



# Memoria 2023

# Índice

---

1. Antecedentes . . . . .	3
2. Resumen de los datos clave . . . . .	5
3. Cumplimiento de indicadores del PReME . . . . .	6
4. Resultados de los informes iniciales de revisión . . . . .	7
4.1. Datos del centro y del comedor . . . . .	7
4.2. Datos relativos a la revisión de la programación de menús . . . . .	8
4.3. Valoración de los datos del informe inicial . . . . .	11
5. Resultados de los informes de seguimiento . . . . .	13
5.1. Datos del cuestionario de seguimiento . . . . .	13
5.2. Comparación del cumplimiento de las recomendaciones entre el primer informe (fase 1) y el de seguimiento (fase 2). . . . .	14
6. Conclusiones . . . . .	17
7. Equipo PReME de la ASPCAT . . . . .	18
8. Anexos . . . . .	19

# Antecedentes

---

En el marco del Plan integral para la promoción de la salud mediante la actividad física y la alimentación saludable ([PAAS](#)) de la Agencia de Salud Pública de Cataluña (ASPCAT), y paralelamente a la Estrategia para la nutrición, la actividad física y la prevención de la obesidad ([Estrategia NAOS](#)), en 2006 se inició, mediante un convenio entre los departamentos de Salud y de Educación, una oferta de revisión de las programaciones de los menús de los centros docentes llamada [Programa de revisión de menús escolares \(PReME\)](#). Este programa tiene como objetivo poner a disposición de todos los centros educativos de Cataluña un informe de evaluación de la programación de los menús que se sirven en el comedor escolar con el fin de mejorar su calidad.

Los informes de evaluación de las programaciones de menús del PReME han sido elaborados por un equipo de dietistas-nutricionistas de la Subdirección General de Promoción de la Salud de la ASPCAT. El programa se desarrolla en toda Cataluña a través de la implicación de los técnicos de salud pública de la ASPCAT de cada territorio y en coordinación con los municipios y consejos comarcales. En la ciudad de Barcelona, el PReME lo desarrolla [la Agencia de Salud Pública de Barcelona](#) de forma coordinada con la ASPCAT.

---

Los aspectos principales que se evalúan en las programaciones de los menús se basan en la tabla de frecuencias recomendadas (véase el anexo 1) de la guía [La alimentación saludable en la etapa escolar](#), en cuyo contenido se ha tenido en cuenta el [Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos \(2010\)](#), de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, elaborado en el marco de la Estrategia NAOS. El PReME da respuesta a la [Ley 17/2011, de 5 de julio](#), de seguridad alimentaria y nutrición.

El PReME es un programa trienal que da cobertura entre una tercera y una cuarta parte de todos los comedores escolares de Cataluña cada año. El programa se estructura en 3 fases:

- Fase 1. Evaluación inicial de una programación de menús mensual y elaboración del informe correspondiente con sugerencias de mejora.
- Fase 2. Seguimiento de las medidas adoptadas después de la recepción del informe inicial con la evaluación de una nueva programación de menús, y elaboración del informe de seguimiento. Esta fase se inició en 2012, y se ofrece a todos los centros escolares que han realizado la fase 1.
- Fase 3. Evaluación sensorial de los menús y del comedor. Se inició como prueba piloto en 2015. Se llevó a cabo de 2018 a 2020 en centros que habían seguido la fase 1 y la fase 2. Durante el curso 2020-2021 no se llevó a cabo debido a la pandemia de la COVID-19, y por el momento no se ha reactivado.

En 2023 se han recibido y evaluado 762 programaciones de menús (537 informes iniciales y 225 informes de seguimiento), procedentes de centros de primaria, de secundaria y de educación especial. En total, en estos centros utilizan el servicio de comedor escolar a 89.642 alumnos.

# Resumen de los datos clave

Número de informes de revisión inicial elaborados (fase 1)	537
Número de informes de seguimiento elaborados (fase 2)	225
Número total de alumnos de los centros evaluados	184.577
Número de comensales de los centros evaluados	89.642 (49,5%)
Porcentaje de centros en los que los alumnos de primaria no tienen acceso a MEAB*	99,8%
Porcentaje de centros en los que los alumnos de secundaria no tienen acceso a MEAB*	92,2%
Utilización de aceite de oliva virgen para aliñar	47,3%
Presencia diaria de alimentos frescos** (frutas y/o hortalizas)	99,4%
Presencia diaria de verduras y hortalizas (crudas o cocidas)	99,0%

\* MEAB: máquinas expendedoras de alimentos y bebidas.

