

COMEDOR ESCOLAR

CEIP BENIMÀMET



RENATURALIZACIÓN DE LOS ESPACIOS

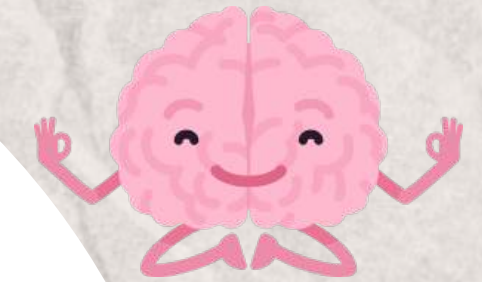
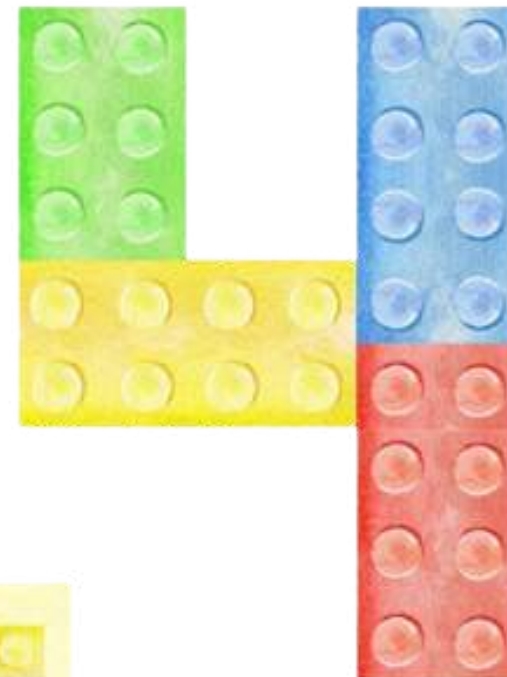
Cambio de mirada



Desde 2017, trabajamos en la transformación de patios y la creación de espacios más naturales, sostenibles y vivenciales



BENIMÀMET EN MOVIMENT



Ideario de Centro

RETOS INDIVIDUALES

Cumple estos 2 retos cada día y suma 2 puntos:

BENIMÀMET
en moviment!

1



Utiliza envases reutilizables: botella rellenable, táper o portabocadillos.

2



Almuerza saludable: fruta, verdura, frutos secos y agua.

**“A LA NOSTRA ESCOLA,
MEN'GEM BÉ, FEM
EXERCICI, DESCANSEM I
CUIDEM EL NOSTRE
ENTORN”**

RETO FAMILIAR Noviembre

Seguimos con los **retos dobles**, esta vez os proponemos:

1

SUBIR A LAS TORRES: pasea por Valencia y sube, en el mismo día, a las dos torres emblemáticas de la ciudad: las Torres de Serranos y las Torres de Quart (la visita es gratuita domingos y festivos).



2

RECETA CON CALABAZA: La calabaza es uno de los alimentos 'estrella' del otoño. Por eso, os proponemos preparar en familia, una receta en la que el ingrediente principal, sea la calabaza. Puede ser dulce o salada. Y si te animas, puedes hacer una de cada.



Envía las fotos del reto a: benimametenmoviment@gmail.com

Proyecto transversal i interdisciplinar que aborda 4 eixos principals, que naixen i donen resposta a les necessitats actuals de la nostra societat



BENIMÀMET EN MOVIMENT

INCLUSIÓ

PEAFS

RETO FAMILIAR Octubre

Iniciamos los retos familiares con un **reto doble**:

1



Camina el parque lineal 2 veces a paso ligero.

2



Diseña y prepara una merienda saludable.

Envía las fotos del reto a: benimametenmoviment@gmail.com antes del 31 de octubre. ¡¡OS QUEREMOS VER A TOD@S!!

