

## ESTUDI DE VIABILITAT AFA Escola Mallorca – Barcelona Vilassar de mar 16 de gener 2018

### DOCUMENTACIÓ ESTUDI\*

- Menú octubre 2017 i febrer 2017
- Fitxes tècniques: Sopa de peix, lleties amb verdures, arròs milanesa, caldo casolà de pollastre i espaguetis italiana.
- Fitxes tècniques productes: mandonguilles, varetes de peix, mongeta tendra, canelons, xistorra.
- Informació del servei: preu, usuaris, personal
- Contracte amb l'empresa actual. 21 de juny 2010
- Fotos cuina

\* l'empresa gestora no ha facilitat les factures de compra d'aliments, la partida alimentaria i els protocols de cuina.

### PROPOSTA DE TREBALL

- Valoració del Menús i les fitxes tècniques amb propostes de millora.
- Proposta de millora per introduir aliments més saludables i variats sense incrementar el preu actual del menjador
- Recomanacions gestió i protocols de cuina per poder incorporar les millores

### DEFINICIÓ DE MENJADOR ECOLÒGIC

Un menjador ecològic **va més enllà de tenir un percentatge d'aliments ecològics** en el menú, un menjador ecològic vol alimentar avui al mateix temps que garanteix una alimentació per demà. A més, **cal considerar-lo com un projecte transversal** que tingui en compte els diferents àmbits on es relaciona alimentació amb els nens i nenes: a casa, a l'escola, a la tenda, en el camp i amb qui produeix els aliments.

El que es pretén és la creació de les estructures necessàries per potenciar un canvi en el model alimentari centrat en els menjadors escolars per a garantir una alimentació saludable, sostenible i justa. No es tracta de la confecció d'un menú escolar ecològic i de la formació per fer-ho possible. Es tracta d'un procés de creació de capacitats suficients per a que aquest canvi sigui possible i per garantir que aquest menú arribi a les taules dels menjadors escolars. Un procés on és necessari fer canvis a la cadena alimentaria, en l'estructura dels menús, en els hàbits alimentaris però també en la gestió logística i de funcionament de la cuina.

## SERVEI ACTUAL MENJADOR ESCOLAR

### Empresa Servei de Menjador, Usuaris i Preus

	TOTAL		IVA INCLÒS
usuaris fixes	300	preu menú	6,10 €
usuaris esporàdics	30	preu menú	6,90 €

### Equip de cuina i neteja, mitjana 11,19

Cuiner	8
Ajudant de cuina	8
Auxiliar de cuina	6
Auxiliar neteja	5
Auxiliar neteja	2,5

### Cost alimentari actual:

1 €\* preu mitjana de menú convencional. Informació no facilitada per l'empresa

En aquest estudi només ens hem centrat en el cost alimentari. No és objecte d'aquest estudi fer l'estudi de la resta de costos que conformen l'escandall del preu menú (personal, costos generals, servei de monitoratge, funcionament,...).

Per fer aquest estudi ens hem treballat el menú del mes d'octubre i febrer 2017 que se'ns ha facilitat. **(adjuntem menús).**

\* mitjana partida alimentària convencional, grup de treball Menjadors Ecològics i de proximitat, consultar pg [43 - 46](#)

## VALORACIÓ DELS MENÚS

Per fer la valoració dels menús hem tingut en compte 4 criteris que defineixen el model de menjador ecològic.

### 1. CONSUM DIARI DE VERDURES ECOLÒGIQUES DE TEMPORADA I PROXIMITAT.

*A la majoria de les escoles no hi ha verdures de temporada ni de proximitat, però sí que podem trobar cultiu d'hortalisses en la major part del territori. Les verdures fresques són el potencial del menú pels nutrients, varietat, gust...*

A partir de la informació facilitada la verdura que s'ofereix no és ecològica, ni de temporada en la majoria dels plats.

Fent la valoració del menú hi ha poca varietat de verdures i la presència diària de verdures és insuficient. Hi ha dies on pràcticament no s'ofereix verdures.

Seria recomanable garantir el consum mínim de 50 gr/menú amb l'objectiu a llarg termini per arribar a 100 grams diaris de verdura per nen/menú. Verdura ecològica, fresca, variada i de temporada.