\*\*Que se consumen sin cocer

## Porcentaje de cumplimiento de las frecuencias semanales recomendadas

	Cumplimiento	Recomendación semanal
Frecuencia recomendada de fruta fresca	93,5%	4-5
Frecuencia recomendada de hortalizas (primer plato)	98,3%	1-2
Frecuencia recomendada de legumbres (primer plato)	96,6%	1-2
Frecuencia recomendada de legumbres (segundo plato)	59,6%	1-2
Frecuencia recomendada de pescado	73,9%	1
Frecuencia recomendada de carne	73,0%	1-2

Mejoras destacadas en ambos informes	1r informe	Seguimiento
Presencia de legumbre (cumplimiento mensual)	12,6% → 30,5%	
Presencia de carnes rojas y procesadas	22,1% → 37,5%	
Uso de sal yodada	74,6% → 86,4%	
Presencia de pan integral	30,1% → 48,9%	
Frecuencia recomendada de alimentos	27,8% → 43,5%	
Aceite de oliva o de girasol altooleico para freír	63,7% → 78,2%	
Aceite de oliva virgen para aliñar	45,5% → 56,8%	

# Cumplimiento de indicadores del PReME

Tabla 1. Porcentaje de centros que cumplen los indicadores del PReME, 2023.

	Cumplimiento	Intervalos recomendados
Fruta fresca en el postre	95,6%	4-5 días con fruta fresca en el postre
Legumbres en el primer plato	97,5%	1-2 días con legumbres de primer plato a la semana
Legumbres en primeros y segundos platos	7,2%	12 días con legumbres al mes entre primeros y segundos platos
Hortalizas en el menú diario	99,0%	≤ 5 días sin hortalizas al mes
Alimentos frescos (frutas u hortalizas) en el menú diario	99,4%	≤ 5 días sin alimentos frescos/mes
Aceite de oliva virgen para aliñar	47,3%	Afirman que utilizan aceite de oliva virgen por aliñar

Tabla 2. Número absoluto y relativo de centros que cumplen los indicadores del PReME, 2023.

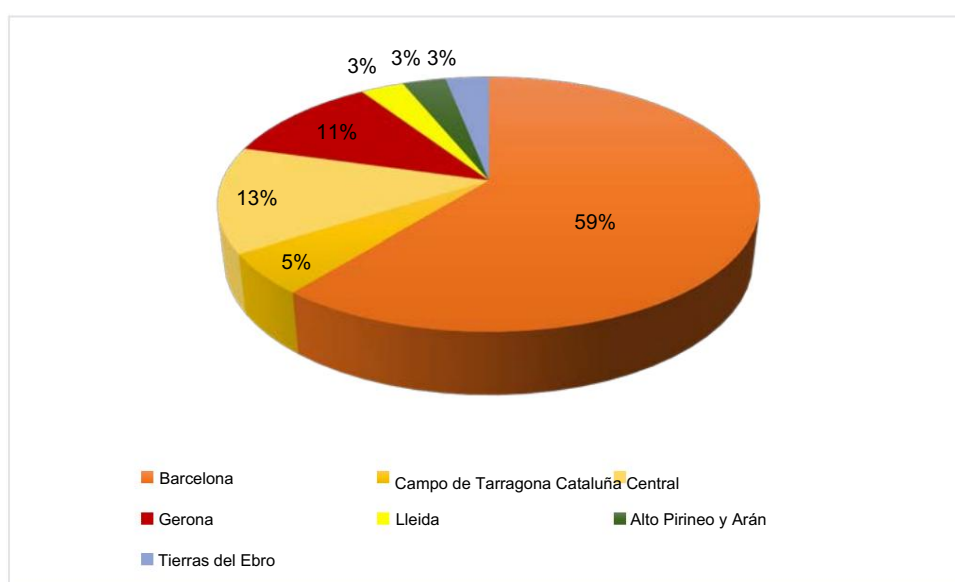
Número de criterios que cumplen	Número de centros	Porcentaje de centros
0	0	0,0%
1	1	0,2%
2	6	1,1%
3	24	4,5%
4	240	45,1%
5	247	46,4%
6	14	2,6%

# Resultados de los informes iniciales de revisión

---

## 4.1. Datos del centro y del comedor

Gráfico 1. Distribución de las solicitudes de revisión y de los informes de evaluación por regiones sanitarias del PReME, 2023.



Esta distribución geográfica corresponde, sobre todo, a los territorios que durante el año 2023 han tenido como objetivo el PReME dentro de las tareas de los equipos de salud pública territorial.

