



# SERVIZO DE COMEDOR E TEMPO DE LECER

---



Aguaceiros, 21  
15174 - Culleredo (A Coruña)

[www.andaina.gal](http://www.andaina.gal)

981 138 880

[colexio@andaina.com](mailto:colexio@andaina.com)

## COLEXIO ANDAINA



# XANTAR ESCOLAR

## OBXECTIVOS XERAIS

O obxectivo fundamental do xantar escolar é cubrir as necesidades alimenticias do alumnado.

Ofrecemos un menú de calidade e traballamos con familias e alumnado na aceptación dunha dieta saudable no xantar escolar.

É importante unha dieta saudable e tamén a cantidade de alimento que o alumnado come diariamente. Por iso entre centro e familias debemos garantir que esta alimentación sexa completa.

Ademais deste obxectivo prioritario, desenvólvense outros durante este tempo de xantar, como son:

- ✚ Desenvolver hábitos de hixiene e saúde alimenticia.
- ✚ Aprender e aceptar unha dieta equilibrada e variada.
- ✚ Aprender as habilidades e normas relacionadas co comedor.
- ✚ Fomentar a autonomía e responsabilidade.
- ✚ Potenciar a relación social nun marco diferente á aula.





## Elaboración propia

O centro dispón de instalacións e equipamento necesario para ofrecer o mellor menú escolar dándolle peso a aspectos que nos diferencian doutros comedores. Para nós é importante que o alumnado sente á mesa con pratos para comer evitando o uso de bandexas de comedor escolar.

A implicación do persoal de cociña e comedor, a experiencia profesional e a formación continua permiten disfrutar dun xantar de calidade (abundante, saudable, saborosa e nun entorno agradable).

A elaboración do menú é exclusiva no centro, incluído en pratos que habitualmente se empregan procesados nos comedores escolares, como son:

- ✚ Croquetas vexetais e de polo
- ✚ Marmeladas, batidos, patés, flanes, mousse.
- ✚ Biscoitos, turróns, panetones, filloas, rosquillas.
- ✚ Pizzas (masa de panadería), Lasañas, crepes.

## Produtos de primeira calidade

Buscamos produtos frescos, de tempada, e de provedores locais (verduras, froitas, peixe, carnes). Empregamos en exclusiva aceites de oliva virxe extra e evitamos graxas hidroxenadas ou saturadas.

*(Ver Principios de Elaboración dos Menús)*



## Formación ao equipo de cociña

- ✓ Cursos específicos para a elaboración de menús escolares.
- ✓ Curso de manipulador de alimentos.
- ✓ Formación externa do programa Ecocomedores
- ✓ Cursos sobre o sistema de control APPCC (Análise de Perigos e Puntos de Control Crítico en alimentación).
- ✓ Formación específica “cociña ao vapor” – forno industrial.
- ✓ Asesoramento continuo nutrición escolar

## Persoal cualificado en comedor

- ❖ A presenza de persoal educativo no comedor permite traballar cos mesmos valores, normas e criterios empregados nas aulas.
- ❖ Persoal especializado no ámbito de convivencia, mediación escolar, integración social, pedagogía terapéutica que ademais de intervir directamente co alumnado, ten a función de formar e asesorar ao persoal de comedores e xogos.
- ✓ Formación específica: Curso de manipulador de alimentos, formación en Primeiros auxilios, formación sobre criterios e organización do comedor e xogos, formación en Convivencia escolar.

# PRINCIPIOS EMPREGADOS NA ELABORACIÓN DO MENÚ



## Materias primas

- ✓ Alimentos frescos: verduras, peixes, carnes vermellas e brancas.
- ✓ Alimentos de temporada sempre que sexa posible, priorizando produtores locais.
- ✓ Produto ecolóxico e/ou local : verdura, ovos, froita e xeados.
- ✓ Alimentos integrais: alternando con pastas e arroces refinados.
- ✓ Aceites de oliva: virxe extra e suave.
- ✓ Fariñas de trigo, millo, espelta, garavanzo ou integral.

