

DOCUMENT INFORMATIU SOBRE L'APLICACIÓ DEL NOU REIAL DECRET 315/2025 EN ELS MENÚS ESCOLARS

Des del Departament de Nutrició, Dietètica i Seguretat Alimentària de l'empresa Revisa, ens adrecem a vosaltres per informar-vos sobre un canvi normatiu rellevant que afectarà l'alimentació dels infants en l'entorn escolar a partir del proper curs acadèmic.

Fins ara, els menús que oferíem als centres es basaven en les recomanacions de les agències de Salut públiques de cada Comunitat Autònoma. En el cas de Catalunya, seguïem les directius de la Guia "L'Alimentació saludable en l'etapa escolar", elaborada pel PreMe (Pla de Revisió de Menús Escolars) de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

A partir de l'any vinent, entrarà en vigor el **Nou Reial Decret 315/2025**, una normativa d'àmbit estatal que estableix nous criteris per a l'elaboració dels menús escolars amb l'objectiu de millorar la salut, els hàbits alimentaris i el benestar dels infants i adolescents.

1. Objectius principals del nou Reial Decret:

L'aplicació de la nova normativa té com a finalitat:

- Promoure una **alimentació saludable, equilibrada i sostenible**.
- Prevenir problemes de salut com el sobrepès, l'obesitat infantil i altres malalties relacionades amb la dieta.
- Fomentar l'educació nutricional des de l'entorn escolar.
- Garantir una **qualitat nutricional homogènia** en tots els centres educatius de l'Estat.
- El compliment de les noves condicions nutricionals és de caràcter **obligatori**. **Està previst que les autoritats sanitàries realitzin inspeccions periòdiques i, en cas d'incompliment, es poden aplicar sancions econòmiques o administratives a les entitats gestores del servei.**

2.Com afectarà aquest canvi en els menús escolars?

Amb l'aplicació d'aquesta normativa, s'introduiran diverses modificacions en la planificació dels menús. Cal destacar que, a Catalunya, la majoria d'aquestes directrius ja s'estaven aplicant. Tot i així, hi haurà altres requisits en els quals ens haurem d'adaptar.

a) Augment del consum d'aliments frescos i de temporada

- Major presència de fruita i verdura fresca (mínim diari).
- Priorització de productes de proximitat i temporada.

b) Reducció d'aliments ultra processats

- Limitació estricta (1 cop al mes com a màxim) de fregits, precuinats i productes amb alt contingut en sucres, greixos saturats i sal, com ara pizzes, canelons, croquetes, peixos o carns arrebossades.
- Eliminació de begudes ensucrades i postres processats.
- Incorporació progressiva de productes integrals: pa integral, pasta o arròs integral, fins a 4 cops al mes.

c) Millora de la qualitat de les proteïnes

- **Increment del consum de llegums (mínim 2-3 cops per setmana).**
- Inclusió regular de peix blau i peix blanc, de forma alterna
- Moderació de la carn vermella i processada.

d) Adaptació a necessitats específiques

- Menús adaptats a al·lèrgies, intoleràncies i opcions culturals o ètiques (vegetarianes, per exemple).
- Supervisió professional obligatòria per part de dietistes-nutricionistes.

3. Canvis destacats en la composició nutricional i freqüències de consum:

Us compartim la següent taula on es compara la composició nutricional i les freqüències de consum dels menús escolars elaborats fins ara, amb les indicacions que hi haurà a partir del curs que ve:

Grup d'aliments	Recomanació Aspcat ¹	Indicacions RD 315/2025 ²
Primers plats (Si el primer plat inclou carn, peix o ou el segon no n'ha de dur)		
Hortalisses	1-2 /setmana	1-2 /setmana
Llegums	1-2 (>6 al mes)	1-2 /setmana
Arròs	1 /setmana	1 /setmana
Pasta	1 /setmana	1 /setmana
Altres cereals	0-1 /setmana	-
Segons plats		
Proteïna vegetal (llegums i derivats)	1-2 setmana (>6 al mes)	1-5 /setmana
Carns	1-2 setmana (>6 al mes)	0-3 /setmana
Carns vermelles i processades	0-1 /setmana (màx 2/mes)	Màxim 1/setmana, processada màxim 2/mes
Peixos	1 /setmana	1-3 /setmana
Ous	1 /setmana	1-2 /setmana
Guarnicions		
Amanides	3-4 /setmana	3-4 /setmana
Altres guarnicions	1-2 /setmana	1-2 /setmana
Postres		
Fruita Fresca	4-5 /setmana	4-5 /setmana
Altres postres no ensucrades	0-1 /setmana	0-1 /setmana
Postres ensucrades	0-1 mes	-

Grup d'aliments	Recomanació Aspcat ¹	Indicacions RD 315/2025 ²
Altres		
Preuinats	< 0-1 /mes	1 /mes
Fregits	< 2 /setmana (2n plats) < 2 /setmana (guarnició)	1 /setmana
Utilització d'oli d'oliva verge	Per amanir	Per amanir
Utilització d'oli d'oliva o de gira-sol alt oleic	Per cuinar i fregir	Per cuinar i fregir
Aigua	Recomanació	Aigua com a única beguda
Fibra (pa integral o cereals integrals)	Recomanació	A incorporar progressivament
Sostenibilitat (producte de temporada, proximitat, malbaratament alimentari)	Recomanació	Aplicació obligada

3. Impacte en els Centres Educatius La Salle de Catalunya:

- Des de Revisa ja s'estan revisant i adaptant els menús, de forma progressiva, segons els criteris de la nova normativa.
- És possible que observeu petites modificacions en la freqüència d'alguns aliments o en la composició d'alguns plats.
- Continuarem treballant per integrar la dimensió educativa en l'alimentació, promovent una relació saludable amb el menjar.

4. Paper de les famílies

La implicació de les famílies és clau per garantir la coherència entre l'alimentació escolar i la de casa. Es recomana:

- Fomentar hàbits saludables també en l'àmbit familiar.
- Revisar els sopars per complementar adequadament el menú escolar.
- Participar en les activitats informatives que oferiran els centres.

5. Compromís amb la salut infantil

Aquest nou marc normatiu representa una oportunitat per avançar cap a un model alimentari més saludable i conscient. L'escola, com a espai educatiu i social, té un paper fonamental en la creació d'hàbits que poden perdurar tota la vida.

Des de l'àmbit de la nutrició, restem a la vostra disposició per acompanyar-vos en aquest procés d'adaptació i per resoldre qualsevol dubte que pugui sorgir.

Rebeu una cordial salutació,

Equip del Departament de Nutrició, Dietètica i Seguretat Alimentària de Revisa