



SERIE MONOGRÁFICOS
ALIMENTACIÓN E NUTRICIÓN NA ESCOLA

Menús saudables no comedor escolar

Conseleiro de Educación e Ordenación Universitaria:

CELSO CURRÁS FERNÁNDEZ

Secretario Xeral:

MÁXIMO GARCÍA SERRANO

Subdirector Xeral de Coordinación Administrativa e Xestión Orzamentaria:

JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ PEDREIRA

Autores:

RAFAEL TOJO SIERRA

CATEDRÁTICO DE PEDIATRÍA

HOSPITAL CLÍNICO UNIVERSITARIO. UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA.

ROSAURA LEIS TRABAZO

PROFESORA TITULAR DE PEDIATRÍA

HOSPITAL CLÍNICO UNIVERSITARIO. UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA.

Colaboradoras:

ANA MARÍA MARTÍNEZ LORENTE

AMIL LÓPEZ VIÉITEZ

ASUNCIÓN NOVO ARES

Agradecementos:

IES COMPOSTELA (ESCOLA DE HOSTALERÍA)

ANTONIO VIEITES QUINTÁNS

BENJAMÍN Balsa Mansilla

SECCIÓN DE TRADUCCIÓN. DIRECCIÓN XERAL DE POLÍTICA LINGÜÍSTICA

Edita:

XUNTA DE GALICIA

CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

SECRETARÍA XERAL

Fotografía:

TINO MARTÍNEZ

Deseño, maquetación e impresión:

Grafinova, s.a.

SANTIAGO DE COMPOSTELA

Depósito Legal: C - 2249 - 2002

ISBN: 84-453-3444-1

Limiar

Os servicios educativos complementarios son unha das bases fundamentais da garantía de igualdade de oportunidades sociais e educativas, previstas nas leis constitucionais da nosa comunidade autónoma. O transporte e o comedor escolar, ademais doutras iniciativas institucionais, veñen sendo, dende hai xa ben anos, un referente fundamental da vertebración educativa de Galicia, debido, entre outras razóns, á gran dispersión da poboación.

Nacían, a principios da década dos sesenta do século pasado, os comedores escolares, non só como apoio fundamental á escolarización senón, e sobre todo, cun marcado carácter educativo. Os que nacemos e vivimos nunha escola daqueles anos, sabemos do gran labor que realizaban os comedoriños escolares na educación nutricional e na mellora do estado alimentario das nosas nenas e dos nosos nenos.

Na actualidade, e a pesar dos anos que pasaron, segue a ser fundamental a función formativa deste servicio complementario para o fomento de bos hábitos hixiénicos, alimentarios e sociais dos alumnos galegos e para o apoio ás súas familias que, cada día en maior número, non poden xantar con eles.

Os doutores Tojo e Leis, expertos cualificados en alimentación infantil, veñen colaborando, dende hai xa ben tempo, con esta consellería, no importante labor de asesoramento nutricional, tanto desde as súas consultas profesionais como desde a edición de manuais, que recollen os aspectos fundamentais da alimentación infantil.

Hoxe presentamos unha nova publicación encamiñada a analizar e a propoñer programas de prevención e intervención nos centros escolares dotados de servicio de comedor, que estamos seguros será de grande utilidade para os profesionais e comunidades educativas interesadas. Analízanse as necesidades nutricionais do alumnado, tendo ademais en conta enfermidades frecuentes; preséntase unha guía e proposta para a elaboración de menús escolares; inclúese a composición nutricional dos alimentos, reflexións, bibliografía, etc. Con todas estas pautas educativas e sanitarias cremos que este manual lles será útil tanto á escola como á familia, e ámbalas dúas, como cremos frecuentemente, deben ir sempre collidas da man.

Estamos convencidos de que, coas magníficas orientacións terapéuticas e metodolóxicas que ofrece esta publicación e co apoio solidario de tódolos que nos sentimos comprometidos coa educación, daremos un novo paso adiante na consecución dunha sociedade futura máis saudable.

Celso Currás Fernández
Conselleiro de Educación e Ordenación Universitaria

