

Acta de	la septima reunión del comité comedor		
fecha:	20.11.2024	hora:	14:00 – 15:30 horas
redactor/a:	Katharina Martens		Präsenziell
		aula:	C10
presentes:	Monique Karge (administración), Katharina Martens (administración), María Magdalena Herrera (madre preescolar), Judith Lang (madre preescolar y primaria), Yanira Wöhler (preescolar), Astrid Weiler (primaria)		
orden del día:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bienvenida y revisión de los cambios realizados desde la última reunión a finales del curso escolar anterior</li> <li>2. Organización de una presentación para los padres sobre el tema de la alimentación equilibrada por Eurest, en colaboración con los padres</li> <li>3. Otros asuntos</li> </ol>		

**Acta:**

Referente a 1.	<p><b>Bienvenida</b>          Se da una cordial bienvenida a los miembros presentes en la primera reunión del curso 2024/25.</p> <p><b>Revisión de los cambios implementados</b>          Katharina presenta las medidas que se han puesto en marcha en el comedor escolar desde la última reunión en junio:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Introducción de un buffet de ensaladas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desde el inicio del curso, todas las alumnas y alumnos a partir de quinto de primaria tienen a su disposición un buffet de ensaladas, del cual pueden servirse libremente. La oferta incluye una selección variada de verduras y ensaladas, que cambia diariamente.</li> <li>- Las alumnas y alumnos de primaria también tienen la opción de servirse del buffet de ensaladas, siempre previa consulta con el</li> </ul> </li> </ol>
----------------	--

	<p>personal del comedor y bajo la condición de haber comido suficientemente su plato principal.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Además, las niñas y niños de educación infantil y primaria siguen teniendo a su disposición un bol de crudités en la mesa para servirse libremente. En el caso de las alumnas y alumnos de infantil, las educadoras pueden solicitar ensalada para quienes la deseen.</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Formación del equipo de cocina</b><ul style="list-style-type: none"><li>- Los tres cocineros del comedor han participado en una formación de cinco horas para optimizar el uso del versátil horno del comedor.</li><li>- Ya poco después de la formación, se ha observado una mejora significativa en la preparación de pescados y carnes, especialmente en términos de textura y calidad de cocción.</li></ul></li><li>• <b>Ampliación de la oferta de postres</b><ul style="list-style-type: none"><li>- Además de las opciones de postre ya existentes, dos jueves al mes se ofrece yogur natural con compota de fruta casera o trozos de fruta fresca, con el objetivo de familiarizar a los alumnos y alumnas con el sabor del yogur sin azúcar añadido.</li><li>- Los demás jueves, pueden elegir entre yogur natural y yogur de frutas. En el caso del alumnado de infantil, la elección será realizada por las familias.</li><li>- Además, una o dos veces al mes se ofrecerá macedonia de frutas casera.</li></ul></li><li>• <b>Mayor variedad en las guarniciones de hidratos de carbono para secundaria</b><ul style="list-style-type: none"><li>- A partir de diciembre, las alumnas y alumnos de secundaria podrán elegir entre dos opciones de guarnición de hidratos de carbono.</li><li>- Si esta medida tiene una buena acogida, podría ampliarse en el futuro para incluir también una variedad en las guarniciones de verduras.</li></ul></li></ul> <p>Los cambios presentados han recibido ya las primeras valoraciones positivas y se evaluarán de manera continua a lo largo del curso escolar.</p>
Referente a 2.	<p><b>Charla para padres sobre alimentación saludable y debate sobre un desayuno equilibrado</b></p> <p>Katharina presenta la idea de colaborar con el equipo de Eurest para desarrollar una charla para padres sobre alimentación saludable y equilibrada. Esta propuesta surge tras observar que muchas alumnas y alumnos que no comen en el comedor traen de casa almuerzos poco equilibrados, como sopas instantáneas, pasta sin salsas o platos precocinados, que no cubren adecuadamente sus necesidades nutricionales.</p>

El comité apoya esta iniciativa y desea seguir desarrollándola. Sin embargo, la reunión deriva en un debate intenso sobre el desayuno saludable, que ocupa el resto del tiempo disponible. Como resultado, no se logra avanzar en la planificación de la charla para padres durante este encuentro.

