

PLA DE MENJADOR

Una alimentació saludable és una base sòlida per tenir bona salut; en particular, una alimentació correcta durant l'edat escolar permetrà créixer amb salut i respondre a les exigències escolars. Al contrari, una alimentació desequilibrada pot tenir repercussions importants sobre la salut present i futura dels joves.

El servei de menjador en un centre escolar es configura com un espai educatiu que completa l'educació en alimentació i nutrició impartida des de l'aula, i que, coherentment, exerceix un paper adequat en l'alimentació dels xiquets/es oferint menús equilibrats. L'hàbit alimentari és un acte social que implica i demana unes maneres de fer i actuar que cal treballar contínuament des de diferents àmbits: a les classes, al menjador, a casa... Cal insidir en els hàbits d'higiene, d'ordre, socials, perquè incumbeixen tothom.

- Què ofereix l'escola?

L'escola disposa d'instal·lacions adequades de cuina i de menjador, a més a més de personal preparat per oferir amb condicions òptimes el servei. Aquest servei adreçat als alumnes contempla i resol aspectes molt diversos: dietètica, menús especials, alimentació acurada, hàbits, organització horària...

Ofereix el servei de menjador a l'alumnat, que inclou el dinar i el berenar. L'alumnat de secundària té la possibilitat de fer ús del servei d'esmorzar. L'escola infantil i primer cicle de primària beuen llet, uns al matí, abans de començar les activitats, i altres a la vesprada. També els altres cursos de manera opcional.

El Pla de Menjador intenta regular i explicitar algunes d'aquestes qüestions, sobretot aquelles que són més importants:

- Organització i funcionament
- Horaris
- Normes bàsiques i conseqüències
- Funcions de les cuidadores
- Seguiment i avaluació

Aquest document ha sigut revisat i modificat. El Pla de Menjador està obert a possibles canvis i suggeriments del Claustre, del Consell Escolar, de la Comissió de Menjador (on hi ha representades totes les persones implicades en el procés: cuiners, alumnat, mestres i famílies) i de l'AMPA. Perquè en siguin coneixedors i es complequen les directrius.

ORGANITZACIÓ I FUNCIONAMENT

1. RESPONSABLES

La responsabilitat del servei recau sobre la comissió, formada per l'equip docent, pel cap de cuina i per les educadores (de manera esporàdica es convida a famílies i alumnes).

Setmanalment, ens reunim amb l'equip de neteja escolar i la cuina per valorar i avaluar com ha transcorregut la setmana i poder intervenir en cas que siga necessari, així com per transmetre la informació rellevant a les tutores de l'alumnat implicat.

S'ha establert un torn de neteja entre els i les alumnes de tercer cicle de primària i ESO per tal d'agranar i netejar les taules quan acaben de dinar. Aquests torns es gestionaran a l'aula per la tutora i seran controlats pel personal de neteja dins del menjador.

2. MENÚS

Hi ha els menús generals, programats trimestralment atenent a les estacions hivern-estiu, d'altres programats segons prescripcions mèdiques que atenen l'alumnat amb característiques alimentàries especials. A partir del menú general es fan diverses adaptacions: menú adaptat per a la classe de tres anys i per a l'etapa d'infantil, vegetarià, intolerància al gluten, intolerància a la proteïna de la vaca, al·lèrgia al fruits secs.

El servei de menjador escolar no pot atendre particularitats ni individualitats més enllà d'allò que pugui ser mèdicament prescriptiu. Intentem adaptar-nos a una realitat mèdica i alimentària determinada.

Una vegada elaborada la programació dels menús trimestrals aprovada per la comissió, aquesta s'envia a les famílies.

El règim diari d'alimentació és el següent:

Matí. Abans d'iniciar les activitats escolars, infantil (4 i 5 anys) prenen un got de llet. Els infants de 3 anys com els de primer cicle de primària ho fan a l'hora del berenar.

Migdia. Com que tot l'alumnat de l'escola fa el servei de dinar, per condicions d'espai i horari lectiu, hi ha un horari d'entrada al menjador que s'ajusta a l'horari d'acabament de les classes del matí.

Vesprada. Hi ha berenar per a tothom, que varia cada dia. A partir de 4t de primària els encarregats fan la previsió dels xiquets/es que voldran berenar, ja que per a ells/es és opcional, i fan la demanda prèviament a la cuina abans de les 15.30h.

Eixides. Els tutors avisaran al cap de cuina del dia de l'eixida, amb dues setmanes d'antelació. Per facilitar la tasca de previsió de quantitats del menú del dia i preparar la vianda d'entrepans, fruita i aigua que cal per fer l'eixida. Cal tenir en compte en aquestes ocasions les intoleràncies i al·lèrgies pel que fa a l'elaboració dels entrepans.

3. ELS HORARIS D'ENTRADA AL MENJADOR SEGONS LES ETAPES I ELS NIVELLS ESCOLA INFANTIL

- 12.15h. Els infants de 3 anys dinen a l'aula amb les dues mestres, la tutora i la mestra de suport.