### 2. PROTEÏNA VEGETAL ECOLÒGICA, UN COP PER SETMANA COM A MÍNIM

*A Catalunya produïm cereal i llegums, que, combinats, són una proteïna vegetal de la mateixa qualitat –o de més– que l'animal. Constitueixen una alternativa saludable, sostenible i econòmica.*

Cada dia es menja proteïna animal. Fins i tot hi ha dies que es menja proteïna animal en el primer i segon plat, si oferim més proteïna del compte comprem producte de baixa qualitat amb un gramatge superior a la mitjana recomanada per la suma del primer i segon plat.

Seria recomanable eliminar les proteïnes animals dels primers plats per oferir un menú més saludable i poder millorar la qualitat de la proteïna animal del segon plat, actualment la hamburguesa o les mandonguilles no són de picada de vedella, consultar fitxa de producte. FT Preparado Carne/pg 14.

Un objectiu a llarg termini seria introduir la proteïna vegetal, trimestral / mensual per oferir un menú més saludable però també més sostenible.

### 3. EL 50% DELS ALIMENTS SÓN DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA

*El preu del menú i les característiques del servei determinaran el 50% d'aliments ecològics; aquest tant per cent és plenament assumible per tots i cadascun dels serveis, independentment del preu final.*

No ens consta que s'ofereixin aliments de producció ecològica. En un correu de l'AFA s'ha comentat arròs i pasta.

Es recomana un increment de la partida alimentaria de 1€ a 1,40€ per introduir de forma progressiva els aliments ecològics i, en concret, les verdures, patates, cereals i llegums, iogurt i ou.

El que es pugui incrementar més el percentatge dels aliments de producció ecològica depèn de l'anàlisi de la partida alimentaria (les factures de compra d'aliments).

### 4. EL 50% DELS ALIMENTS ES COMPREN DIRECTAMENT A PRODUCTORS

*Prioritzar les compres a productors propers significa reduir la despesa en transport, garantir la continuïtat del productor i enfortir l'economia local. Som conscients que no sempre és possible fer aquestes compres directes, i per això fixem un tant per cent assumible pel servei.*

No ens consta que s'ofereixin aliments comprats directament als productors.

Seria interessant contactar amb [Ecocentral](#) per valorar un canvi de proveïdors i passar a comprar aliments directament a productors, treballen amb molts menjadors de Barcelona.

## PROPOSTA DE CANVI DEL MENÚ

Si bé l'Escola Mallorca es planteja transformar el menjador en ecològic cal tenir en compte que aquest procés no és immediat i es recomana no fer-ho de manera ràpida. És per aquest motiu que es recomana fer aquest canvi de forma progressiva i per fases. En un model de menjador ecològic la estructura del menú, el funcionament de la cuina, la gestió de comandes,.. són força diferents al tipus de menjador existent actualment a l'escola. Per tant és necessari plantejar el canvi a mig termini i introduir millores a mida que es construeixen les capacitats per a que sigui possible (garantir els proveïdors, disposar de fitxes tècniques dels plats, adaptar els protocols de cuina, disposar dels equipaments adequats, acceptació dels nens i nenes als canvis de menús, acceptació i sensibilització de les famílies,..).

Dit això, es recomanen els següents canvis:

- Utilitzar **verdures de temporada** i ecològiques
- **Reduir la presència de precuinats** a 1 mensuals
- **Reduir els fregits**
- **Oferir més aliments ecològics** (tots menys la carn)
- **Reduir les proteïnes animals** en els primers plats
- **Canviar la carn processada** (salsitxes, mandonguilles,..) per carn picada
- **Oferir el pollastre sencer tallat** evitant que només s'ofereixi pits de pollastre o pollastre desossat.
- **Reduir el consum de tomàquet de llauna a les salses**, introduir altres salses amb verdures de temporada com la pastanaga o espinacs.

