

COMEMOS MEJOR, CRECEMOS MEJOR

Novedades del comedor escolar

Curso 2026-2027



De acuerdo al nuevo Real Decreto 315/2025

Este curso incorporamos cambios en nuestros menús para ofrecer una alimentación más saludable, equilibrada y sostenible, siguiendo las recomendaciones del Real Decreto 315/2025.

¿QUÉ CAMBIA EN LOS MENÚS?



Más fruta fresca y de temporada



Más pescado



Más verduras y hortalizas



Menor presencia de carne roja



Más cereales integrales



Incorporación de un día semanal de proteína vegetal

Estos cambios se introducen de forma progresiva para facilitar la adaptación de los niños y sus familias, ofreciendo siempre menús equilibrados y adaptados a cada edad.

¿QUÉ ES EL DÍA DE PROTEÍNA VEGETAL?

Un día a la semana la fuente principal de proteínas del menú será de origen vegetal, utilizando alimentos tan importantes como las **legumbres**.



Lentejas



Garbanzos



Alubias

LAS LEGUMBRES APORTAN:



Proteínas de calidad



Fibra



Hierro



Vitaminas y minerales



Beneficios para la salud y el planeta

Cómo obtener proteína completa:



Legumbre



Cereal



Proteína de alta calidad

No es necesario consumirlos juntos, sino distribuirlos a lo largo del día.

Soja, quinoa y amaranto no requieren combinación con cereales/legumbres para ser completos, ya que contienen todos los aminoácidos esenciales.



Aunque tradicionalmente las legumbres se consumían como primer plato, también constituyen una excelente fuente de proteínas y pueden ser el plato principal de la comida, desempeñando el mismo papel nutricional que la carne, el pescado o el huevo.



Las legumbres son una excelente fuente de proteínas, fibra, vitaminas y minerales. Este cambio forma parte de una implantación progresiva para ayudar a los niños a adquirir hábitos alimentarios saludables desde la infancia.



PREGUNTAS FRECUENTES



¿Mi hijo comerá suficiente proteína?

Sí. Todos los menús están planificados y supervisados por nuestro equipo de dietistas-nutricionistas para cubrir las necesidades nutricionales de cada etapa escolar.



¿Se elimina la carne?

No. Seguiremos ofreciendo carne, pescado y huevos durante la semana para mantener una alimentación variada y equilibrada.



¿Por qué ahora las legumbres son segundo plato?

Porque ese día son la principal fuente de proteínas del menú, desempeñando el mismo papel nutricional que la carne, el pescado o el huevo.



¿Cómo lo identificaré?

En el menú encontrarás este sello:



Este sello indica que la principal fuente de proteínas del menú procede de las legumbres, siguiendo las recomendaciones del Real Decreto 315/2025.

NUESTRO COMPROMISO



Alimentación saludable



Productos de calidad



Educación nutricional



Sostenibilidad y cuidado del planeta



Compromiso con las familias

¿QUIERES SABER MÁS?

Escanea este código QR para conocer las novedades del Real Decreto 315/2025 y descubrir cómo seguimos avanzando hacia una alimentación escolar más saludable.



967 160 138



boyma@boymacatering.com



www.boymacatering.com



CIF: B16169293

Avda. Juan Carlos I, 24
16660 Las Pedroñeras (Cuenca)