Las escuelas de la ciudad de Barcelona no se incluyen en esta distribución, puesto que el desarrollo del PReME lo lleva a cabo la Agencia de Salud Pública de Barcelona, y los datos no están incluidos en esta explotación. Para más información, consulte el [Programa de revisión de menús escolares \(PReME\) en la ciudad de Barcelona 2022-2023](#).

---

En relación con el tipo de centros docentes, las programaciones evaluadas han sido mayoritariamente de centros públicos (79,2%), de nivel educativo de infantil y primaria (96,6%) y algunas secundaria (21,7%). Cabe mencionar que la gestión del comedor depende sobre todo de la asociación de familias de alumnos (AFA) (37,9%), de la dirección del centro (27,5%) y del consejo comarcal (23,5%).

Un 56,2% de los centros contratan un servicio de restauración externo pero que cocina en las instalaciones de la propia escuela, un 31,2% tienen contratado un servicio de restauración que lleva la comida desde una cocina central y un 10,7% dispone de cocina con espacio y personal propio.

En el 55,9% de los centros, el tiempo para el almuerzo es de entre 45 y 60 minutos; en un 21,7% de los centros, entre 30 y 45 minutos; en un 15,9% de los centros, de más de una hora; y en un 3,3%, de menos de 30 minutos. La gran mayoría de centros (95,0%) dispone de un espacio exclusivo destinado a comedor.

De los centros que han participado en el PReME durante 2023, un centro de primaria dispone de máquinas expendedoras de alimentos o bebidas (MEAB) accesibles a los alumnos. En caso de secundaria, la disponibilidad para los alumnos es de un 7,8% (9 centros) del total de los centros de secundaria.

El 95,0% de los centros ofrecen menús especiales, entre los que destacan los menús sin cereales ni derivados con gluten (73,7%), sin leche (72,9%), sin huevo (57,0%), sin fruta seca (56,4%) y sin pez (53,0%). Asimismo, el 80,1% dispone de menús sin carne de cerdo, para niños de religión musulmana; el 84,3% ofrecen un menú sin carne y el 61,8% un menú vegetariano (sin carne ni pescado).

Del total de centros evaluados, tan sólo 32 (6,1%) ofrecen la posibilidad a los niños de llevar la comida preparada de casa con una fiambra.

## 4.2. Datos relativos a la revisión de la programación de menús

En el 99,0% de las programaciones se sirven hortalizas en el menú diario (cocidas o crudas). También se observa que en el 99,4% de las programaciones se incluyen a diario hortalizas crudas (ensalada) o fruta fresca.

En cuanto al tipo de aceite que se utiliza para aliñar, un 47,3% de centros utiliza el aceite recomendado, que es el aceite de oliva virgen. En cuanto al tipo de aceite que se utiliza para



cocinar, en el 90,1% de los cuestionarios de solicitud se indica que es de aceituna, oliva virgen o girasol altooleico. En cuanto al tipo de aceite que se utiliza para freír, el 67,3% indica que es de oliva, oliva virgen o girasol altooleico.

En relación al tipo de sal que se utiliza, en el 71,1% de los cuestionarios de solicitud se indica que es sal yodada.

En el 44,9% de los cuestionarios de solicitud se indica que se ofrece a lo largo de la semana pan blanco e integral, mientras que el 21,8% lo ofrece sólo integral. En el 37,4% se indica que se ofrece pan integral todos los días.

En el 98,3% de cuestionarios se indica que en el comedor hay agua accesible para los niños.

En un 81,2% de los cuestionarios se responde que se hace uso de alimentos precocinados.

