

Consumo regula la calidad de los menús en los centros escolares

El Boletín Oficial del Estado ha publicado el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos¹.

Con esta norma, los comedores escolares de los centros de educación infantil, de primaria y de bachillerato estarán obligados a cumplir una serie de mínimos en los menús ofrecidos al alumnado, que incluyen fruta y verdura frescas a diario de las cuales al menos el 45% serán de temporada. Ello supone una apuesta no sólo por la alimentación saludable, sino también sostenible, porque potencia el consumo de productos locales y de proximidad.

La norma establece igualmente el consumo de cereales integrales; entre una y tres raciones de pescado a la semana; legumbres, arroz y pasta integral una vez a la semana, o pan integral varias veces a la semana.

En las restricciones a productos no saludables se incluyen los platos precocinados (pizzas, empanadillas), que quedan limitados a una sola vez al mes; las frituras, máximo un día a la semana, elaboradas en el día y preferentemente, con aceite de oliva o aceite de girasol alto oleico.

Las bebidas azucaradas y las energéticas, así como la bollería industrial, no sólo quedan fuera de los menús; también está prohibida su venta en las cafeterías de los centros o en las máquinas expendedoras (*vending*). La prohibición afecta a los productos que superen un contenido máximo de 5 gramos de azúcares o las 200 kilocalorías por porción envasada.

Estudios realizados por diferentes entidades, como la AESAN, ponen de relieve que en la actualidad existen porcentajes significativos de comedores que nunca sirven pescado, ofrecen varias veces a la semana platos preparados, y no utilizan en los fritos aceite adecuado. Un 74% de las cafeterías de los centros educativos y casi un el 70% de las máquinas expendedoras incumplen los criterios nutricionales que ahora se establecen.

¹ <https://www.boe.es/boe/dias/2025/04/16/pdfs/BOE-A-2025-7659.pdf>

Como es sabido, y así lo atestiguan estudios como ALADINO², el sobrepeso y la obesidad constituyen en España un preocupante problema de salud pública, u se ha agravado tras la pandemia y que afecta especialmente a las familias con menores ingresos. Los mínimos establecidos buscan avanzar en el Plan Estratégico Nacional para la Reducción de la Obesidad Infantil que prevé “una regulación nacional de la oferta alimentaria para garantizar que sea saludable, de calidad nutricional y sostenible”.

El Real Decreto aborda también la cuestión de los menús diferenciados, que hasta ahora se garantizaban en el caso de alergias o intolerancias alimentarias. Con el nuevo Real Decreto se contemplan también los menús especiales por motivos éticos o religiosos, lo que significa, en la práctica, que los centros educativos dispondrán de menús veganos o sin cerdo si así lo solicitan las familias.

Para saber más:

<https://www.auc.es/habitos-de-alimentacion-de-menores-y-adolescentes-funcion-comunicaciones-comerciales/>

² https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/detalle/aladino_2023.htm