## TAULA 1 . VALORACIÓ DEL MENÚ I ASPECTES A MILLORAR OCTUBRE / CALOR / ACTUAL

<b>POSTRES</b>	logurt sostenible	El iogurt actual no té cap certificació per dir que és sostenible. Recomanem la introducció del iogurt ecològic, més qualitat. Actualment hi ha tres precuinats, recomanem reduir a un. Croquetes
<b>PRECUINATS O FREGITS</b>	Varetes, Croquetes i Canelons Xips	Sempre que sigui possible, evitar productes processats i fregits
<b>CARN PROCESADA</b>	Hamburguesa de vedella, salsitxes d'au	Millorar la qualitat de la vedella
<b>POLLASTRE</b>	Cuixetes pollastre	Oferir el pollastre sencer cuinat amb diferents receptes
<b>VERDURES</b>	S1 dilluns i dimecres / S2 dilluns / S3 divendres / S4 dimarts	Potenciar el consum de verdures i reduir els dies de salsa de tomàquet
<b>Patata</b>	Hi ha un consum massa alt de patata, setmana 3 dimecres primer i segon plat, dijous primer plat i divendres primer plat	Eliminar la patata en algunes guarnicions o primers, potenciar verdures i equilibrar amb arròs

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
Arròs blanc amb tomàquet	Llenties casolanes amb verduretes	Amanida de pasta, olives, tomàquet i blat de moro	Mongeta tendra amb patates	Amanida rusa
Varetes de lluç amb enciam i blat de moro	Truita a la francesa amb enciam i tomàquet amanit	Bròtola al forn amb all i julivert	Rostit de carn amb salsa de bolets	Cuixetes de pollastre amb enciam
Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Macarrons a la bolonyesa amb formatge	Menestra de verdures	Cigrons estofats amb verdures	festiu	Arròs amb verduretes
Truita a les fines herbes	Hamburguesa de vedella amb ceba confitada	Pollastre al forn amb xips amanida		Filet de lluç amb enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		logurt sostenible
Fideuà	Mongetes blanques saltejades amb ceba i pernil	Crema de verdures (porro, patata, pastanaga i ceba)	Mongeta tendra amb patates	Amanida de patata, tomàquet, ou dur i tonyina
Salsitxes d'au al forn amb enciam i blat de moro	Truita de carbassó amb tomàquet amanit	Estofat de gall d'indi amb patates	Rostit de carn amb salsa de bolets	Filet de castanyola amb enciam i tomàquet amanit
Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Llenties casolanes amb verduretes	Amanida de pasta (tomàquet, ou i tonyina)	Mongeta tendra amb patates	Arròs a la milanesa amb verduretes	Crema de pastanaga
Remenat d'ou amb pernil	Lluç arrebossat amb enciam i pastanaga	Pollastre al forn amb enciam i olives	Gallineta al forn amb all i julivert	Canelons gratinats
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada
Arròs blanc amb tomàquet	Cigrons cuits amb verduretes			
Croquetes de pernil amb enciam i olives	Filet de lluç a la planxa amb enciam			
Fruita de temporada	Fruita de temporada			

**FEBRER /FRED / ACTUAL**

<b>POSTRES</b>	Préssec amb almivar
<b>PRECUINATS O FREGITS</b>	Raviolis, bunyols de bacallà
<b>CARN PROCESADA</b>	Hamburguesa de vedella, salsitxes d'au, botifarra d'ou
<b>POLLASTRE</b>	Cuixetes pollastre i pit de pollastre
<b>VERDURES</b>	S2 dilluns i divendres / S3 dimarts i divendres / S4 dilluns i divendres

És important evitar les verdures amb almívar per la seva alta concentració de sucre, millor oferir iogurt per completa la setmana o fruita de temporada.