*Alimentació Equilibrada,
Activitat Física,
Medi Ambient,
Bon Descans
(Mindfulness)*

RETOS FAMILIARES





HUERTO ESCOLAR



BENIMÀMENT EN MOVIMENT

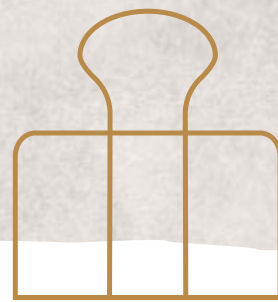
EL NOSTRE
HORT ESCOLAR

SEMBRANT VIDA
RECOLLINT FRUITS



Nuestro huerto escolar
Un espacio natural
Enlace con agricultores locales





PROYECTO DE INNOVACIÓN

Aprendizaje basado en el huerto
Creación del AULA NATURA

Trabajo más vivencial en
el área de Conocimiento del Medio
TRABAJO INTERDISCIPLINAR
METODOLOGÍAS MÁS ACTIVAS



AULA NATURA



LAVANDA



Nom científic:

LAVANDULA ANGUSTIFOLIA.

ORIGEN:

EN L'ANTIGUITAT SE LI DONAVA UN ÚS MEDICINAL. JA QUE LES SEUES INFUSIONS TENEN LA PROPIETAT DE «LLAVAR» EL COS.

CARACTERÍSTIQUES PRINCIPALS:

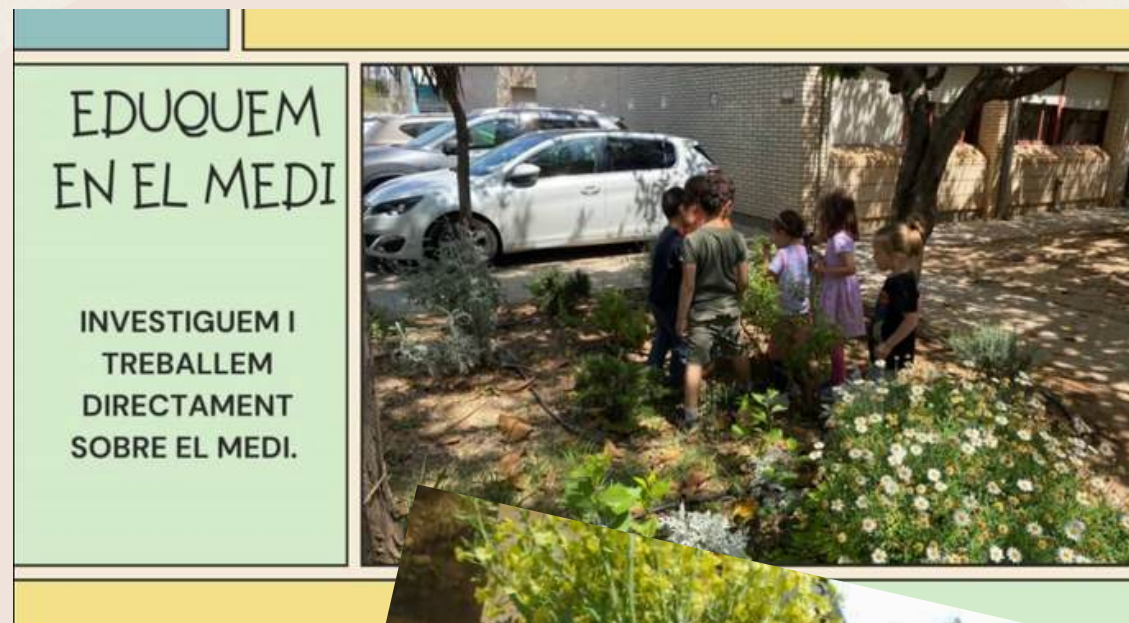
- ARBUST QUE CREIX EN TERRENYS SECS I PEDREGOSOS
- LA PRINCIPAL CARACTERÍSTICA DE LA LAVANDA ÉS EL CRIDANER COLOR MALVA DE LA SEUA FLOR.
- ALTURA: FINS A 80 CENTÍMETRES.
- FULLA: PERENNE. FULLA LINEAL DE COLOR VERD GRISENC. REVESTIDA DE PELUSSA.
- FLORACIÓ: MES DE JULIOL. FLOR AROMÀTICA DE COLOR MALVA O BLAVA PÀL·LID QUE CREIX EN FORMA D'ESPIGA.
- CURES: NECESSITA MOLT SOL. NO REQUEREIX MASSA AIGUA.

