

CÓMO TRABAJAMOS

Muchas de las líneas que establece este Real Decreto coinciden con los principios que venimos aplicando en **Contalabor** desde hace tiempo en nuestro servicio:

- Prioridad al producto fresco, de proximidad y de temporada.
- Refuerzo del consumo de frutas, verduras y legumbres.
- Reducción de alimentos procesados.
- Compromiso con prácticas más sostenibles.
- Utilización de aceite de oliva virgen extra para ensaladas y girasol alto oleico para cocinar y freír.
- Uso de sal yodada en nuestras cocinas, siempre con moderación.

Con este nuevo marco, ya hemos iniciado acciones para informar y acompañar a toda la comunidad educativa implicada:

- Equipos de cocina y equipos de educadores/-as.
- Centros educativos y equipos directivos.
- Familias.

Nuestro propósito es facilitar la comprensión de estos cambios y poner en valor su impacto en la salud y en la adquisición de hábitos alimentarios adecuados desde la infancia.

Entendemos que la mejora de la alimentación escolar es una labor compartida, en la que la colaboración de todos los agentes es fundamental.

Desde **Contalabor**, continuamos trabajando para que cada menú contribuya no sólo a la nutrición, sino también a la educación en valores como la salud, la sostenibilidad y el bienestar.



NUEVO REAL DECRETO COMEDORES ESCOLARES

TE LO CONTAMOS....

CONTACTO

www.contalabor.com
C/Uruguay 1, pta 7
46007 Valencia

 **CONTA**
Labor

¿QUÉ ES?

El Consejo de Ministros aprobó el Real Decreto 315 /2025 sobre Comedores Escolares Saludables y Sostenibles, que entra en vigor a partir de abril del 2026. Este nuevo decreto es de **OBLIGADO** cumplimiento, por lo que provocará algunos cambios en nuestros menús, que queremos explicaros.

OBJETIVO

Mejorar la alimentación en los centros educativos, promoviendo hábitos saludables desde la infancia mediante menús nutritivos, equilibrados, accesibles y sostenibles.



 **CONTA**
Labor



CÓMO TIENEN QUE SER LOS MENÚS SEGÚN REAL DECRETO 315/2025

1

1º PLATOS:

- Hortalizas: 1-2 raciones /semana
- Legumbres: 1-2 raciones/semana
- Arroz: 1 ración/semana.
- Pasta: 1 ración/ semana.



2

2º PLATOS:

- Pescados: 1-3 raciones/semana
- Huevos: 1-2 raciones/semana
- Carnes: máx 3 raciones/semana.
máx 2 raciones de carnes procesadas.
- Proteína vegetal: 1-5 ración/semana.



3

3 GUARNICIONES:

- Ensaladas: 3-4 raciones/semana
- Otras (patatas, hortalizas, legumbres):
1-2 raciones/semana.



4

4 POSTRES:

- Frutas frescas: 4-5 raciones/semana.
- Otros postres: preferiblemente yogur o cuajada
sin azúcar añadido.

5

5 OTROS:

- Agua cómo única bebida.
- Pan integral 2 veces/semana.
- Al menos 4 veces al mes arroz pasta integral.

