

## INFORME DE SEGUIMENT

**Centre** Sant Marc de Sarrià  
**Municipi** Barcelona  
**Data** 24/05/2023  
**Programació** Mes de març del curs 2021-22

L'informe de seguiment següent s'elabora sobre la base del qüestionari de seguiment i la programació del menú escolar presentats pel vostre centre, i s'hi valoren l'acceptació i el grau d'implantació de les mesures suggerides en l'informe de la primera revisió.

El present document us permet observar l'evolució dels aspectes positius de la vostra programació de menús i aquells que encara són susceptibles de millora.

A la pàgina següent, s'inclou un quadre resum de la valoració de diferents aspectes de la vostra programació de menús. La columna de l'esquerra correspon a l'avaluació que es feia en l'informe de la primera revisió, és a dir, abans que apliquéssiu els suggeriments de millora, mentre que la columna de la dreta reflecteix els mateixos aspectes un cop rebut l'informe inicial d'avaluació.

S'avalua la presència de precuinats/dolços de tots els dies del mes (no només de les 4 setmanes avaluades a la taula).

És convenient que la majoria de les postres dels dinars de la setmana escolar siguin a base de fruita fresca, reservant, com a màxim un dia per a altres postres no ensucrades (iogurt, formatge fresc, mató, fruita seca, etc.).

És convenient indicar quines postres es serveixen, per diferenciar les postres làcties dolces (flam, natilles, cremes, gelats, ...), del iogurt sense sucre.

És aconsellable que els primers plats estiguin compostos d'hortalisses, llegums i/o farinacis (pasta, arròs, patata,...), i s'eviti incloure carn vermella o processada (xoriç, costellam, bacó, carn picada, etc.).

Alguns dies es serveix ou, carn o peix en el primer i en el segon plat. Si el primer plat

inclou carn, peix o ou el segon ja no n'ha de dur. Alguns plats com canelons, paella, guisat de llegums, pasta bolonyesa (amb carn i formatge) són plats complets (es poden acompanyar d'amanides, cremes de verdures, brous, etc.).

És convenient que feu la màxima difusió d'aquest informe entre tots els agents implicats concernits (AFA, empresa de restauració, direcció del centre, professionals de la cuina i el menjador, etc.). En aquest sentit, us recomanem que publiqueu l'informe al web del centre, a un lloc ben visible, preferentment a l'apartat "menjador" o "menú escolar", si en disposeu.

Per a més informació podeu consultar la guia:

[L'alimentació saludable a l'etapa escolar. Edició 2020.](#)

També us recomanem que consulteu el document:

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

Per a més informació podeu visitar la pàgina del programa:

[Programa de revisió de menús escolars \(PRemE\).](#)

Us recordem que des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona us oferim l'oportunitat de participar en el projecte "Menjadors escolars més sans i sostenibles". En aquest projecte tractem de que els menús siguin més saludables i sostenibles a través de diferents intervencions: tallers per a famílies, formacions a diferents col·lectius, enviament de pòsters i materials divulgatius, etc. Per a més informació, es pot consultar en la web:

<https://www.aspb.cat/documents/menjadors-escolars-sans-sostenibles/>

És obligatori per llei que els menús estiguin supervisats i revisats per una Dietista - Nutricionista.

## Resum dels principals aspectes valorats com a positius o que és convenient que milloreu de la vostra programació de menús.

✓ Aspectes positius    ✗ Aspectes a millorar    ? No es pot valorar per manca d'informació

La columna de l'esquerra correspon a l'informe de la primera revisió i la columna de la dreta, a l'informe de seguiment.

|  | Informe inicial | Informe seguiment |
|--|-----------------|-------------------|
| Presència d'alguna hortalissa o fruita fresca a cada àpat.   | ✓               | ✓                 |
| Presència diària d'hortalisses en el menú (en el primer plat, segon plat i/o guarnició).   | ✓               | ✓                 |
| Presència de guarnicions d'hortalisses crues (amanida) un mínim de tres dies a la setmana.   | ✓               | ✓                 |
| Presència de llegum un mínim de sis vegades al mes en els primers plats, i de sis vegades al mes en els segons plats.  | ✗               | ✗                 |
| Presència de fregits en els segons plats un màxim de dues vegades a la setmana.  | ✓               | ✓                 |
| Presència de fregits en les guarnicions un màxim d'una vegada a la setmana.  | ✓               | ✓                 |
| Presència d'aliments precuinats (canelons, croquetes, crestes, pizzes, arrebossats, hamburgueses de tofu, etc.) un màxim de dues vegades al mes.   | ✗               | ✓                 |
| Presència de carns en els segons plats un màxim de sis vegades al mes.   | ✓               | ✗                 |
| Presència de carns vermelles i processades (vedella, porc, salsitxes, hamburgueses, etc.) com a màxim una vegada a la setmana (en dues de les quatre setmanes), per tant, dues vegades al mes com a màxim. | ✓               | ✗                 |
| Presència de fruita fresca en les postres 4 - 5 dies a la setmana, amb un màxim d'un dia amb altres postres sense endolcir.  | ✓               | ✓                 |
| Compliment de les freqüències recomanades de consum d'aliments (llegums, hortalissa, arròs, peix, ous, etc.) (Taula 2).  | ✗               | ✗                 |
| Utilització d'oli d'oliva verge, d'oliva o de gira-sol altooleic per cuinar.   | ✗               | ✓                 |
| Utilització d'oli d'oliva verge, d'oliva o de gira-sol altooleic per fregir.   | ✗               | ✗                 |
| Utilització d'oli d'oliva verge per amanir.  | ✗               | ✓                 |
| Utilització de sal iodada per preparar els aliments  | ✗               | ✓                 |
| Presència diària de pa integral  | ✗               | ✗                 |
| Presència d'aigua accessible per als comensals.  | ✓               | ✓                 |