USOS I PROPIETATS:

ÚS: ORNAMENTAL. REPEL·LENT NATURAL D'INSECTES PER A JARDINS.
RECOL·LECCIÓ DE LA FLOR PER A EXTRAURE EL SEU PERFUM.
EL OLI DE LAVANDA S'EMPRÀ PER A CALMAR LA PICOR DE LA PELL I PER A FER CATAPLASMES CICATRITZANTS. LA LAVANDA TAMBÉ S'USA EN AROMATERÀPIA I EN L'ELABORACIÓ DE PERFUMS I SABONS.



TRABAJO VIVENCIAL EN EL HUERTO



EDUCAMOS EN EL MEDIO

TRABAJO E INVESTIGACIÓN EN EL NUESTRO ENTORNO



EDUCAMOS SOBRE EL MEDIO

INVESTIGACIÓN SOBRE LOS ELEMENTOS Y CAMBIOS DEL HUERTO



EDUCAMOS A FAVOR DEL MEDIO

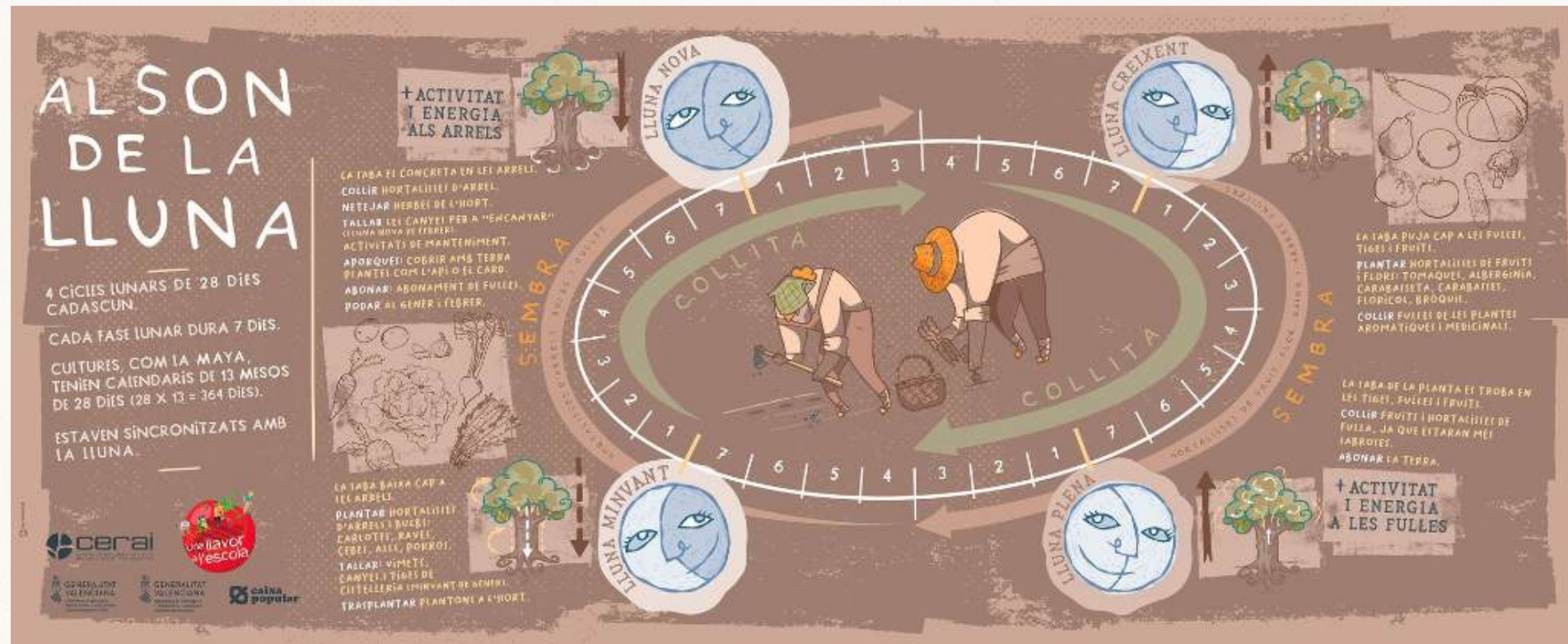
IMPULSO DE VALORES Y COMPORTAMIENTOS RESPETUOSOS

PATRULLA VERDA



- Cuidar y mantener limpio el patio y las áreas comunes.
- Asegurar que el alumnado mantenga el espacio limpio sin tirar basura al suelo.
- Reunir cada viernes los residuos reciclables y llevarlos, acompañados por un maestro, a los contenedores adecuados.
- Recoger el cubo de orgánicos de cada clase y llevarlo al contenedor correcto.
- Recoger la materia orgánica del comedor al final de la semana y colocarla en la compostadora.

FORMACIÓN A TODA LA COMUNIDAD EDUCATIVA



Sostenibilitat al plat

Una llavor a l'escola



COMEDOR

MUCHOS AÑOS DE CAMBIOS...



- 2016 - CENTRO PILOTO - CERAI "Formación sobre alimentación y el poder de transformación del comedor".
- Transición hacia un menú basado en alimentos de temporada, cercanía y ecológicos.
- Reuniones iniciales con agricultores de la Partida de Dalt para gestionar la compra de verduras y frutas locales.
- Cambio de mirada: reducción de proteína animal y aumento de la vegetal. Guía para los menús escolares en 2018.
- Transición hacia un modelo de restauración escolar saludable, equilibrado y transparente.
- Formación y diálogo sobre sostenibilidad, soberanía alimentaria, agroecología y ecofeminismo.
