PROTOCOL CONFECCIÓ MENUS

CEIP PAU CASALS

SANT JOAN DESPI

Cursos 2013-2014
2014-2015

ESQUEMA PROTOCOL MENUS

MENU TRIMESTRAL

Disseny de menu

Responsable menjador i Primera cuinera

Revisió i suggeriments

Comissió Dietètica

Anàlisis de viabilitat

Responsable menjador,Primera cuinera, Coordinador Monitors

Enviar a Tècnica de Sanitat i Consum Ajuntament Sant Joan Despí

Responsable menjador

MENU MENSUAL

Adaptació Menú trimestral als dies festius i ingredients i estils de cocció de temporada

Responsable menjador i Primera cuinera

Revisió i suggeriments

Comissió Dietètica

Anàlisis de viabilitat

Responsable menjador,Primera cuinera,Coordinador Monitors, Comissió pedagògica

Enviar per email a les Famílies

Responsable menjador

Penjar el menú a la web

DESCRIPCIÓ i ACLARIMENTS

L'elaboració dels menús està definit i descrit a l'apartat 7.1 del Pla de Funcionament del Menjador (PFA), aprovat pel Consell Escolar (revisat curs a curs per a la seva millora i detall tant per la Junta AFA els OCELLS com la Direcció de l'escola), que trobareu penjat a la web

http://www.ampapaucasals.despientitats.cat/arxiu-de-documents/menjador/

7.1 Elaboració dels menús

S'elaborarà com a mínim 1 menú diferent per trimestre coincidint amb la temporalitat de la producció de verdures i les necessitats energètiques de cada temporada.
Tant si es fa a casa com al menjador escolar, el dinar és l'àpat més important del dia, quant a quantitat i varietat d'aliments. És recomanable que el componguin entre quatre i sis grups d'aliments (farinacis, verdures, fruites,olis, càrnics, làctics), utilitzant tècniques culinàries ben variades al llarg de la setmana i segons l'estació de l'any. Les quantitats de les racions servides han d'anar d'acord amb les necessitats pròpies de l'edat, i han de respectar la sensació de gana expressada.
La persona coordinadora serà l'encarregada de l'elaboració dels menús amb la col·laboració de les cuineres per tal d'aconseguir una optimització dels recursos alimentaris i amb una supervisió de la dietista municipal encarregada de donar-hi el vistiplau. La comissió de nutrició i dietètica de l'AFA "Els Ocells" podrà fer-ne suggeriments i valoracions dels menús elaborats.
Per tal que el menú sigui atractiu i millorar la seva acceptació es tindrà en compte que tingui varietat de colors, diferents textures i se serveixi a la temperatura adequada.

Així doncs la confecció dels menús els fa la cap de cuina, en aquests moments la Carmen, juntament amb la responsable del menjador, la Marga.

Actualment s'estan utilitzant els menús de l'any passat.

La Marga envia a la Comissió de Dietètica la seva proposta de menús un cop al mes.

La Comissió de Dietètica ho revisa i fa suggeriments i/o propostes, tenint en compte que el menú sigui equilibrat en quant a varietat d'estils de coccions i que hi hagi varietat d'ingredients (cereals,verdures, llegums,carn i peix), que sigui variat en els dies, és a dir que un nen que es queda per exemple cada dijous no sempre mengi el mateix, que el redactat estigui detallat (ingredients i tipus cocció).

No sempre aquests suggeriments es poden aplicar en els menús per un tema d'infraestructura o gestió de la cuina. Exemple: Hi ha menjars que no es poden fer els dilluns (les llegums s'han de posar el dia abans en remull, les croquetes s'han de preparar el dia abans,...)

Posteriorment són supervisats pel coordinador de l'equip de monitors, Juan Carlos, per a què no siguin menjars que donin problemes amb els infants.

Un altre valoració que es fa és a la Comissió Pedagògica (Juan Carlos, Marga i Direcció) que valoren els professors que es queden al menjador.

El departament de Salut de la Generalitat també recomana que els menús s'elaborin trimestralment fent coincidir els canvis d'estació per tal d'introduir els diferents productes i estils de cocció de cada temporada

(http://salutweb.gencat.cat/ca/ambits_tematics/per_perfils/centres_educatius/menus_escolars/)

La Tècnica del departament de Salut de l'Ajuntament els revisa un cop cada trimestre, amb el canvi més generalitzat del menú per la nova estació i els sella. La norma és revisar els menús cada cop que hi hagi algun canvi significatiu.

Les directrius bàsiques per elaborar el menú venen des dels criteris de sanitat de l'ajuntament de Sant Joan Despí i de la guia de menjadors escolars de la Generalitat, on es pauten els criteris de l'alimentació equilibrada.

Els sopars ens ho demanen des de Sanitat. La Comissió Dietètica el primer curs ho revisava però ja des de l'any passat els dissenya la Marga incorporant els suggeriments de la tècnica del Ajuntament. Per exemple posar dos dies seguits peix perquè així les famílies no tinguin que anar a comprar peix mes dies si van curtes de temps.

La Comissió de Dietètica no intervé en la definició de menús per al·lèrgics, que es fa directament des de cap de cuina i responsable menjador (Carmen i Marga) i els monitors en el moment de servir. S'ha valorat des de la Junta poder identificar les

safates dels nens amb al·lèrgies però s'ha descartat per monitoratge per tal de no crear diferències entre els nens.

En què es fixa la Técnica a l'hora de revisar els menús i donar l'aprovat?:

* Varietat i equilibri dels aliments i estils de cocció

* Baix consum de fregits.