## Programación dos menús

- ✓ Menús estacionais:
  - Outono/inverno: predominio de pratos de culler que aporten calor.
  - Primavera/verán: comidas frescas (ensaladas, verduras, hortalizas, legumes).
- ✓ Formación proteína vexetal: un día á semana.
- ✓ Maior presenza de froitas e verduras.
- ✓ Redución carnes vermellas e maior presenza de brancas.
- ✓ Limitación racións en fritos e rebozados.
- ✓ Sobremesa: prioridade á froita fresca, logures naturais.
- ✓ Menú adaptado para intolerancias, alerxias e dietas.

## Preparación e presentación

- ✓ Peixe fresco sen espiña, manipulado e preparado no centro.
- ✓ Eliminación da graxa visible das carnes.
- ✓ Alimentos guisados, cocidos ou cociñados ao vapor.
- ✓ Elaboración propia das salsas con produto natural e local.
- ✓ Na elaboración de sopas, potaxes, guisos e peixes en salsa inclúese unha forte base de verduras ademais das visibles no prato.
- ✓ Marmelada, patés, crema de cacao, biscoitos e doces elaborados no centro.

## Proxecto Eco-comedores

Andaina participa no proxecto Ecocomedores Escolares, formado por 14 centros educativos da comarca aos que catro produtores ecolóxicos da Reserva da Biosfera Mariñas Coruñesas están subministrando as verduras para a elaboración dos menús.

### Reserva da Biosfera “Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo”

As Reservas da Biosfera son territorios que pretenden compaxinar conservación ambiental e desenvolvemento sostible. Co consumo de alimentos ecolóxicos de proximidade, non só decidimos sobre o que comemos e a saúde do alumnado, tamén sobre o modelo de distribución das materias primas, minimizando a pegada ecolóxica e axudando ao desenvolvemento socioeconómico da contorna.





TEMPO









DE



LE CER

# COMO SE DESENVOLVE O TEMPO DE XARDÍN



	<b>COMISIÓN DE LECER PRIMARIA</b>	<b>COMISIÓN COLABORA-LAB SECUNDARIA</b>
<b>QUE É ?</b>	Unha alternativa de ocio dinamizada por alumnado de Primaria que busca mellorar a convivencia no centro dinamizando os espazos e tempos de lecer no mediodía con propostas que elas/eles planifican, organizan e avalían.	Unha comunidade de aprendizaxe onde alumnado e equipo docente comparten obxectivos educativos comúns. Os docentes facilitan que o alumnado lidere proxectos audiovisuais cos que se crean recursos educativos para a mellora da convivencia que se empregarán nas aulas.
<b>OBXECTIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Facilitar a adaptación e a integración do alumnado.</li><li>▪ Facilitar a convivencia mediante a participación do alumando.</li><li>▪ Potenciar a asunción de responsabilidades na xestión de conflitos.</li><li>▪ Xerar espazos de coeducación para abordar estereotipos de xénero.</li><li>▪ Fomentar a responsabilidade no coidado e uso creativo dos espazos.</li><li>▪ Xerar espazos para promover o apoio mutuo e a axuda entre iguais.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Aumentar a implicación do alumnado no proceso de aprendizaxe.</li><li>▪ Xerar sistemas de colaboración entre alumnado e equipo docente.</li><li>▪ Desenvolver estratexias, valores e actitudes de xeito interdisciplinar a través do emprego das TIC, relacionándoas cos obxectivos do Plan de Convivencia.</li><li>▪ Aumentar a capacidade do alumnado para liderar o Plan de Convivencia e o Proxecto Educativo e Curricular vinculándoo á súa realidade e necesidades.</li><li>▪ Axudar ao alumnado a aceptar as diferenzas propias e alleas e a construír a súa identidade con dignidade.</li></ul>
<b>ACTUACIÓNS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li> Clube de lectura e Contacontos</li><li> Xogos de mesa</li><li> Liguñas deportivas</li><li> Xogos tradicionais</li><li> Ciclos de cine</li><li> Clube de música e baile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li> Elaboración de curtas: grupo de alumnado centrado na elaboración de curtas organizado segundo os seus intereses para desenvolver tarefas audiovisuais.</li><li> Presentacións e charlas: grupo de alumnado que elabora presentacións para informar á comunidade sobre temáticas que condicionan as relacións de convivencia.</li></ul>