### **Debate sobre el desayuno saludable**

Las representantes del nivel de infantil expresan su deseo de que el colegio informe de manera más clara a las familias qué alimentos son adecuados para un desayuno saludable y cuáles no lo son. Proponen la implementación de directrices y normas más claras e incluso consideran la posibilidad de establecer restricciones para ciertos productos.

Katharina señala que la filosofía del colegio es comunicarse con las familias desde el diálogo y el respeto mutuo. Imponer prohibiciones podría interpretarse como una imposición y generar rechazo, por lo que se recomienda actuar con prudencia en este sentido.

Sin embargo, hay consenso en un aspecto clave: es fundamental fomentar la concienciación y la educación sobre alimentación saludable.

### **Próximos pasos**

Las representantes de infantil y primaria proponen que el colegio envíe una circular informativa a las familias, explicando los efectos negativos de un desayuno con alto contenido de azúcar, especialmente en relación con el rápido aumento de los niveles de glucosa en sangre y la posterior caída de insulina, lo que puede provocar una disminución en el rendimiento después de un breve periodo de hiperactividad. Además, el documento incluiría recomendaciones concretas e ideas para preparar desayunos equilibrados.

- Yanira hablará sobre esta propuesta con Annette Peters (directora de infantil).
- Juliane discutirá el tema con Iris Hartmann (directora de primaria).

En la próxima reunión, se retomará el tema para definir los siguientes pasos a seguir.

Referente  
a 3.

- Al inicio de la reunión, Juliane Flügel, quien regresa tras un año de baja por maternidad, comparte su observación positiva: ha notado un gran desarrollo en la calidad de las comidas del comedor. Destaca que la oferta de comidas veganas es ahora más variada y rica en proteínas en comparación con el año anterior. Además, subraya que los primeros platos son especialmente sabrosos y bien preparados.
- Los padres y madres presentes elogian la introducción del buffet de ensaladas, así como la incorporación de salsa de tomate casera en los platos de arroz con verduras. Consideran que estos cambios han mejorado significativamente la

	<p>aceptación de estos platos entre el alumnado. Yanira confirma esta percepción y señala que los niños y niñas ahora comen los platos de arroz con mayor facilidad gracias a la salsa añadida.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Katharina recuerda que todas las familias interesadas están invitadas a probar la comida en el comedor en cualquier momento. Solo se solicita avisar con antelación el mismo día por la mañana para poder organizarlo.</li><li>• Judith Lang transmite la sugerencia de algunos padres y madres de adelantar la encuesta anual de satisfacción escolar al final del primer semestre en lugar de realizarla al final del curso. Se considera que este cambio permitiría realizar ajustes y mejoras con mayor rapidez. Katharina se compromete a trasladar esta propuesta a Andrea Bahmann, quien se encarga de la elaboración y evaluación de la encuesta.</li><li>• Otro punto abordado en la reunión es la organización de los buffets en las fiestas escolares. Se plantea la posibilidad de reducir la cantidad de dulces ofrecidos o, en su defecto, reservarlos para la tarde en lugar de servirlos por la mañana. Se sugiere elaborar una lista de recomendaciones y propuestas para ayudar a las familias a planificar buffets más equilibrados.</li><li>• En cuanto a la etapa de Infantil, se ha decidido que, en las celebraciones de cumpleaños, se prefiera llevar pasteles caseros sencillos, preferiblemente sin azúcar añadido, en lugar de tartas con nata u otros dulces más elaborados.</li></ul>
	<p>La reunión finaliza a las 15:30 h</p>