- Adhesión al Programa Horta Cuina.
- Cambio de empresa de comedor: Menú 3 S: sano, sostenible y sabroso. Producto local y KM 0.

TOTA LA FORMACIÓ I TRAJECTÒRIA EN ESTOS
ANYS HAN FET QUE L'ALIMENTACIÓ,
EL NOSTRE ENTORN, L'HORT I EL MENJADOR
FORMEN PART DEL NOSTRE IDEARI DE CENTRE.



COMEDOR



PROGRAMA

Programa

horta-cuina



Empresa
de gestión



Equipo
cocina



Familias



Planificación
de cultivos

El programa trabaja de forma activa y continua con nuestra escuela para apoyar el comedor escolar y ofrecer un menú de temporada, sostenible y saludable, basado en alimentos locales, ecológicos, frescos y adquiridos directamente a los agricultores.



 MENJADORS
ECOLÒGICS



INTEGRACIÓ DEL MENÚ *Potencial en las hortalizas*



DE TOT L'ANY



➤➤➤ 96% fruita i verdura comprada a la nostra escola
ÉS FRESCA

➤➤➤ 26% fruita i verdura comprada a la nostra escola
ÉS ECOLÒGICA (del total de la compra de fruita i verdura fresca)

UNIFICA Y ESTABLECE CRITERIOS MÍNIMOS



PROMUEVE HÁBITOS SALUDABLES



EL MENÚ SALUDABLE I SOSTENIBLE

Reial Decret 315/2025



Programa **horta-cuina**

Ecològic
Mínim 5% del pressupost
o 2 plats/mes.



Fresc
Directament de
l'horta a la taula.
Reducció dràstica de
preuinats.



Local
Compromís amb el territori
i el desenvolupament de
productors de Territori.



Temporada
Almenys el 45% de les
racions de fruites i
hortalisses han de ser
de temporada.



PRIMERS PLATS



Hortalisses
1 a 2 racions / setmana



Llegums
1 a 2 racions / setmana



Arròs
1 ració / setmana



Pasta
1 ració / setmana



SEGONS PLATS



1 a 3 racions/setmana
(Alternant blanc i blau)



1 a 2 racions/setmana



1 a 5 racions/setmana
(Opcional menú 100% vegetarià)



Límits Màxims

Carns (General): Màxim 3 racions setmanals.
Carn Roja: Màxim 1 ració setmanal.
Carn Processada: Màxim 2 racions AL MES.