* Que mínim hagin dos dies de peix a la setmana en els sopars

* Utilitzar ou pasteuritzat: per un tema de seguretat està prohibit utilitzar ou cru en truites i com a base de salses, arrebossats, maioneses, etc. Per això la Junta va decidir només donar-ho dos cops al mes i alternar-ho amb peix.

* Plats únics: El seu suggeriment és de 2 dies/setmana, però es va valorar que no agraden tant els plats únics i alguns nens es poden quedar amb gana. Per això en el nostre menjador fem 1 plat únic/setmana i sempre aquell que més agrada a la majoria.

* El peix ha de ser sempre congelat: Es obligatori congelar el peix abans del seu consum. A la nostra cuina no disposem de congeladors especials, per aquest motiu els comprem ja congelats. Per obtenir un producte de bona qualitat es compra peix congelat en alta mar.

Canvis que l'actual Junta s'han fet en els menús

Des del curs 2013-14 la Comissió de dietètica en particular i la Junta en general (ja que el nostre esperit és treballar en equip, amb el que tots aportem i ho consensuem) vam proposar incorporar nous productes i alguns canvis en els menús amb l'objectiu d'implementar els valors i criteris definits en el Pla de Funcionament del Menjador, que és la nostra guia de treball, així com del personal implicat:

* Ara es fan menús trimestrals per utilitzar productes frescos i tipus de cocció de cada temporada

* A la descripció dels menús que s'envien a les famílies mensualment es fa la descripció del tipus de cocció. Exemple: si és bullit, forn, planxa, etc, així com es detalla els ingredients bàsics. Es presenta mensualment per a que els canvis per dies festius quedin clars. Si hi ha imprevistos i un dia s'ha de canviar el menú s'ha demanat que s'avisi a les famílies. L'objectiu és que les famílies disposin del menú precís, dia a dia, que gaudiran els infants. Abans tota aquesta informació no es donava.

* Canvi en la presentació dels menús: més detallat en ingredients i estils de cocció. Aportar a les famílies quins son els productes de temporada i aptes per celíacs.

* S'intenta que un tipus de menjar no coincideix en el dia de la setmana: exemple: tots el dilluns truita, dimarts: peix, dimecres: llegum, etc... Es va valorar que alguns nens/es tenien massa present el dia que tocava cada tipus d'aliment i si no agradava això li donava malestar tot el dia. El fet de que cada dilluns hi havia truita es va canviar ja que és huevina i l'ou fresc per a sopar és un plat fàcil de fer per a les famílies i es va optar per alternar truites i peix.

* Es revisa que cada setmana estigui compensada en proteïna (llegums, peix,carn) cereals i hidrats de carboni, ou, verdura, ... així com els tipus de coccions siguin variades tot i que de vegades no s'aconsegueix per logístiques de cuina.

* S'ha baixat el consum de carn de porc i s'ha incrementat la vedella o introduït l'hamburguesa que en un principi ens havien dit que estava prohibida per sanitat o les mandonguilles.

* **Millorar la qualitat dels aliments** en quan a saludables pels nostres infants:

a) Es va demanar que **disminuir l'ús de congelats i enllaunats** versus al producte fresc com per ex. Les patates de les truites. Això ha suposat més feina i per això es va incrementar en una hora l'ajudant de cuina, per preparar el producte fresc.

b) Introducció segons disponibilitat de verdura i fruita ecològica, pasta, arròs i llegum ecològiques. Ous ecològics només en període d'estiu per les ensaladilles.

Un aliment ecològic és aquell aliment produït sense l'ús de productes químics de síntesi ni OMG(transgènics), respectant el cicle vital de l'animal o planta, sense adulterar-lo amb tractaments hormonals ni antibiòtics, ni adobs químics. Respectant la normativa vigent, i controlat per l'organisme de control de cada comunitat autònoma, en el cas de Catalunya és el CCPAE. Consumir aliments ecològics contribuïm al medi ambient (menys contaminants en la terra i l'aigua), a la nostra salut i a les futures generacions. www.alimentacion.es (apartat coneix el que menges/alimentación ecológica) web Ministerio Agricultura,Alimentación i Medio Ambiente.
Manual a taula, manual per a la introducció d'aliments ecològics i de proximitat a les escoles de la Generalitat de Catalunya

c) Increment de l'ús de verdures fresques en les salses com la samfaina que es trituren per a que els infants se les mengin però es posa en la descripció dels menús.

* Donar a testar nous aliments puntualment per a que els infants coneguin els productes de temporada.

* Es van provar diferents tipus de peix per no sempre fer la limanda(llenguadina) com el bacallà però no va tenir èxit suposem que pel forn antic.

* La fideuà i la sèpia, sembla que des de monitors ens van dir que hi havia problemes amb infants i cuina el va deixar de col·locar en els menús.

* Idees que encara no s'han pogut dur a terme: fer menús especials de cuines del món relacionades amb activitats del menjador i moltes més idees

* Es detecta la possibilitat de millora amb la introducció d'un nou forn que facilita les coccions en general i especialment de peix (amb intenció de reduir fregits) i reducció d'estrés a cuina en quant a cuinar i netejar.

* Es determina que especialment en la introducció de nous plats o ingredients el primer filtre sigui el monitoratge i qualsevol incidència o suggerència a través del coordinador de lleure es comuniqui amb el responsable menjador amb cuina i junta amb la intenció de minimitzar incidències amb els nens i famílies. Aquest circuit hem detectat que no funciona prou bé actualment.

* Els **menús pels al·lèrgics i dietes** els defineix i gestiona directament cuina i responsable menjador i responsable de monitors. La junta entrega la seva confiança amb saber fer i experiència dels professionals implicats.

Sant Joan Despí a 17 de desembre de 2015