons plats		
Proteïna vegetal (llegums i derivats)	1-2 setmana (>6 al mes)	1-5 /setmana
Carns	1-2 setmana (>6 al mes)	0-3 /setmana
Carns vermelles i processades	0-1 /setmana (màx 2/mes)	Màxim 1/setmana, processada màxim 2/mes
Peixos	1 /setmana	1-3 /setmana
Ous	1 /setmana	1-2 /setmana
Guarnicions		
Amanides	3-4 /setmana	3-4 /setmana
Altres guarnicions	1-2 /setmana	1-2 /setmana
Postres		
Fruita Fresca	4-5 /setmana	4-5 /setmana
Altres postres no ensucrades	0-1 /setmana	0-1 /setmana
Postres ensucrades	0-1 mes	-

Grup d'aliments	Recomanació Aspcat ¹	Indicacions RD 315/2025 ²
Altres		
Precuinats	< 0-1 /mes	1 /mes
Fregits	< 2 /setmana (2n plats) < 2 /setmana (guarnició)	1 /setmana
Utilització d'oli d'oliva verge	Per amanir	Per amanir
Utilització d'oli d'oliva o de gira-sol alt oleic	Per cuinar i fregir	Per cuinar i fregir
Aigua	Recomanació	Aigua com a única beguda
Fibra (pa integral o cereals integrals)	Recomanació	A incorporar progressivament
Sostenibilitat (producte de temporada, proximitat, malbaratament alimentari)	Recomanació	Aplicació obligada

Altres consideracions

- Les administracions públiques han d'afavorir l'accés a l'aigua mitjançant la implantació de fonts d'aigua.
- S'ha de prioritzar el peix blau i blanc de forma alterna i es poden incloure crustacis i mol·luscos.
- S'ha de donar prioritat a les amanides i la guarnició de verdura fresca enfront d'altres formes de presentació.
- Incorporació progressiva de productes integrals: pa integral 2 cops per setmana, pasta o arròs integral fins a 4 cops al mes.
- Es prohibeix el consum de fruits secs sencers en els menors de sis anys pel risc d'asfíxia.
- El consum de plats precuinats, com ara pizzes, canelons, croquetes, crestes, peixos o carns arrebossades, anàlegs vegetals, entre d'altres, s'ha de limitar com a màxim a una ració al mes.
- Utilització de sal iodada, de forma reduïda.

Compliment normatiu i responsabilitat

El Reial decret 315/2025 estableix que el compliment de les noves condicions nutricionals és **obligatori**. Està previst que les autoritats sanitàries realitzin inspeccions periòdiques i, en cas d'incompliment, es poden aplicar sancions econòmiques o administratives a les entitats gestores del servei.

Tot i això, volem transmetre un missatge de tranquil·litat: a **SANED** treballem des de fa temps per oferir menús en línia amb les recomanacions actuals, i adaptarem completament la nostra oferta al nou marc legal dins dels terminis establerts.

Col·laboració amb la comunitat educativa.

Us animem a continuar fomentant hàbits saludables tant a l'escola com a casa. Els canvis que impulsem des del menjador escolar són més efectius quan es veuen reforçats a l'entorn escolar i familiar.

Per a qualsevol dubte o suggeriment, restem a la vostra disposició a través dels canals habituals de comunicació.



Documents de referència

1- Agència de salut pública de Catalunya. (2020). L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE EN L'ETAPA ESCOLAR. 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_plecs.pdf

2- BOE-A-2025-7659 Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos. (s. f.). https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2025-7659