Programa horta-cuina

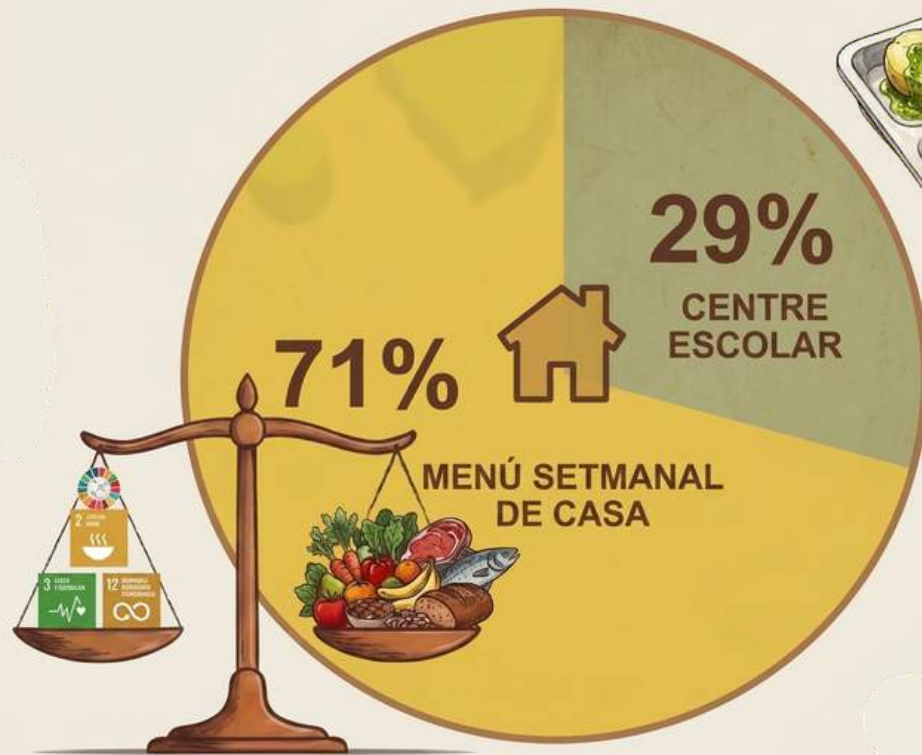


Aprofitant el repartiment a les cuines dels centres escolars, acostem a les famílies que ho desitgen, una caixa de fruita i verdura variada i de temporada segons la disponibilitat del camp.

D'aquesta manera, les famílies poden continuar a casa amb la línia d'alimentació que els xiquets i xiquetes porten en l'escola.

INTEGRACIÓN DEL MENÚ CON EL RETO DE LAS FAMILIAS EN LAS CENAS

En el comedor escolar



En CASA



Registre mensual



Receptari



APP _ALIMENTA

Registro cenas y base de recetas



Hortalissa
Diari (≥7 rac. / setmana)



Carn vermella
Evitar en sopars



Llegums
2-3 racions / setmana



Arròs
2-3 racions / setmana



Ou
2-3 racions / setmana



Pasta
2-3 racions / setmana



Peix
2-3 racions / setmana



Tubercles
1 ració / setmana



Carn blanca
1 ració / setmana



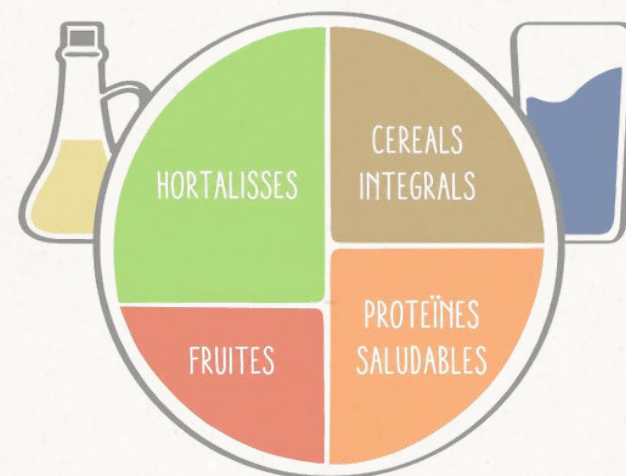
Recomanacions dietètiques i saludables AEASAN (2022).

