



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030

DIRECCIÓN GENERAL
DE AGENDA 2030



MENJADORS
ECOLÒGICS



cerai
centro de estudios rurales y
de agricultura internacional

Programa **horta-cuina**

“DEL COMEDOR A CASA”

CEIP BENIMÀMET

Marzo 2026

Queridas familias,

Nuestro colegio ha sido seleccionado para participar en el proyecto “**Del comedor a casa**”, una iniciativa liderada por la entidad **Menjadors Ecològics**, colaboradora junto a **CERAI** en el proyecto **HORTA CUINA**.

“Del comedor a casa” cuenta con la financiación del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030, se desarrolla de forma simultánea en tres colegios de Canarias, Catalunya y la Comunidad Valenciana y tiene como objetivo: **potenciar el consumo de verduras de temporada**.

¿Cómo funciona el proyecto “DEL COMEDOR A CASA”?

Se trabajará simultáneamente con las cocinas y las familias.

El trabajo con cocina consiste en identificar qué platos funcionan mejor, las fortalezas y dificultades en la elaboración y superar juntos los retos del día a día.

Con las familias se realizarán tres acciones:

1. Encuesta para Identificar el punto de partida

Todas las familias estáis invitadas a participar, podéis responder a las preguntas de la encuesta (sólo os llevará 10 minutos), conocer vuestros hábitos nos ayudará a configurar mejores propuestas.

 [\[ENLACE A LA ENCUESTA\]](#)

2. El reto

Una propuesta práctica inspirada en el modelo del comedor para consumir en casa más variedad y cantidad de verduras de temporada.

Si queréis participar tenéis que marcar la casilla RETO de la encuesta.

 **Atención:** las 10 primeras familias que completen la encuesta serán las seleccionadas para participar. 



¿Qué haremos?

-  **Dos sesiones online:** (1 hora)
 1. Sesión 1 (Planificación): Aprenderemos las claves para diseñar un menú saludable y sostenible que sea realista para el día a día.
 2. Sesión 2 (Recetario): Una sesión muy práctica para descubrir cómo introducir nuevas verduras y recetas en casa de forma sencilla.
-  **Cesta de verduras de temporada:** Para que sea más fácil, os facilitaremos una cesta para que podáis cocinar en casa las mismas verduras que vuestros hijos e hijas disfrutaban en el comedor.
-  **Cuaderno de aprendizajes:** os facilitaremos un cuaderno para que documentéis el proceso y podáis consultar los conceptos, incluirá un recetario.
-  **Comunidad en WhatsApp:** Crearemos un grupo cercano para compartir avances, trucos, fotos de las recetas y resolver dudas. ¡Aprendemos todas de todas!

3. El resultado

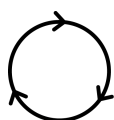
Todas las familias que participen en la encuesta y en el reto, recibirán al final del proyecto, un informe del proyecto con los resultados junto con ideas y recetas para casa.

Calendario

MARZO	ABRIL - MAYO	JUNIO
 Encuesta inicial	 El RETO en marcha	 Resultados y recetario final

Nos encantaría contar con la máxima participación. Es una oportunidad bonita para aprender, compartir y mejorar juntos la alimentación.

Equipo Menjadors Ecològics



MENJADORS
ECOLÒGICS