- 12.30h. Entrada al menjador de l'alumnat de 4 anys.

Entrada per la porta de la cuina per passar amb la safata i recollir el dinar. Alumnat de 5 anys.

Acompanyats en l'hàbit alimentari per les mestres. A les 13.00h. s'incorporen les educadores de COVAMUR fins a les 14.40h.

PRIMÀRIA

1r: 12.45h / 2n: 12.50h / 3r: 13.00h / 4t: 13.0h / 5è: 13.15h / 6è: 13.20h

Els mestres acompanyen els alumnes en l'hàbit alimentari.

SECUNDÀRIA

1r i 2n: 13.35h / 3r i 3t: 13.30h

Els mestres acompanyen els alumnes fins a la porta de la cuina i tenen el control per tal de facilitar un bon clima dins del menjador. Hi ha una graella de distribució de responsabilitats per dies/menjades.

NORMES BÀSIQUES DE FUNCIONAMENT AL MENJADOR-CUINA

1. RENTAR-SE LES MANS ABANS DE DINAR.
2. RENTAR-SE LES MANS I LA BOCA DESPRÉS DE DINAR.
3. FER LA CUA PER ENTRAR A LA CUINA. ROMANDRE-HI SENSE EMPENTES NI CRITS.
4. ENTRAR A LA CUINA A POC A POC.
5. SEURE A LA TAULA CORRESPONENT DEL CURS, AMB LA POSTURA CORRECTA.
6. UTILITZAR CORRECTAMENT ELS COBERTS.
7. NO TIRAR MENJAR, NI DAMUNT NI DAVALL LA TAULA.
8. DEIXAR EL LLOC DE TAULA NET.
9. CAL ACABAR-SE EL MENJAR QUE HI HA A LA SAFATA.
10. CAL MENJAR LES POSTRES A LA TAULA.
11. NO ALÇAR-SE DEL LLOC SENSE MOTIU.
12. PARLAR AMB UN TO DE VEU ADEQUAT AMB ELS COMPANYS/ES DE LA TAULA.
13. NO CRIDAR NI CÓRRER AL MENJADOR.

14. DIRIGIR-SE AMB CORRECCIÓ A LES EDUCADORES DE MENJADOR.
15. EN FINALITZAR EL DINAR, CAL DEIXAR LA CADIRA AL SEU LLOC, SENSE ARROSSEGAR-LA.
16. DEIXAR LA SAFATA BUIDA, ELS COBERTS I EL GOT AL LLOC CORRESPONENT.
17. DEIXAR ELS ENVASOS DE PLÀSTIC AL CONTENIDOR DE RECICLATGE.
18. HI HA UN TEMPS MÀXIM PER DINAR DE 45min. APROFITA'L.

CONSEQÜÈNCIES DE L'INCOMPLIMENT DE NORMES

1. Una mala conducta a la cua et penalitza perdre el lloc que ocupes, passant a ser l'últim/a en entrar.
2. L'acció d'embrutar o tirar menjar et penalitza a netejar i recollir les taules corresponents a la teua classe.
3. El mal comportament a la taula et penalitza que et canvien de lloc, a la taula que considere el/la tutor/a o educadora del menjador.
4. Si hi ha reincidència de mal comportament es comunicarà al tutor/a i a les famílies (prèvia anotació a la graella d'observacions de l'equip de neteja).
5. Cal que la comunicació als tutors i a les famílies de les incidències siga ràpida.
6. Cal que la famílies s'impliquen en el Pla i accepten les normes i les conseqüències.

FUNCIONS DE LES EDUCADORES DE MENJADOR

- Vetllar per una bona educació alimentària.
- Vetllar pel bon comportament de l'alumnat.
- Vetllar per l'ordre del menjador.
- Vetllar per la higiene en tot el procés alimentari.
- Acompanyar i ajudar els xiquets/es a acabar-se tot el menjar que hi ha a la safata.
- Posar aigua als pitxers per als més grans (a partir de primer cicle de primària se serveixen autònomament) i als gots per als més menuts.
- Apuntar les incidències de l'alumnat amb actitud disruptiva i comunicar-ho a la comissió de menjador perquè ho comuniqui a les tutores.

SEGUIMENT I AVALUACIÓ

- Reunions periòdiques de la comissió de menjador, personal de cuina i educadores per avaluar el funcionament general.
- Convidar a les famílies a assistir a les reunions trimestrals que la comissió realitza de manera oberta.
- Avaluar si els acords es compleixen.
- Fer una graella amb els torns de neteja de l'alumnat.
- Fer balanç del curs escolar pel que fa a l'hàbit alimentari.

PROPOSTES DE MILLORA

1. Seguir amb el manteniment del dossier centralitzat amb la informació sobre les al·lèrgies i intoleràncies que existeixen entre el nostre alumnat
2. Afegir nous ingredients al menú vegetarià
3. Millorar el funcionament dels torns de neteja.
4. Que els alumnes de secundària (3r i 4t) es puguin servir allò que consideren.
5. Afegir aspectes pedagògics al funcionament diària del menjador.