REAL DECRET 315/2025



Bustinduy visita el CEIP Benimàmet, referencia por su comedor saludable y sostenible

València, 12 mar (EFE).- El ministro de Derechos Sociales y Consumo, Pablo Bustinduy, ha visitado es...



COLEGIOS

Así cambiará el menú de los comedores escolares con el nuevo decreto del Gobierno

Al menos un 45% de las frutas y hortalizas que se sirvan en los comedores escolares deberán ser de temporada. El 5% del gasto mensual que cada comedor escolar destine a la compra de productos debe usarse para adquirir alimentos de producción ecológica



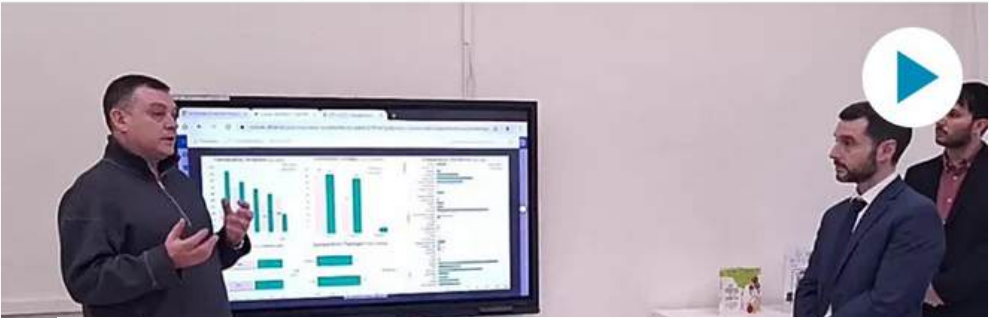
Educación

Cambios en el menú escolar: la mitad de verduras y hortalizas deberán ser de temporada a partir del curso que viene

Al menos dos menús cada mes deberán estar compuestos por producto ecológico, y se prohíben las bebidas azucaradas, según el nuevo Real Decreto de Comedores Escolares que ha anunciado el ministro Pablo Bustinduy



El minsitro Pablo Bustinduy y la delegada del Gobierno Pilar Bernabé junto a dos cocineros del Ceip Benimámet. / ANA DE LOS ÁNGELES



MÁS INFORMACIÓN

→ Real Decreto 315/2025

→ Horta Cuina web

→ La sostenibilitat al Plat CERAI

→ Guia recomanacions per a la selecció
d'empresa de menjador escolar CERAI

→ Receptari formació Escoles infantils CERAI

→ INFOGRAFIA Consells pràctics per
acompanyar l'àpat dels infants

→ Cartell Petits canvis per a menjar
millor

→ Padlet CERAI





Formació

PROFESSORAT
FAMÍLIES
EQUIP DE CUINA I
MONITORS/ES

Assessorament de CERAI
PAF del claustre
PIIE

Metodologia i pràctiques educatives

Metodologia activa,
participativa, basada
en el joc i en la natura.

CEIP BENIMÀMET



BENIHORTA

Natura
sostenibilitat
Aprentatge basat
en l'hort de l'escola



Naturalització dels nostres espais

REDUCCIÓ ESPAIS CIMENTATS
PLANTACIÓ DE DIFERENTS ESPÈCIES DE
PLANTES I ARBRES.
CREACIÓ D'ESPAIS AMB MATERIALS
NATURALS

BENIMÀMET EN MOVIMENT

Hàbits vida saludable

ALIMENTACIÓ SALUDABLE
ACTIVITAT FÍSICA
DESCANS
MEDI AMBIENT

Educació emocional inclusió educativa

TUTORIES EMOCIONALS
TALLERS EDUCATIUS
INCLUSIUS

MENJADOR

alimentació saludable,
equilibrada, de
proximitat i justa



MUCHAS GRACIAS



“El comedor es una oportunidad para influir en el futuro y el bienestar de los niños y las niñas, fortaleciendo su aprendizaje para que, al crecer, sepan escoger una alimentación consciente, saludable, sostenible y socialmente justa.”