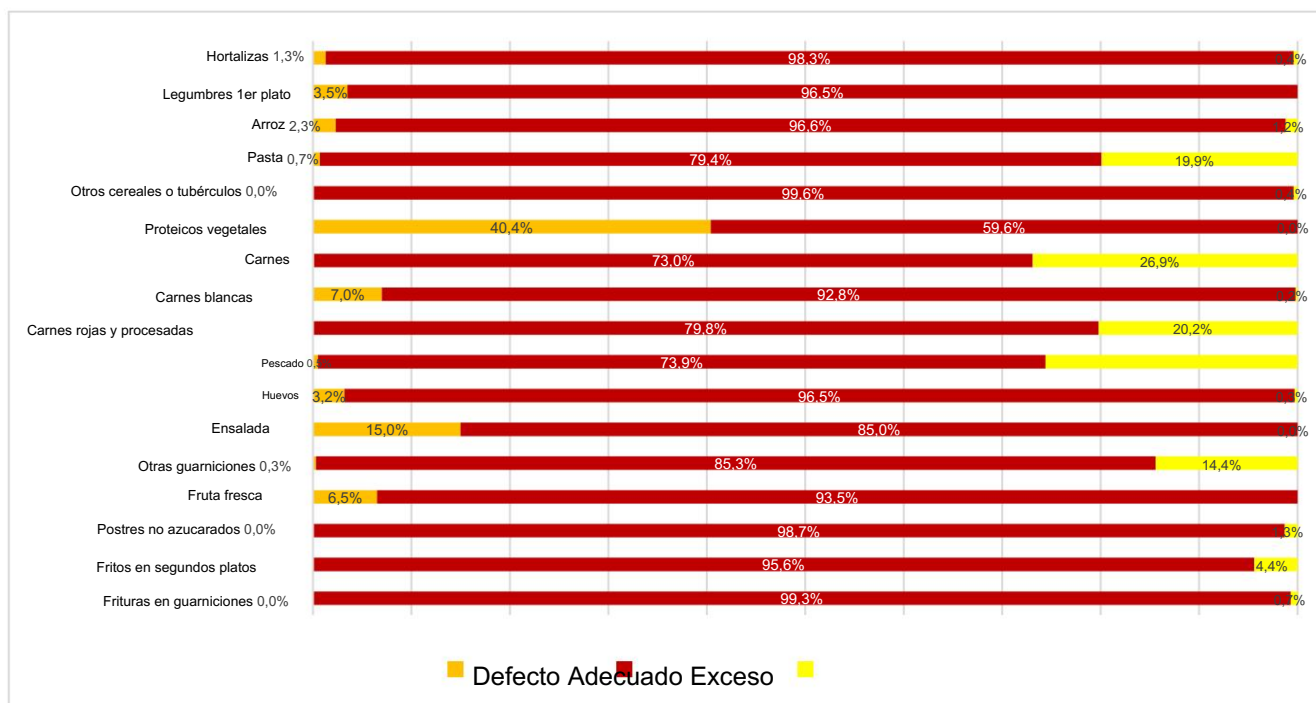
El porcentaje medio de cumplimiento de las frecuencias de consumo semanales en los primeros platos, como puede verse en el gráfico 2, es del 96,6% para el arroz; del 79,4%, para la pasta (en el 19,9% se sirve más pasta de la pasta recomendada); del 96,6% para las legumbres y del 98,3% para las hortalizas.

En relación con el cumplimiento de las frecuencias de consumo semanales por en los segundos platos, el cumplimiento del pescado es del 73,9% (en el 25,6% se sirve más pescado del recomendado); para los huevos es de 96,5%. En relación a la carne, el cumplimiento semanal es del 73,0% (en el 26,9% se sirve más carne de la recomendada). En el caso de las carnes rojas y procesadas (ternera, cerdo, salchichas, hamburguesas, albóndigas, etc.), el cumplimiento de las recomendaciones alcanza el 79,8% (0-1 veces/semana), y en las carnes blancas al 92,8% (1-2 veces/semana). En relación con los proteicos vegetales (legumbres y derivados) el cumplimiento es del 59,6% (en el 40,4% se sirve menos legumbres de las recomendadas). En cuanto a la ensalada de guarnición, se cumplen las recomendaciones en un 85,0% de los casos (en un 15,0% se sirven menos ensaladas de las recomendadas).

En cuanto al postre, el 93,5% sirven las raciones semanales recomendadas de fruta fresca (4-5 veces/semana).

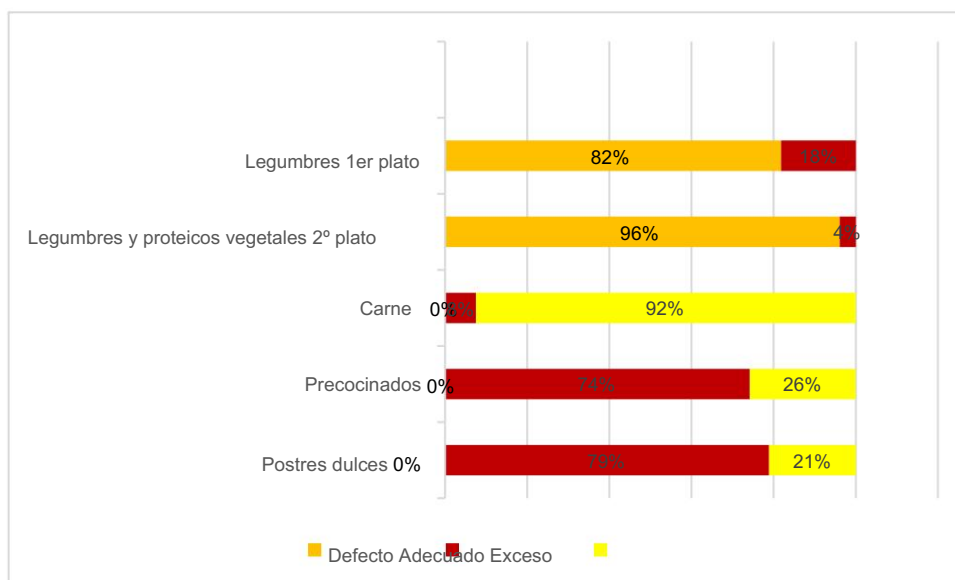
La presencia de frituras en los segundos platos es adecuada en el 95,6% de los casos y la presencia de frituras en las guarniciones en el 99,3% de los casos.

