

Muy Señor/a nuestro/a:

Me pongo en contacto con ustedes desde el departamento de Nutrición de Igmo-Ausolan para resolver algunos temas que puedan surgir con los menús de este curso escolar.

En primer lugar, me gustaría aclarar que los menús **están elaborados por un equipo multidisciplinar** formado por dietistas-nutricionistas, tecnólogos de alimentos y cocineros. Estos menús son variados y equilibrados ya que cumplen las políticas nutricionales definidas a nivel local y nacional –Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (estrategia NAOS)-.

Respecto a las novedades que se han propuesto en los menús este trimestre me gustaría explicar el porqué para mitigar posibles desacuerdos por parte de los padres.

Inclusión de yogures naturales en los menús escolares.

Las enfermedades no transmisibles constituyen la principal causa de mortalidad y está demostrado que dos de los factores de riesgo modificables son la mala alimentación y la falta de ejercicio físico.

La Organización Mundial de la Salud emitió un informe en el que se **recomienda reducir el consumo de azúcar libre de la dieta**. Alegaba que los azúcares libres contribuyen a la densidad calórica general de la dieta y pueden promover un equilibrio calórico positivo. En este contexto, desde Ausolan, hemos tratado de reducir la presencia de lácteos azucarados en nuestros menús ofreciéndolos en forma de lácteos naturales.

Ensaladas de huevos cocidos como segundos platos.

Este trimestre se ha planteado incluir los huevos cocidos en el menú escolar en forma de ensaladas acompañando siempre un primer plato de legumbres.

Las legumbres son unos ingredientes muy interesantes a nivel nutricional ya que aportan un elevado contenido en proteína (aproximadamente un 60%). Por este motivo, para dar variedad al menú y aumentar la presencia de verduras se ha planteado esta propuesta.

Además, los huevos cocidos son una excelente fuente de proteínas completas. Por lo tanto, el menú de esos días no va a ser deficitario en ningún nutriente.

Por último, me gustaría recordar que el comedor escolar contribuye a la educación de los escolares y es nuestro deber como empresa de restauración el contribuir a ello.

Octubre 2021