

Menjar... sí, ens ve de gust

✍ Mabel Vila Regard

Segons els experts, els menús que se serveixen als menjadors escolars són més equilibrats i nutritius, amb algunes excepcions, del que la majoria d'alumnes menjan a casa abans i després d'anar a classe. No sé si els nostres fills i nosaltres mateixos, el pares, estariem d'acord i som capaços de reconèixer la nostra part de responsabilitat en aquesta afirmació que es va constatar al Congrés Mundial de Nutrició i Salut Pública que es va celebrar a Barcelona aquesta tardor. És per això que hem volgut, en aquesta edició de FAMÍL.IES, tractar en profunditat un tema tant important com és el de l'alimentació dels joves.

Els membres de la junta de l'AMPA, i més concretament la comissió de menjador, fa visites periòdiques al menjador del nostre institut per avaluar la qualitat i quantitat d'aliments, la presentació, per conèixer en directe com es desenvolupa el dinar, quines son les queixes dels alumnes i de quina manera podem intervenir per millorar el servei. Vagi per davant que les queixes del menjadors per part dels alumnes han estat i són sempre reiteratives. Tots nosaltres vam passar, a la nostra etapa escolar, pels menjadors de les escoles, i si fem memòria podem recordar els mateixos comentaris que uns quants anys més tard sentim dels nostres fills. Són fundamentades aquestes queixes o els manca als nostres fills una bona formació en aquest aspecte? Segurament hi ha una mica de tot

i en aquestes pàgines volem aportar informació per tal de sensibilitzar tant als pares com als joves sobre la importància d'adquirir, en aquesta etapa, uns bons hàbits alimentaris. L'AMPA té, entre els seus objectius, intentar millorar aquest servei. Som conscients que el menjador escolar esdevé un espai privilegiat per dur a terme l'educació alimentària en coordinació amb la família. Fer que els joves tinguin uns hàbits alimentaris correctes és feina de tots.

Una constatació que convida a la reflexió: la població catalana està sobrealimentada. La dieta dels catalans té superàvit energètic: és hipercalòrica, conté poca fibra i, a més, poques persones fan exercici. Això exigeix un reequilibri que va més enllà de les dietes.

ALGUNES DADES SOBRE EL MENJADOR DE L'INSTITUT

NÚM. TOTAL DE NENS QUE UTILITZEN EL MENJADOR: 160

PREU: 5,65 euros

NÚMERO TOTAL DE MONITORS: 6

- 2 al menjador servint
- 1 al menjador vigilant
- 2 al pati passant llista
- 1 a la biblioteca

(Els monitors que serveixen, quan acaban el servei vigilen al pati i el monitor designat per atendre la biblioteca hi va quan s'acaba el servei de menjador).

EMPRESA DE CÀTERING CONTRACTADA: SERHS

TEMPS QUE DISPOSEN PER MENJAR: els joves tenen més de mitja hora, però utilitzen només 10 minuts!

HORARIS: 2 torns, de 13h a 14h i de 14h a 14,30h

La nostra petita enquesta

Menjars que més agraden: la pasta, la carn arrebossada, les croquetes, el pollastre al forn i sorprenentment prefereixen fruita i verdura (amanides) que els iogurts i flams!

Una constatació

Creiem que els joves haurien d'esmorzar més a casa i no a l'escola. L'hora de pati és tard i si mengen a aquesta hora grans entrepans, no tenen gana al migdia.

Que cal millorar segons el nostre parer:

- El menjador com espai. Es podria intentar fer més atractiu.
- La presentació i condimentació dels àpats.
- Alguns menús
- El temps de lleure després del dinar.

Al nostre web trobareu penjats el menú i puntualment us informarem de les accions o canvis que es generin.