**Gráfico 2.** Porcentaje de cumplimiento de las frecuencias semanales recomendadas por la guía La alimentación saludable en la etapa escolar, 2023.



Tal y como puede verse en el gráfico 3, en relación con el cumplimiento mensual de la frecuencia de legumbres (legumbres  $\geq 6$  veces/mes como primeros platos y  $\geq 6$  veces/mes como segundos platos), en el primer caso (legumbres de primer plato), el cumplimiento es del 18,2%, y en el caso de las legumbres de segundo, sólo del 3,9%. En el caso de las carnes ( $\leq 6$  veces/mes), el cumplimiento se sitúa en un 7,5%. Cuando se analiza la presencia de alimentos precocinados en la programación de menús, el resultado indica que el 74,2% cumplen con la recomendación ( $\leq 2$  veces/mes).

Gráfico 3. Porcentaje de cumplimiento de las frecuencias mensuales recomendadas por la guía La alimentación saludable en la etapa escolar, 2023.



### 4.3. Valoración de los datos del informe inicial

Como resultado de la evaluación en la fase 1, se hace una valoración positiva de los siguientes puntos:

Hay un número elevado de centros y alumnos beneficiarios del PReME.

Casi la totalidad de las escuelas ofrecen a los alumnos más de 30 minutos para el almuerzo.

La gran mayoría de los centros disponen de un espacio exclusivo destinado al comedor.

Sólo centro de primaria dispone de MEAB accesibles para los alumnos (y son minoritarias en secundaria –9 centros–).

La inmensa mayoría de los centros ofrecen menús especiales y la mayoría de los centros ofrecen menús sin carne y sin carne de cerdo para niños que no comen carne y de religión musulmana, respectivamente.

La gran mayoría de centros tienen agua accesible en el comedor.

Casi todas las programaciones incluyen hortalizas crudas o fruta fresca en el menú diario.

Casi la totalidad de las programaciones incluyen hortalizas (crudas o cocidas)

en el menú diario.

Se cumplen en un elevado porcentaje de casos las frecuencias recomendadas de legumbres, arroz y hortalizas en los primeros platos, huevos y carnes blancas en los segundos y fruta en el postre.

Hay un porcentaje muy elevado de programaciones en las que se cumplen las frecuencias recomendadas de frituras en los segundos platos, y tres cuartas partes lo hacen en cuanto a los precocinados.

Asimismo, cabe destacar que la gran mayoría de centros cumplen 4 o 5 de los 6 indicadores del PReME (véase la tabla 2).

Como resultado de la revisión inicial, es necesario mejorar los siguientes aspectos:

Hay que aumentar el porcentaje de centros que utilizan aceite de oliva virgen para aliñar y el de oliva o girasol altooleico para freír.

Hay que aumentar el porcentaje de centros que utilizan sal yodada, y los que ofrecen pan integral.

Hay que mejorar el cumplimiento con respecto al pescado en los segundos platos, para reducir su presencia.

Hay que reducir la presencia de carnes rojas y procesadas.

Hay que aumentar el cumplimiento de las frecuencias recomendadas de la ensalada como guarnición.

El cumplimiento mensual respecto de los proteicos vegetales (legumbres y derivados) de segundo plato necesita mejorar.

Hay que reducir la frecuencia de alimentos precocinados.

# Resultados de los informes de seguimiento

---

En 2023 se han elaborado 225 informes de seguimiento. Los informes de seguimiento corresponden a la evaluación de una segunda programación de menús, que se lleva a cabo habitualmente dos o tres meses después de que se haya hecho llegar el informe de revisión inicial a la escuela. A partir de la nueva programación de menús y de un cuestionario, se valora la aceptación y uso del primer informe de revisión, así como el grado de cumplimiento de las medidas que se indican.