Actualment hi ha dos precuinats, recomanem reduir a un. Bunyols

Millorar la qualitat de la vedella, reduir els processats a un. Hamburguesa

Oferir el pollastre sencer cuinat amb diferents receptes

Potenciar el consum de verdures i reduir els dies de salsa de tomàquet

**FEBRER /FRED / ACTUAL**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		Sopa d'au amb estrelles	Arròs blanc amb verdures	Guisat de patates amb verdures
		Pollastre al forn amb enciam i olives	Filet de lluç a la planxa amb tomàquet amanit	Rostit de carn al forn amb salsa
		Fruita de temporada	Iogurt sostenible	Fruita de temporada
Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat	Cigrons amb verdures	Mongeta tendra amb patata	Sopa d'au amb lletres	Paella mixta
Filet de lluç arrebossat amb enciam	Truita a la francesa amb tomàquet enciam i olives	Hamburguesa de vedella, ceba confitada i enciam	Cuixetes amb enciam	Peix fresc i de proximitat amb enciam amanit
Fruita	Iogurt sostenible	Fruita	Fruita	Fruita
Llenties amb patata i verdures	Raviolis amb tomàquet i formatge ratllat	Crema de verdura (ceba, porro i patata)	Sopa d'au amb fideus	Arròs amb sofregit
Bunyols de bacallà amb tomàquet i enciam	Truita a les fines herbes amb enciam i blat de moro	Mistela al forn amb enciam i olives	Pit de pollastre a la planxa amb enciam i brots soja	Estofat de vedella amb verdures
Fruita	Fruita	Préssec amb almivar	fruita	Fruita de temporada
Macarrons amb tonyina, tomàquet i formatge	Mongetes estofades amb verdures	Minestra de verdures	Sopa de peix amb arròs	Fideuà
Salsitxetes de pollastre amb enciam i pastanaga	Gallineta al forn amb enciam	Estofat de gall d'indi amb salsa i verdures	Truita de botifarra d'ou amb enciam i tomàquet amanit	Llom a la planxa amb enciam i olives
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Iogurt sostenible
	Espirals al pesto			
	Ou dur amb salsa de tomàquet			
	Fruita de temporada			

## TAULA 2 . PROPOSTA DE MENÚ

### OCTUBRE / CALOR / PROPOSTA

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
Arròs blanc amb tomàquet	Llenties casolanes amb verduretes	Amanida de pasta, olives, tomàquet i blat de moro	Mongeta tendra amb patates	Paella de verdres
Lluç al forn amb verdres	Truita a la francesa amb enciam i tomàquet amanit	Bròtola al forn amb all i julivert i verdres	Rostit de carn amb salsa de bolets	Pollastre al forn amb salsa de pastanaga
Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Macarrons amb salsa de pastanaga	Menestra de verdres	Cigrons estofats amb verdres	festiu	Arròs amb verduretes
Truita a les fines herbes	Hamburguesa de vedella amb ceba confitada	Pollastre al forn amb xips amanida		Filet de lluç amb enciam i pastanaga ratllada
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada		logurt sostenible
Fideuà de verdres	Mongetes blanques amb verdres saltejades amb ceba i pernil	Crema de verdres (porro, patata, pastanaga i ceba)	Mongeta tendra amb patates	Amanida de patata, tomàquet, ou dur i tonyina d'arròs amb verdres
Salsitxes d'au al forn amb enciam i blat de moro	Truita de carbassó amb tomàquet amanit	Estofat de gall d'indi amb patates salsa de poma i amanida	Rostit de carn amb salsa de bolets	Filet de castanyola amb enciam i tomàquet amanit
Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada
Llenties casolanes amb verduretes	Amanida de pasta (tomàquet, ou i tonyina)	Mongeta tendra amb patates	Arròs a la milanesa amb verduretes	Crema de pastanaga
Remenat d'ou amb pernil xampinyons	Lluç arrebossat amb enciam i pastanaga	Pollastre al forn amb enciam i olives	Gallineta al forn amb all i julivert	Canelons gratinats
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada
Arròs blanc amb tomàquet	Cigrons cuits amb verduretes			
Croquetes de pernil amb enciam i olives	Filet de lluç a la planxa amb enciam			
Fruita de temporada	Fruita de temporada			

