

Benvolgudes famílies,

Ens adrecem a vosaltres per a comunicar-vos els canvis que trobareu en els menús de l'escola a partir del proper mes de març. Veureu que són uns canvis que no suposen una variació substancial del menú, però que responen a les recomanacions que ens ha fet arribar el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.

Aquest Departament periòdicament realitza una revisió de menús escolars i en proposa unes millores. Els criteris, freqüència de consum dels diferents grups d'aliments i diverses recomanacions les publica a La Guia d'Alimentació en l'etapa escolar. L'última versió publicada és del darrer trimestre del 2020 i la trobareu en aquest enllaç:

[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](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)

Després de revisar i valorar les recomanacions hem vist que en podem aplicar algunes de forma molt gradual, intentant d'aquesta manera que els vostres fills i filles s'hi vagin acostumant. No oblidem que la intenció que perseguim és que les modificacions es consolidin en la seva dieta i tinguin uns hàbits saludables per tota la vida.

Els canvis als quals fem referència implicaran:

- Més presència proteïna vegetal: llegums, verdures, pa integral
- Menys freqüència proteïna animal (carn vermella, blanca, peix), processats i sucre

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 petits canvis també a casa vostra.

Per part nostra, seguirem treballant amb l'AFA, la direcció i l'empresa que presta el servei per anar millorant el servei d'acord amb les recomanacions rebudes. Comptem amb vosaltres per aconseguir-ho!

Moltes gràcies