



Colectividades
Chabe

Real Decreto 315/2025

Alimentación saludable y
sostenible en centros educativos

BOE: 16 abril 2025 – Entrada en vigor: abril 2026

En abril de 2025 se aprobó el Real Decreto 315/2025, que establece los criterios para garantizar una alimentación más saludable y sostenible en los comedores de los centros educativos. De forma general será de obligado cumplimiento desde abril 2026.

BOE: 16 abril 2025 – Entrada en vigor: abril 2026

¿CÓMO SERÁN LOS MENÚS?



Reducción del uso de sal, priorizando la utilización de sal yodada y potenciando el sabor con especias naturales.



Frutas y verduras frescas de temporada y proximidad.



Mayor presencia de productos integrales



Consumo moderado de proteínas animales, priorizando legumbres, pescado, huevos y carnes blancas e incorporando segundos platos de proteína exclusivamente vegetal.



Reducción del consumo de azúcares.



Técnicas culinarias saludables: horno, vapor o plancha, con menor frecuencia de fritos y precocinados.

PROGRAMACIÓN DE LOS MENÚS



Primeros platos

- **Legumbres:** 1-2 veces por semana
- **Hortalizas:** 1-2 veces por semana
- **Arroz*:** 1 vez por semana
- **Pasta*:** 1 vez por semana

* 4 veces al mes arroz o pasta integral



Segundos platos

- **Carne:** máximo 3 veces por semana
- **Pescado (blanco y azul):** 1-3 veces por semana
- **Huevo:** 1-2 veces por semana
- **Proteína vegetal:** 1-5 veces por semana



Guarniciones

- **Ensaladas variadas:** 3-4 veces por semana
- **Otras guarniciones:** 1-2 veces por semana



Pan integral dos veces por semana



Postre

Fruta fresca: 4-5 veces por semana

Yogur: máximo 1 vez por semana (máx. 5g azúcares añadidos)



Agua como única bebida en la comida