



La comida se acompaña de pan integral y agua. La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen extra para Las frutas de este mes son: **Manzana, Naranja, Pera, Plátano**. Las hortalizas de este mes son: Acelgas, Alcachofas, Brócoli, Calabaza, Coles, Coliflor, Lechuga, Espinaca, Zanahoria, Tomate.

Producción ecológica y de proximidad en temporada: Calabacín, Calabaza, Puerros, Tomate. Las legumbres son secas.

El fogonero és de pesca sostenible certificada. Los productos de bienestar animal son el pollo y el yogur.

El yogur que se ofrece es siempre es natural. Sin azúcar o con azúcar, a demanda del centro. El yogur azucarado tiene menos de 12,3g de azúcares/ 100g.

1		2		3	
Guiso de Garbanzos con Verduras		Tortilla de Patata y Cebolla (3)		Ensalada con Aceitunas (romana, iceberg, zanahoria, tomate)	
Fruta de temporada		Sugerencia de cena: Bacalao al horno con patata y verduras / Fruta		Festivo Festivo	
6		7		8	
9		10			

### Vacaciones

13		14		15		16		17	
Ensalada de Patata con Huevo cocido (tomate, aceitunas) (3) Boquerones en tempura (1,2,3,4,7,14) Brócoli y Zanahoria al horno Fruta de temporada		Guiso de Alubias Blancas con Verduras Filete de Pavo al horno con Cebolla Ensalada con Atún (romana, mezclum, tomate, zanahoria) (4) Fruta de temporada		Macarrones integrales con Salsa Carbonara (1,3,6,7,10) Fogonero al horno con Velouté (4) Ensalada con Maíz (romana, hoja de roble, zanahoria, tomate) Fruta de temporada		Crema de Zanahoria y Lentejas (1) Hamburguesa de Pollo y Ternera (1,6,12) Cuscús y Verduras salteadas (cebolla, zanahoria, pimiento rojo) (1) Fruta de temporada		Arroz seco de Pescado (2,4,14) Tortilla a la francesa (3) Ensalada Caprese (tomate, albahaca, queso) (7) Fruta de temporada	
Sugerencia de cena: Ensalada variada y raolas de verduras con pan / Fruta		Sugerencia de cena: Cuscús con verduras salteadas / Fruta		Sugerencia de cena: Sopa de pasta y salmonetes a la plancha con tomate / Fruta		Sugerencia de cena: Huevos rotos con patata y ensalada / Fruta		Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de verduras y pollo / Fruta	
20		21		22		23		24	
Guiso de Lentejas y Verduras (1) Tortilla de Patata y Cebolla (3) Ensalada con Manzana (iceberg, hoja de roble, zanahoria) Fruta de temporada		Arroz integral con Salsa de Tomate Abadejo al horno con Salsa de Verduras (4) Zanahoria y Champiñones Fruta de temporada		Crema de Verduras Pollo a la plancha con Tomate Ensalada con Aceitunas (romana, iceberg, zanahoria, tomate) Yogur natural (7)		Espirales integrales Aglio e Olio (1,3,6,7,10) Gallineta a la plancha al limón (4) Calabaza y Patata al horno Fruta de temporada		Garbanzos salteados con Sofrito y Tomate Lomo asado con Romero Tomate aliñado con Orégano Fruta de temporada	
Sugerencia de cena: Hervido de patata, judías, zanahoria y atún / Fruta		Sugerencia de cena: Ensalada variada y falafel de garbanzos con quínoa / Fruta		Sugerencia de cena: Bacalao al horno con tomate y patata / Fruta		Sugerencia de cena: Ensalada variada y tortilla con pan integral / Fruta		Sugerencia de cena: Coca de verduras con bacalao / Fruta	
27		28		29		30			
Crema de Calabaza Abadejo al horno con Picada (ajo, perejil) (4) Ensalada con Queso tierno (iceberg, mezclum, tomate) (7) Fruta de temporada		Espaguetis integrales a la Pizzaiola (1,3,6,10) Huevo cocido (3) Ensalada con Brotes (romana, mezclum, tomate, zanahoria) (6) Fruta de temporada		Guiso de Lentejas y Verduras (1) Pollo asado Cebolla, Zanahoria y Patata Fruta de temporada		Arroz integral salteado con Verduras y salsa de soja (6) Salmón al horno (4) Ensalada con Sésamo (romana, iceberg, tomate, zanahoria) (11) Fruta de temporada			
Sugerencia de cena: Caballa a la plancha con arroz y pimientos / Fruta		Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras al curry / Fruta		Sugerencia de cena: Tabulé de cuscús con aceitunas y huevos / Fruta		Sugerencia de cena: Quesadillas variadas / Fruta			