**FEBRER / FRED / PROPOSTA**

dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres
		Sopa d'au amb estrelles	Arròs blanc amb verdures	Guisat de patates amb verduretes
		Pollastre al forn amb enciam i olives	Fliet de lluç a la planxa amb tomàquet amanit	Rostit de carn al forn amb salsa
		Fruita de temporada	logurt sostenible	Fruita de temporada
Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat	Cigrons amb verduretes	Mongeta tendra Verdura de temporada amb patata	Sopa d'au amb lletres	Paella mixta
Filet de lluç arrebossat amb enciam	Truita a la francesa amb tomàquet enciam i olives	Hamburguesa de vedella, ceba confitada i enciam	Pollastre al forn	Peix fresc i de proximitat amb enciam amanit
Fruita	logurt sostenible	Fruita	Fruita	Fruita
Llenties amb patata i verduretes	Raviolis Pasta amb tomàquet i formatge ratllat	Crema de verdura Carbassa (ceba, porro i patata)	Sopa d'au amb fideus	Arròs amb sofregit amb pastanaga
Bunyols de bacallà amb tomàquet i enciam	Truita a les fines herbes amb enciam i blat de moro	Mistela al forn amb enciam i olives	Pollastre al forn	Estofat de vedella amb verdures
Fruita	Fruita	logurt natural	fruita	Fruita de temporada
Macarrons amb tonyina, tomàquet i formatge salsa espinacs	Mongetes estofades amb verdures	Minestra de verdures	Sopa de peix amb arròs	Fideuà de verdures
Salsitxetes de pollastre amb enciam i pastanaga	Gallineta al forn amb enciam	Estofat de gall d'indi amb salsa i verduretes	Truita de betifarra d'ou amb enciam i tomàquet amanit	Llom a la planxa amb enciam i olives
Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	Fruita de temporada	logurt sostenible
	Espirals al pesto			
	Ou dur amb salsa de tomàquet			
	Fruita de temporada			



## LES FITXES TÈCNIQUES

La fitxa tècnica es una eina imprescindible per l'organització de comandes, escandall, treball a cuina i avaluació del resultat final.

Les fitxes actuals disten molt de complir els objectius que garanteixen un servei de qualitat: els aliments son de baixa qualitat com l'oli de gira-sol, no hi ha el gramatge dels aliments, ni cap descripció del procés d'elaboració.

### FICHA DE ELABORACIÓN DE PLATOS

#### Lentejas con verduras

##### INGREDIENTES:

LENTEJAS  
TOMATE NATURAL TRITURADO, LATA  
LAUREL  
ZANAHORIA  
PUERROS  
AJO SECO  
CEBOLLA FRESCA  
PIMIENTO VERDE  
PIMIENTO ROJO  
PATATAS  
ACEITE GIRASOL  
SAL

#### RECETA NO APTA PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES A :

GLÚTEN	APIO Y DERIVADOS	
CRUSTÁCEOS Y DERIVADOS	SEMILLAS DE SÉSAMO Y DERIVADOS	
HUEVOS Y DERIVADOS	ALTRAMUCES Y DERIVADOS	
PESCADO Y DERIVADOS	MOLÚSCOS Y DERIVADOS	
FRUTAS DE CÁSCARA Y DERIVADOS	ANHÍDRIDO SULFUROSO Y SULFITOS (>10mg/Kg)	
SOJA Y DERIVADOS		
CACAHUETES		
MOSTAZA Y DERIVADOS		

SE DEBEN TENER EN CUENTA LOS INGREDIENTES COMPUESTOS, ej. Jamón en dulce, puedecontener lactosa y glúten.

Exemple de FT fitxa tècnica cuina, proposta

**FITXA TÈCNICA DE PLAT**

*7 Cigrons estofats amb carbassa i ceba*

ESCANDALL	
Ingredient	Grams/infant
Cigrons	50,00
Carbassa	75,00
Ceba	35,00

COSTOS		
€/kg	€/g	total
2,70 €	0,0027 €	0,14 €
1,00 €	0,0010 €	0,08 €
0,90 €	0,0009 €	0,03 €
		<b>0,242 €</b>

**INDICACIONS D'ELABORACIÓ**

Coure els cigrons amb l'alga kombu (aquesta la deixarem en remull tota la nit junt amb els cigrons). Passats 20m de cocció retirem l'alga, la triturem amb una mica de caldo i la reservem  
Saltar ceba, quan tingui color i estigui cuita, la retirem, la triturem.  
Coure la carbassa a trossets, la podem bullir  
Un cop cuinats els cigrons, incorporem la ceba triturada i la carbassa

**Conté al·lèrgens?**

Proteïna llet de vaca	
Ou	
Lactosa	
Gluten	
Soja	
Llegums i lleguminoses	X
Enciam	
Verdures (fructosa)	X
Peix	