## 5.1. Datos del cuestionario de seguimiento

### Valoración del informe

- el 96,4% lo considera una herramienta útil;
- el 100% opina que los contenidos tratados son comprensibles;
- el 59,9% cree que las medidas propuestas son fáciles de aplicar;
- el 87,8% considera que los agentes implicados han colaborado;
- el 82,2% está de acuerdo o muy de acuerdo en que el informe mejora la programación de menús.

### El informe se ha dado a conocer a los siguientes agentes

- la dirección del centro: 91,1%;
- la persona responsable del comedor escolar: 77,8%;
- la empresa de restauración: 80,0%;
- la asociación de familias de alumnos: 51,1%;
- el consejo escolar: 16,4%;
- el claustro: 13,8%.

Cambios que los centros manifiestan hacer en las programaciones de menús

El 73,3% afirma que han podido adoptar alguna de las recomendaciones aportadas por el informe, entre las que destacan:

la presencia de hortalizas en el menú diario: 37,0%

la presencia de legumbres: 60,0%

la presencia de carnes rojas y procesadas: 53,9%

la presencia de frituras: 36,4%

la presencia de precocinados: 33,3%

la presencia de fruta fresca en el postre: 23,6%

la frecuencia semanal de los diferentes tipos de alimentos: 43,6%

el tipo de aceite utilizado: 46,7%

la descripción de los platos e información que se da a las familias: 18,2%

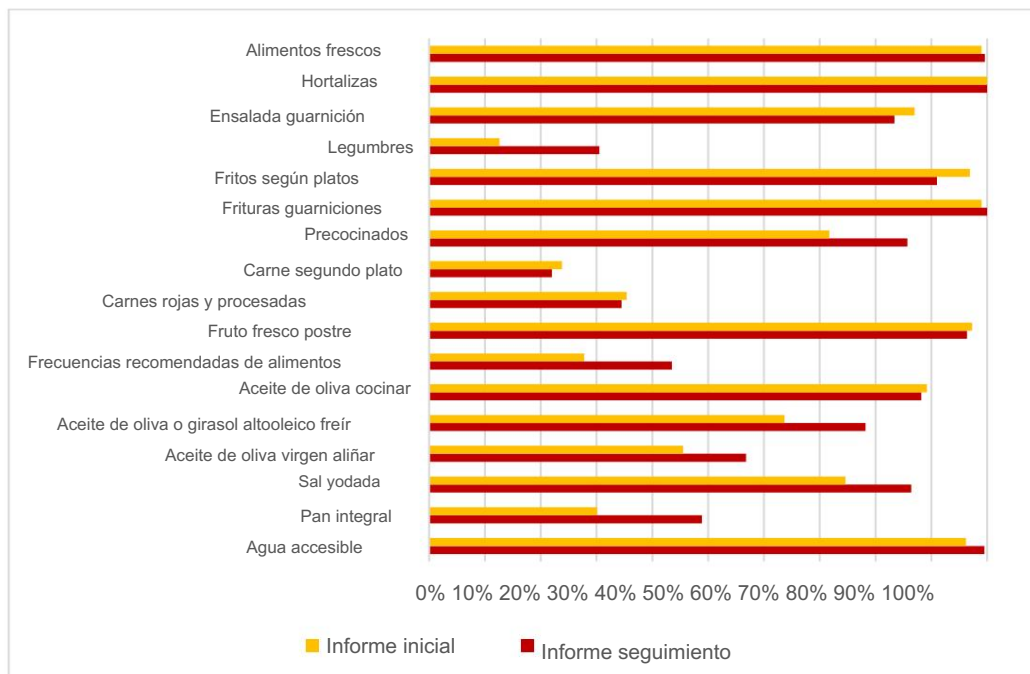
## 5.2. Comparación del cumplimiento de las recomendaciones entre el primer informe (fase 1) y el de seguimiento (fase 2)

La evolución del cumplimiento de las recomendaciones propuestas en el primer informe se evalúa a partir de los cuadros de resumen de valoración que incorporan tanto el primer informe como el informe de seguimiento (véase el anexo 2) . Este cuadro resume, a partir de unos criterios previamente establecidos, qué puntos son valorados como adecuados y cuáles necesitan mejorar. Esta valoración se realiza tanto de la programación de menús evaluada en el primer informe de revisión como de la programación de menús entregada varios meses después, junto con el cuestionario de seguimiento.

**Tabla 3.** Cambios observados en el cumplimiento de variables (%) que incluye la tabla 1 entre los informes iniciales (fase 1) y los de seguimiento (fase 2) del PReME, 2023.