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramucos 14: Moluscos

Valoración del cumplimiento del Decret 39/2019, de 17 de mayo, sobre la promoción de la dieta mediterránea en los centros educativos y sanitarios de les Illes Balears

Servicio de Comedor Escolar MENUDIX

abril de 2026

Artículos del Decreto 39/2019, de 17 de mayo que aplican en Centros Educativos

**Artículo 16. Vigilancia y Control. Valoración de la programación del menú por parte de personal cualificado con formación acreditada en nutrición humana y dietética.**

**Artículo 4. Requisitos y criterios para la programación de los menús escolares y la frecuencia de consumo semanal**

	Grupos de Alimentos	Frecuencia Semanal	Menú	OBSERVACIONES
1	ARROZ	1	0-1-1-1	Cumple
2	Incluir integrales	Incluir	0-0-1-1	Cumple
3	PASTA	1	0-1-1-1	Cumple
4	Incluir integrales	Incluir	0-1-1-1	Cumple
5	LEGUMBRES	1 a 2 (Mínimo 6 al mes)	1-2-2-2	Cumple
6	HORTALIZAS-PATATA	1 a 2	0-1-1-1	Cumple
7	CARNE	1 a 3	0-2-2-1	Cumple
8	Priorizar carne blanca	Priorizar	0-1-1-1	Cumple
9	Preparados cárnicos	Máximo 4 al mes	0-1-0-0	Cumple
10	HUEVOS	1 a 2	1-1-1-1	Cumple
11	PESCADO	1 a 3 (Mínimo 6 al mes)	0-2-2-2	Cumple
12	de los cuales, Azul	Alternar	0-1-0-1	Cumple
13	ENSALADAS	3 a 4	1-3-3-3	Cumple
14	OTRAS	1 a 2	0-2-2-1	Cumple
15	FRUTA FRESCA DE TEMPORADA	4 a 5	1-5-4-4	Cumple
16	YOGUR (<12,3g de azúcar/ 100ml)	0 a 1	0-0-1-0	Cumple
17	ACEITE PARA COCINAR	Aceite de Oliva o Aceite de Girasol Alto Oleico		Cumple
18	ACEITE PARA ALIÑAR	Aceite de Oliva Virgen o Aceite de Oliva Virgen Extra		Cumple
19	FRITURAS	Máximo 2 a la semana	1-1-1-0	Cumple
20	PRECOCINADOS	Máximo 3 al mes	(1)-1(1)-1(1)-1(1)	Cumple (tortillas pasteurizadas)

**Artículo 5. Información de los menús a las familias**

Las personas responsables de los centros educativos han de proporcionar a las familias, personas que ejercen la tutela o responsables de los comensales, incluyendo las personas con necesidades especiales (intolerancias, alergias alimentarias y otras enfermedades que así lo exijan), la programación mensual de los menús de la manera más clara y detallada posible y les han de orientar con menús adecuados para que la cena sea complementaria con el menú del mediodía.

La información sobre los menús debe ser accesible a personas con cualquier tipo de diversidad funcional, cuando así lo requieran.

Asimismo, se tiene que poner a disposición de las familias, personas que ejerzan la tutela o responsables de los comensales la información de los productos utilizados para la elaboración de los menús que sea exigible por las normas sobre etiquetado de productos alimentarios y por las normas sobre la información a las personas consumidoras.

**Artículo 16. Vigilancia y control**

La documentación justificativa de la valoración de la programación del menú por parte de personal cualificado con formación acreditada en nutrición humana y dietética. (este documento)

La existencia de fichas técnicas de los menús, con la medida de los ingredientes que los integran (volumen y peso).

Las personas responsables de la oferta alimentaria de los centros educativos, de los centros sanitarios y de las dependencias administrativas sanitarias deben tener a disposición de la Dirección General de Salud Pública y Participación el etiquetado nutricional de los alimentos envasados y/o la documentación necesaria para saber los contenidos nutricionales y el tipo de alimentos que se ofrecen en los bares, cantinas, quioscos o máquinas expendedores ubicado en sus recintos.

Los centros educativos, a través del consejo escolar, pueden constituir una comisión de comedor con el fin de hacer el seguimiento, la valoración del servicio de comedor, de conformidad con el contenido de este Decreto.