## REVISIÓ COST ALIMENTARI

### Aspectes a tenir en compte pel càlcul del cost alimentari

- Segons la experiència de l'Associació Menjadors Ecològics, **1,40 €** és el cost mínim que s'ha de destinar a la compra d'aliments per garantir una alimentació de qualitat amb part d'aliments ecològics.
- En la proposta de menú s'aposta pel **consum de verdures de producció local i ecològica**. Això pot suposar, de mitjana, un **increment del 30%** dels preus que es paguen actualment per les verdures de producció convencional. Cal tenir en compte el baix preu de les convencionals.
- Seguint les recomanacions de la Generalitat de Catalunya<sup>1</sup>, el menú escolar hauria de garantir el consum diari de verdures i s'hauria d'incrementar el gramatge fins arribar mínim 50 grams de verdura per nen i dia.
- En la proposta de menú **no es redueix el consum de proteïna animal** en el segon plat. Aquest fet, no reduir el consum de proteïna animal, limita el marge de flexibilitat per augmentar el percentatge d'aliments de producció ecològica. La proteïna animal (sigui de producció convencional o ecològica) és un dels factors que més encareix el cost alimentari. Si es vol incrementar els aliments de producció ecològica i de proximitat caldrà pensar, en una posterior fase, reduir el consum de proteïna animal i introduir la proteïna vegetal.
- El preu màxim establert per la Generalitat de Catalunya és de **6.20 €**, el manteniment de la cuina no s'hauria de repercutir en el preu de menjador (actualment 0,10€).
- No ha estat objecte d'estudi la resta de costos que conformen el preu total del menú.

### Proposta d'increment del cost alimentari de 1 € a 1,40 €

Tenint en compte els aspectes descrits i per tal de garantir les millores introduïdes, es proposa que el cost alimentari per dia i nen s'incrementi **0,40 €**. Això suposarà passar de 1€ a 1,40€ i que no hauria de repercutir en el preu actual. És imprescindible revisar les altres partides.

## PROTOCOLS EQUIP DE CUINA

En el canvi del model de menjador no només s'ha de tenir en compte la compra d'aliments ecològics o la confecció dels menús. També és necessari revisar les dinàmiques, horaris i protocols de treball de l'equip de cuina.

Actualment l'equip de cuina i neteja està format per: (no s'han enviat els protocols de treball per valorar les responsabilitats, tasques i horaris del personal)

Cuiner	8
Ajudant de cuina	8
Auxiliar de cuina	6
Auxiliar neteja	5
Auxiliar neteja	2,5

Cada dia es cuina per unes **330 persones**.

Analitzats els menús un factor important a tenir en compte és que a la cuina actualment no hi ha massa feina de cuina doncs molts aliments ja estan preparats (verdura congelada, precuinats com les canelons o les croquetes) i, per tant, és important fer una revisió dels protocols de treball i de funcionament de cuina. Un dels primers canvis que s'haurà de fer és la gestió dels horaris i preveure, per exemple, la neteja de verdures.


Com associació treballem amb una proposta de ràtio cuina i neteja de 1 cuiner/100 menús, valorem que la situació actual de personal / menús permet treballar a temps el producte fres

## EQUIPAMENT DE CUINA

Un dels elements importants a tenir en compte per la transformació dels menjadors i dels menús és la capacitat i l'equipament existent a la cuina. Aspectes com capacitat de magatzem, de la cambra frigorífica, espai suficient per la manipulació de les verdures o tipus de forn existents són importants en el moment que es proposa treballar amb aliments frescos i peribles, manipulació i neteja de verdures ó eliminar fregits i incorporar plats on es necessita el forn.

Un cop vist l'equipament de la cuina es poden fer les següents valoracions:

- Les neveres haurien de tenir suficient capacitat per a tenir les verdures, carn, iogurts, peix i altres productes amb necessitat de refrigeració. I, a part de la capacitat, és important respectar les separacions dels aliments per garantir les condicions higiènic-sanitàries i evitar les contaminacions creuades.
  - Això motiva que hagi **un espai limitat de magatzem i de capacitat de les neveres** per la recepció de verdures i fruita. Si es vol arribar al consum de 50 grams de verdura per nen i dia caldria preveure una demanda setmanal de 82 kg de verdures. Això suposa que caldria fer una bona gestió dels stocks i de les comandes. Una possibilitat seria recepcionar la comanda de verdura i fruita dos cops per setmana o incrementar el nombre de neveres tenint en compte que no són necessaris tots els congeladors, si la voluntat és incrementar el producte fresc en detriment del congelat.
  - Donat que es recomana la reducció d'aliments precuinats i congelats no. Una proposta de millora seria treure un dels congeladors i augmentar la capacitat frigorífica.
  - Respecte al forn és important potenciar plats cuinats al forn i en un futur valorar la millora dels equipaments per oferir plats cuinats amb tècniques més saludables.

