

# MENÚS ESCOLARES

## Curso 2025/2026

### Cambios normativos en alimentación escolar – Real Decreto 315/2025

Desde el Departamento de Nutrición queremos informaros de un cambio importante en la normativa que regula la alimentación en los centros escolares de todo el Estado.

Hasta ahora, los menús que ofrecíamos en los centros se basaban en las recomendaciones de las agencias de salud pública de cada comunidad autónoma. En el caso de Cataluña, seguíamos las directrices del PReME (Plan de Revisión de Menús Escolares), un documento de referencia elaborado por la Agencia de Salud Pública de Cataluña que, aunque no era de obligado cumplimiento, ha sido un marco fundamental para garantizar la calidad nutricional de las comidas escolares hasta la fecha.

El pasado mes de abril se aprobó el **Real Decreto 315/2025**, que establece por primera vez una normativa de cumplimiento obligatorio para todos los centros educativos del Estado en lo que respecta a la composición y calidad de los menús escolares.

### ¿Qué implica esta nueva normativa?

- Un marco único y homogéneo para todas las comunidades autónomas.
- Limitación obligatoria del consumo de alimentos ricos en grasas saturadas, azúcares añadidos y sal.
- Presencia obligatoria de fruta fresca diaria, legumbres semanales y verduras variadas.
- Proporción mínima de proteína vegetal (legumbres) dentro del conjunto de menús semanales.
- Restricción de alimentos procesados y fritos.
- Fomento de productos de proximidad, de temporada y sostenibles.



### ¿Cómo afecta este cambio a los menús?

Desde **SANED** trabajamos para ofrecer menús equilibrados, saludables y adaptados a cada etapa educativa, siguiendo criterios basados en la evidencia. Aunque muchos de los requisitos del nuevo Real Decreto ya formaban parte de nuestros protocolos, a partir de ahora:

- Actualizaremos todos los menús de manera progresiva antes de la entrada en vigor del Real Decreto, con el objetivo de que cumplan estrictamente con el nuevo marco legal.
- Es posible que observéis pequeñas modificaciones en la frecuencia de algunos alimentos o en la composición de algunos platos.
- Seguiremos trabajando para integrar la dimensión educativa en la alimentación, promoviendo una relación saludable con la comida

## Cambios destacados en la composición de los menús

Para que podáis ver de forma clara cómo se alinean las nuevas exigencias normativas con las recomendaciones que seguíamos hasta ahora, os compartimos esta tabla comparativa entre las orientaciones de la ASPCAT y las nuevas indicaciones del **Real Decreto 315/2025**.

Esta información nos permite ajustar con rigor los menús para garantizar una alimentación más saludable, equilibrada y coherente con las políticas de salud pública actuales.

Grupo de alimentos	Recomendación ASPCAT <sup>1</sup>	Indicaciones RD 315/2025 <sup>2</sup>
<b>Primeros platos</b> (Si el primer plato incluye carne, pescado o huevo, el segundo no debe contenerlos).		
Hortalizas	1-2 /semana	1-2 /semana
Legumbres	1-2 semana (>6 al mes)	1-2 /semana
Arroz	1 /semana	1 /semana
Pasta	1 /semana	1 /semana
Otros cereales	0-1 /semana	-
<b>Segundos platos</b>		
Proteína vegetal (legumbres y derivados)	1-2 semana (>6 al mes)	1-5 /semana
Carnes	1-2 /semana	0-3 /semana
Carnes rojas i procesadas	0-1 /semana (máx 2/mes)	Màxim 1/semana, processada màxim 2/mes
Pescados	1 /semana	1-3 /semana
Huevos	1 /semana	1-2 /semana
<b>Guarniciones</b>		
Ensaladas	3-4 /semana	3-4 /semana
Otras guarniciones	1-2 /semana	1-2 /semana
<b>Postres</b>		
Fruta fresca	4-5 /semana	4-5 /semana
Otros postres no azucarados	0-1 /semana	0-1 /semana
<b>Otros</b>		
Precocinados	< 0-1 /mes	1 /mes
Fritos	< 2 /semana (2os platos) < 2 /semana (guarnición)	1 /semana
Verduras crudas o frutas frescas	En cada comida	En cada comida
Utilización de aceite de oliva virgen	Para aderezar	Para aderezar
Utilización de aceite de oliva o de girasol alto oleico	Para cocinar y freír	Para cocinar y freír
Agua	Recomendación	Agua como única bebida
Fibra (pan integral o cereales integrales)	Recomendación	A incorporar progresivamente
Sostenibilidad (producto de temporada, proximidad, desperdicio alimentario)	Recomendación	Aplicación obligatoria

## Otras consideraciones

- Agua como única bebida. Las administraciones públicas deben favorecer el acceso al agua mediante la implantación de fuentes de agua.
- Se debe priorizar el pescado azul y blanco de forma alterna y se pueden incluir crustáceos y moluscos.
- Se debe dar prioridad a las ensaladas y la guarnición de verduras frescas frente a otras formas de presentación.
- Incorporación progresiva de productos integrales; pan integral 2 veces por semana, pasta o arroz integral hasta 4 veces al mes.
- Se prohíbe el consumo de frutos secos enteros en menores de seis años por el riesgo de asfixia.
- El consumo de platos precocinados como pizzas, canelones, croquetas, empanadillas, pescados o carnes rebozadas, análogos vegetales, entre otros, debe limitarse como máximo a una ración al mes.
- Utilización de sal yodada de forma reducida.

## Normativa de cumplimiento y responsabilidad

El Real decreto 315/2025 establece que el cumplimiento de las nuevas condiciones nutricionales es obligatorio. Está previsto que las autoridades sanitarias realicen inspecciones periódicas y, en caso de incumplimiento, se pueden aplicar sanciones económicas o administrativas a las entidades gestoras del servicio. Sin embargo, queremos transmitir un mensaje de tranquilidad: en **SANED** trabajamos desde hace tiempo para ofrecer menús en línea con las recomendaciones actuales y adaptaremos completamente nuestra oferta al nuevo marco legal dentro de los plazos establecidos.

## Colaboración con la comunidad educativa.

Les animamos a continuar fomentando hábitos saludables tanto en la escuela como en casa. Los cambios que impulsamos desde el comedor escolar son más efectivos cuando se ven reforzados en el entorno escolar y familiar. Para cualquier duda o sugerencia, quedamos a su disposición a través de los canales habituales de comunicación.



1- Agència de salut pública de Catalunya. (2020). L'ALIMENTACIÓ SALUDABLE EN L'ETAPA ESCOLAR.

[https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio\\_salut/alimentacio\\_saludable/02Publicacions/pub\\_alim\\_inf/guia\\_alimentacio\\_saludable\\_etapa\\_escolar/guia\\_alimentacio\\_etapa\\_escolar\\_plecs.pdf](https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/alimentacio_saludable/02Publicacions/pub_alim_inf/guia_alimentacio_saludable_etapa_escolar/guia_alimentacio_etapa_escolar_plecs.pdf)

2- BOE-A-2025-7659 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 educativos. (s. f.). [https://www.boe.es/diario\\_boe/txt.php?id=BOE-A-2025-7659](https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2025-7659)