	1r informe	Seguimiento
Alimentos frescos	99,1%	99,6%
Hortalizas	100%	100%
Ensalada como guarnición	87,0%	83,4%
Legumbres (cumplimiento mensual)	12,6%	30,5%
Fritos en segundos platos	96,9%	91,0%
Frituras en guarniciones	98,7%	100%
Precocinados	71,7%	85,7%
Carne de segundo plato	23,8%	22,0%
Carnes rojas y procesadas	35,4%	34,5%
Fruta fresca en el postre	97,3%	96,4%
Frecuencia recomendada de alimentos	27,8%	43,5%
Aceite de oliva o girasol altooleico para cocinar	89,2%	88,2%
Aceite de oliva o de girasol altooleico para freír	63,7%	78,2%
Aceite de oliva virgen para aliñar	45,5%	56,8%
Sal yodada	74,6%	86,4%
Pan integral	30,1%	48,9%
Agua accesible	96,2%	99,5%

**Gráfico 4.** Cambios observados en el cumplimiento de variables (%) entre los informes iniciales (fase 1) y los de seguimiento (fase 2) del PReME, 2023.



Tal y como se puede observar en el gráfico 4, con la comparación del cumplimiento de las recomendaciones entre el primer informe (fase 1) y el de seguimiento (fase 2), destaca la mejora en la presencia de legumbres, precocinados, las frecuencias de consumo recomendadas de los diferentes alimentos, el uso de sal yodada, la oferta de pan integral, los aceites para freír y aliñar, y en menor medida, la accesibilidad del agua, la oferta de alimentos frescos y las frituras en las guarniciones. Asimismo, cabe destacar el mantenimiento de la presencia de hortalizas en las programaciones.



# Conclusiones

---

Durante 2023, el PReME ha llegado a un buen número de centros y alumnos.

Ha evidenciado la poca presencia de MEAB en los centros docentes, la gran oferta de menús especiales, la oferta de un tiempo suficiente para el almuerzo con tranquilidad y de un espacio exclusivo destinado al comedor.

Cabe destacar varios aspectos positivos de los informes iniciales de los menús, como que se cumplen adecuadamente las frecuencias de consumo recomendadas para las legumbres, el arroz y hortalizas en los primeros platos; de huevos y carnes blancas en los segundos platos, y de fruta, en el postre. Los menús diarios incluyen casi siempre hortalizas y alimentos frescos (hortalizas y/o frutas frescas). También se cumplen de forma adecuada las frecuencias de consumo recomendadas para las frituras, las guarniciones y los segundos platos.

En cuanto a los aspectos mejorables, aunque la evolución de la inclusión de la ensalada como guarnición ha sido muy favorable en los últimos años, puede aumentar aún más su cumplimiento. Asimismo, es necesario que se reduzca la presencia de carnes rojas y procesadas y pescado en los segundos platos y alimentos precocinados, mientras que hay que aumentar las frecuencias de las legumbres en los segundos platos. También es necesario aumentar la presencia de aceite de oliva virgen para aliñar, que la sal que se utilice sea yodada, que exista presencia diaria de pan integral, y que el agua sea accesible siempre en el comedor.

Como resultado de los informes de seguimiento, se ha puesto de manifiesto la mejora, especialmente, de la oferta de legumbres, precocinados, el uso de sal yodada, la oferta de pan integral y los aceites para aliñar y freír. También ha mejorado mucho el cumplimiento de la frecuencia recomendada de alimentos.

La transversalidad del PReME, con la implicación de diferentes profesionales, equipos de salud pública territoriales tanto de la ASPCAT como también de municipios y consejos comarcales, AFA, equipos de cocina y comedor, empresas de restauración, etc., es fundamental y supone un gran valor añadido para garantizar una amplia cobertura y el buen desarrollo del programa.

# Equipo PReME de la ASPCAT

---

## SERVICIOS CENTRALES

- Maria Blanquer
- Laura Vila
- Cristina Viader
- Maria Manera

- Gemma Salvador • Lydia Allueva • Jordina Capella • Ana Bocio • Carmen Cabezas

## REFERENTES TERRITORIALES

- Mónica Serrano

(SR Camp de Tarragona y Terres de l'Ebre) • Maria Dolors Coll

(SR Cataluña Central) • Teresa Hernández

(SR Lleida y Alt Pirineu y Aran)

- Carlos Mundet (SR Girona) • Marta Belmonte (SR Barcelona) • Olga Juárez y Pilar Ramos (ASPB)

## MAQUETACIÓN

- Roser Castellano

## ASESORAMIENTO LINGÜÍSTICO •

Servicio de Planificación Lingüística. Departamento de Salud

## CONTACTO

[preme.menu@gmail.com](mailto:preme.menu@gmail.com)

