

ANÁLISE DO MENÚ ESCOLAR DO CPI MOSTEIRO MEIS

Dentro do proxecto Xermolón quixemos analizar o menú escolar para ver si a percepción que tiñamos de que se estaba a mellorar na calidade do menú era verdade ou non. Para iso escollemos o menú do mes de Outubro de 2012, 2013, 2014 e o de 2015 e o comparamos co mes no que fixemos a análise (Abril 2016). A análise a fixemos comparando a frecuencia de aparición de diversos alimentos que nos poden indicar a idoneidade do menú en termos de saúde.

Os resultados obtidos foron os seguintes:

	Froita	Fritos	Legumes	Postre lácteo	Peixe	Pasta/ arroz	Verduras/ hortalizas	Patacas
Outubro 2012	13	12	3	6	9	12	6	12
Outubro 2013	10	12	2	8	10	10	8	9
Outubro 2014	14	14	4	7	10	12	11	13
Outubro 2015	12	11	4	5	8	8	6	9
Abril 2016	11	5	3	8	11	8	12	5

Ao rematar a análise démonos conta de que este tipo de análise é moi simple (o cal facilita a labor para poder realizalo), pero non reflicte algunhas cousas que varían a calidade do menú e por iso detallaremos algunhas a continuación:

- Substituíse o tipo de aceite utilizado por aceite de oliva virxe extra
- Aínda que o número de veces que se inclúe peixe é bastante similar, agora a maioría das veces é peixe fresco e non conxelado e, ademais, xa non hai variñas rebozadas, que poderían contarse como peixe, pero que é evidente que non ten o mesmo valor nutricional.
- A froita tamén se mantén, pero incrementouse a variedade e ademais os días que non está como sobremesa tamén se oferta para aqueles aos que non lle gusta o que hai ese día, polo que a súa presenza podería dicirse que se da todos os días.
- Tamén se incluíron froitos secos en algúns pratos e aumentouse o número de pratos ofertados.
- Por último aquí no se ve a experiencia da xornada gastronómica que enriquece o menú non só desde o aspecto saudable.