	FICHA TECNICA: EP-5030	FECHA: 14.10.2009
	<b>PRODUCTO ELABORADO A BASE DE CARNE PICADA</b>	REVISION: 5
		PAGINA: 1/2
<b>DENOMINACIÓN INTERNA:</b> BURGHER MEAT Y ALBONDIGA DE TERNERA (BURGHER MEAT-SIN GLUTEN,SIN LACTOSA,SIN HUEVO)-(ALBONDIGA-SIN LACTOSA,SIN HUEVO)		
<b>CARACTERISTICA</b>	<b>ESPECIFICACION</b>	
<b>DESCRIPCION</b>	Preparado cárnico	
<b>FORMULACIÓN</b>	FM-5030	
<b>INGREDIENTES</b>	Retal de vacuno, Magro de vacuno, Dextrosa, Soja, Antioxidantes (E-331 E-300 E-301 E-330), Conservantes E-221 (sulfitos sódico). Especies, Colorantes (E-120), Sal y Agua. (Ajo y perejil opcional)	
<b>MATERIAL ENVASADO</b>		
<b>MATERIAL EMBALAJE</b>	Colocadas en bandejas de propileno termoformadas o en cajas de cartón e interfoliadas con papel especial sector alimentario.	
<b>PRESENTACION</b>	Cada albóndiga recubierta con pan rallado o sin pan según instrucciones del cliente. 21 piezas por bandeja, 400 piezas por caja. Las hamburguesas: 12 piezas por bandeja / 84 piezas por caja.	
<b>ORGANOLEPTICO</b>	Magro de color rosado tirando a rojo. Grasa de color blanco.	
<b>MEDIDAS/PESO UNITARIO</b>	Albóndiga de forma redonda. Peso unitario de: 20 Grs. (+/- 2 Grs). Hamburguesa de forma ovalada. Peso unitario de 95 Grs. (+/- 2 Grs)	
<b>MICROBIOLOGICAS</b>	5 x 10 <sup>6</sup> ufc/gr. 1000 ufc/gr. 5000 ufc/gr. Ausencia/g. 5000 ufc/gr. 100 ufc/gr.	<b>Según REGLAMENTO (CE) Nº 2073/2005 de 15 de Noviembre, modificado según REGLAMENTO (CE) Nº 1441/2007 de 5 de Diciembre.</b>
<b>CONSERVACION</b>	En cámara frigorífica entre 2º y 5º C.	
<b>CONDICIONES DE FABRICACION</b>	Según instrucciones CP-1003 y CP-1004	
<b>DOCUMENTOS ACOMPAÑANTES.</b>	Albarán de salida	
<b>ENTREGA</b>	Transporte en vehículo refrigerado entre 2º y 5ºC.	