[menus.escolars@gencat.cat](mailto:menus.escolars@gencat.cat)

## PReME

[https://salutpublica.gencat.cat/ca/ambits/promocio\\_salut/alimentacio\\_salud\\_able/PReME/](https://salutpublica.gencat.cat/ca/ambits/promocio_salut/alimentacio_salud_able/PReME/)

## CANAL SALUD

<http://canalsalut.gencat.cat>

## ASPCAT

<http://salutpublica.gencat.cat>



# Anexo 1

## Frecuencias de alimentos y técnicas culinarias recomendadas en la programación de los menús del comedor escolar (PReME)

GRUPOS DE ALIMENTOS	FRECUENCIA SEMANA 2020
Primeros platos	
Hortalizas <sup>1</sup>	1-2
Legumbres <sup>2</sup>	1-2 (≥ 6 al mes)
Arroz <sup>3</sup>	1
Pasta <sup>3</sup>	1
Otros cereales (milo, maíz, trigo sarraceno, etc.) o tubérculos (patata, boniato, etc.)	0-1
Si el primer plato incluye carne, pescado o huevo el segundo ya no debe llevarlo	
Según platos	
Proteicos vegetales (legumbres y derivados)*	1-2 (≥ 6 al mes)
Cuando los menús escolares no incluyan carne, ni pescado, ni huevos deben incluir una ración de proteico vegetal (legumbres y derivados, seitán, frutos secos) o queso, si el menú es lactovegetariano.	5
Carnes <sup>4</sup>	1-2 (≤ 6 al mes)
Carnes blancas	1-2
Carnes rojas y procesadas	0-1 (≤ 2 al mes)
Pescado <sup>5</sup>	1
Huevos	1
Guarniciones	
Ensaladas variadas	3-4
Otros (patatas, hortalizas, legumbres, pastas, 3 arroz, 3 setas, etc.)	1-2
Postre	
Fruta fresca y de temporada	4-5
Otros postres no azucarados (yogur, queso fresco, requesón, frutos secos, etc.)	0-1
Técnicas culinarias	FRECUENCIA MENSUAL
Precocinados (enlucidos, canelones, croquetas, crestas de atún, pizzas, hamburguesas y salchichas de tofu, etc.)	≤ 2/mes
Frituras (según platos)	≤ 2/semana
Frituras (guarniciones)	≤ 1/semana
Presencia de hortalizas crudas o fruta fresca	En cada comida
Presencia de hortalizas	En cada comida
Utilización de aceite de oliva o de girasol altooleico para cocinar y freír	sí
Utilización de aceite de oliva virgen para aliñar	sí
Presencia diaria de pan integral	sí

\*Cocinados sin carne, ni pescado ni huevos.

# Anexo 2

Resumen del informe de seguimiento (fase 2), que incorpora la valoración de varios puntos tanto de la primera programación de menús evaluada como de la correspondiente al seguimiento

	1a revisión	Seguimiento
Presencia de alguna hortaliza o fruta fresca en cada comida.		
Presencia diaria de hortalizas en el menú (en el 1er plato, 2º plato y/o guarnición).		
Presencia de guarniciones de hortaliza fresca cruda (ensalada), con un mínimo de tres días a la semana.		
Presencia de legumbre, con al menos seis veces al mes en los primeros platos y de seis veces en los segundos platos.		
Presencia de frituras para los segundos platos, con un máximo de dos veces por semana.		
Presencia de frituras para las guarniciones, con un máximo de una vez por semana.		
Presencia de alimentos precocinados (canelones, croquetas, crestas, pizzas, enlucidos, hamburguesas de tofu, etc.), con un máximo de dos veces al mes.		
Presencia de carnes en los segundos platos, con un máximo de seis veces al mes.		
Presencia de carnes rojas y procesadas (ternera, cerdo, salchichas, hamburguesas, etc.), con un máximo de una vez por semana (en dos de las cuatro semanas) y, por tanto, dos veces al mes como máximo.		
Presencia de fruta fresca en el postre (4-5 días de fruta), con un máximo de un día con otros postres sin endulzar.		
Cumplimiento de las frecuencias recomendadas de alimentos.		
Utilización de aceite de oliva virgen, oliva o girasol altooleico para cocinar.		
Utilización de aceite de oliva virgen, de oliva o de girasol altooleico para freír.		
Utilización de aceite de oliva virgen para aliñar.	?	
Utilización de sal yodada para preparar alimentos.		
Presencia diaria de pan integral.		
Presencia de agua accesible para los comensales.		