

Reial decret 315/2025

Alimentació saludable i sostenible en centres educatius

L'abril del 2025 es va aprovar el Reial decret 315/2025, que estableix els criteris per garantir una alimentació més saludable i sostenible als menjadors dels centres educatius.

Serà de compliment obligat a partir de l'abril del 2026.

Publicat en el BOE: 16 d'abril del 2025 – Entrada en vigor: abril del 2026



Amb tu
cada dia

Ausolan.

Com seran els menús escolars pel curs 26-27 amb el Reial Decret?

Al.



Fruites i verdures fresques de temporada i proximitat.



Tècniques culinàries saludables: forn, vapor o planxa, amb menys freqüència de fregits i precuinats.



Pa integral almenys dues vegades per setmana.



Aigua com a única beguda en el dinar.



Reducció de l'ús de sal utilitzant espècies com a alternativa.

Com seran els menús escolars pel curs 27-28 amb el Reial Decret?

Al.



Fruites i verdures fresques de temporada i proximitat.



Tècniques culinàries saludables: forn, vapor o planxa, amb menys freqüència de fregits i precuinats.



Pa integral almenys dues vegades per setmana.



Aigua com a única beguda en el dinar.



Ús d'oli d'oliva verge o verge extra per amanir i d'oli d'oliva o gira-sol alt oleic per cuinar.



Reducció de l'ús de sal iodada, utilitzant espècies com a alternativa



Almenys un **5 % de productes ecològics**

Programació del menú setmanal

Al.



Primers plats

- **Llegums:** 1-2 vegades per setmana
- **Hortalisses:** 1-2 vegades per setmana
- **Arròs:*** 1 vegada per setmana
- **Pasta:*** 1 vegada per setmana

* 4 vegades al mes arròs o pasta integral



Segons plats

- **Carn:** màxim 3 vegades per setmana
- **Peix (blanc i blau):** 1-3 vegades per setmana
- **Ou:** 1-2 vegades per setmana
- **Proteïna vegetal:** 1-5 vegades per setmana



Guarnicions

- **Amanides variades:** 3-4 vegades per setmana
- **Altres guarnicions:** 1-2 vegades per setmana



Postres

- **Fruita fresca:** 4-5 vegades per setmana
- **logurt natural o formatge fresc:** màxim 1 vegada per setmana

Amb tu
cada dia

Ausolan.