# Octubre 2017

ALIMENTACION COMEDORES ESCOLARES SL

www.alcoescat.com



Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
<p>Dia 2</p> <p>Arros blanc amb tomàquet Varetes de lluç amb enciam i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p>Dia 3</p> <p>Lenties casolanes amb verdures Truita a la francesa amb enciam i tomàquet amanit logurt sostenible (La Fageda)</p>	<p>Dia 4</p> <p>Amanida de pasta (olives, tomàquet i blat de moro) Brotola al forn amb all i julivert Fruita de temporada</p>	<p>Dia 5</p> <p>Mongeta tendra amb patates Rostir de carn amb salsa i bolets Fruita de temporada</p>	<p>Dia 6</p> <p>Amanida russa Cuixetes de pollastre amb enciam Fruita de temporada</p>
<p>Dia 9</p> <p>Macarrons a la bolonyesa amb formatge ratllat Truita a les fines herbes amb enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p>Dia 10</p> <p>Minestra de verdures Hamburguesa de vedella a la planxa amb ceba confitada Fruita de temporada</p>	<p>Dia 11</p> <p>Cigrons estofats amb verdures Pollastre al forn amb xips i amanida Fruita de temporada</p>	<p>Dia 12</p> <p>Arros amb verdures Filet de lluç a la planxa amb enciam i pastanaga ratllada logurt sostenible (La Fageda)</p>	<p>Dia 13</p> <p>Amanida de patata, tomàquet, ou dur i toynina Filet de castanyola amb enciam i tomàquet amanit Fruita de temporada</p>
<p>Dia 16</p> <p>Fideuà Salsitxes d'au al forn amb enciam i blat de moro Fruita de temporada</p>	<p>Dia 17</p> <p>Mongetes blanques saltejades amb ceba i pernil Truita de carbassó amb tomàquet amanit logurt sostenible (La Fageda)</p>	<p>Dia 18</p> <p>Crema de verdures (porro, patata, pastanaga i ceba) Estofat de gall d'indi amb patates Fruita de temporada</p>	<p>Dia 19</p> <p>Sopa de peix amb arros Llom a la planxa amb enciam i olives variades Fruita de temporada</p>	<p>Dia 20</p> <p>Amanida de patata, tomàquet, ou dur i toynina Filet de castanyola amb enciam i tomàquet amanit Fruita de temporada</p>
<p>Dia 23</p> <p>Lenties casolanes amb verdures Remenat d'ou amb pernil Fruita de temporada</p>	<p>Dia 24</p> <p>Amanida de pasta (tomàquet, ou, toynina) Lluc arrossat amb enciam i pastanaga Fruita de temporada</p>	<p>Dia 25</p> <p>Mongeta tendra amb patates Pollastre al forn amb enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p>Dia 26</p> <p>Arros a la milanesa amb verdures Gallineta al forn amb all i julivert logurt sostenible (La Fageda)</p>	<p>Dia 27</p> <p>Crema de pastanaga Canelons de carn gratinats Fruita de temporada</p>
<p>Dia 30</p> <p>Arros blanc amb tomàquet Croquetes de pernil amb enciam i olives Fruita de temporada</p>	<p>Dia 31</p> <p>Cigrons cuits amb verdures Filet de lluç a la planxa amb enciam Fruita de temporada</p>			

Menú revisat per dietistes - nutricionistes de l'Institut d'Assessorament dietètic i nutricional





# FEBRER 2017

ALIMENTACION COMEDORES ESCOLARES SL [www.alcoescat.com](http://www.alcoescat.com)

Dilluns	Dimarts	Dimercres	Dijous	Divendres
Dia 6 Espaguetis amb salsa de tomàquet i formatge ratllat Filet de lluç arrebossat amb enciam Fruita de temporada	Dia 7 Cigrons cuits amb verdures Truita a la francesa amb tomàquet, enciam i olives logurt sostenible	Dia 8 Mongeta tendra amb patata Hamburguesa de vedella amb ceba confitada i enciam Fruita de temporada	Dia 9 Sopa d'au amb lletres Cuixetes de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Dia 10 Paella mixta Peix fresc i de proximitat amb enciam amanit Fruita de temporada
Dia 13 Lentilles amb patata i verdures Bunyols de bacallà amb tomàquet i enciam Fruita de temporada	Dia 14 Raviolis amb tomàquet i formatge ratllat Truita a les fines herbes amb enciam i blat de moro Fruita de temporada	Dia 15 Crema de verdures (ceba, porro i patata) Mistela al forn amb enciam i olives Préssec en almívar	Dia 16 Sopa d'au amb fideus Pit de pollastre a la planxa amb enciam i brots de soja Fruita de temporada	Dia 17 Arròs amb sofregit de tomàquet Estofat de vedella amb verdures Fruita de temporada
Dia 20 Macarrons amb tonyina, tomàquet i formatge Salsitxes de pollastre amb enciam i pastanaga Fruita de temporada	Dia 21 Mongetes estofades amb verdures Gallineta al forn amb enciam Fruita de temporada	Dia 22 Minestra de verdures Estofat de gall d'indi amb salsa i verdures Fruita de temporada	Dia 23 Sopa de peix amb arròs Truita de botifarra d'ou amb enciam i tomàquet amanit Fruita de temporada	Dia 24 Fideuà Llom a la planxa amb enciam i olives logurt sostenible
Dia 27  FESTA	Dia 28 Espirals al pesto Ou dur amb salsa de tomàquet Fruita de temporada			