



Dirección General de Educación
Infantil, Primaria y Especial
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN,
CIENCIA Y UNIVERSIDADES

Este documento se ha obtenido directamente del original que contenía todas las firmas auténticas y se han ocultado los datos personales protegidos y los códigos que permitirían acceder al original

A/SER-042534/2026

PLIEGO DE PRESCRIPCIONES TÉCNICAS

TÍTULO: *SERVICIO DE COMIDA TRANSPORTADA EN CALIENTE (CATERING) EN LA ESCUELA INFANTIL “EL TOMILLAR” DE TORRELODONES, ADSCRITA A LA DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN INFANTIL, PRIMARIA Y ESPECIAL*

Índice

PRIMERA.- OBJETO	2
SEGUNDA.- CALENDARIO Y HORARIO DE LA PRESTACIÓN	2
TERCERA.- LUGAR DE PRESTACIÓN DEL SERVICIO	2
CUARTA.- MATERIAS PRIMAS.....	2
QUINTA.- CENTRO DE PRODUCCIÓN O COCINA CENTRAL	3
SEXTA. CARACTERÍSTICAS Y ELABORACIÓN DE LOS MENÚS	3
6.1.- REQUISITOS NUTRICIONALES	3
6.2.- COMPOSICIÓN DE LOS MENÚS	4
6.3.- VARIEDAD DE LOS MENÚS.....	6
6.4.- DIETAS ESPECIALES	7
6.5.- OTROS REQUISITOS DE ELABORACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS MENÚS	8
SÉPTIMA.- TRANSPORTE Y DISTRIBUCIÓN DE LOS MENÚS	8
OCTAVA.- PROGRAMACIÓN DE MENÚS E INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS.....	9
NOVENA.- FACTURACIÓN Y RÉGIMEN DE ALTAS Y BAJAS.....	9
DÉCIMA.- REQUISITOS HIGIÉNICO-SANITARIOS Y DE SEGURIDAD ALIMENTARIA	9
UNDÉCIMA.- RESPONSABILIDAD DEL CONTRATISTA POR DAÑOS Y PERJUICIOS.....	10
DUODÉCIMA.- SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL E INTOXICACIÓN ALIMENTARIA	10
ANEXO I-A: INGESTAS DIARIAS RECOMENDADAS DE ENERGÍA Y NUTRIENTES PARA EL GRUPO DE EDAD DE 1 A 3 AÑOS	11
ANEXO I- B : INGESTAS DIARIAS RECOMENDADAS DE ENERGÍA Y NUTRIENTES PARA NIÑOS ESPAÑOLES	12
ANEXO II: FUENTES ALIMENTARIAS DE NUTRIENTES	13
ANEXO III: INDICACIONES EN RELACIÓN A LA FRECUENCIA Y VARIEDAD DE LOS ALIMENTOS	14
ANEXO IV: FRECUENCIAS Y PESOS ORIENTATIVOS DE RACIONES EN FUNCIÓN DE LA EDAD	16

PRIMERA.- OBJETO

- 1.1 El presente pliego tiene por objeto definir las prescripciones técnicas que regirán la prestación del servicio de catering para el suministro de la comida de mediodía en la Escuela Infantil «El Tomillar», de Torreldones.
- 1.2 La empresa adjudicataria será responsable de la elaboración, envasado, transporte, entrega y, en su caso, conservación de los alimentos suministrados para el comedor escolar, garantizando el cumplimiento de la normativa vigente en materia de seguridad alimentaria, higiene sanitaria y calidad de los alimentos.
- 1.3 La atención y asistencia a los comensales, la distribución de las comidas, la recogida y limpieza posterior, así como el lavado de la vajilla, serán realizados por personal propio de la escuela infantil. La vajilla y los equipos de lavado serán los disponibles en el centro.

SEGUNDA.- CALENDARIO Y HORARIO DE LA PRESTACIÓN

El servicio se prestará todos los días lectivos del calendario escolar aprobado por la Consejería de Educación, Ciencia y Universidades para los centros de primer ciclo de Educación Infantil de la Comunidad Autónoma de Madrid a partir del 11 de enero de 2027 o desde la fecha de la formalización del contrato en el caso de que ésta sea posterior, hasta el 30 de julio de 2027.

La entrega de las comidas deberá realizarse **diariamente** y con la antelación suficiente para garantizar el correcto funcionamiento del comedor escolar, no pudiendo efectuarse con posterioridad a las 11:30 horas.

El adjudicatario deberá adaptar la prestación del servicio a las modificaciones que puedan producirse en el calendario escolar oficial durante la vigencia del contrato.

TERCERA.- LUGAR DE PRESTACIÓN DEL SERVICIO

La entrega de los menús objeto del contrato se realizará en las dependencias destinadas a este fin en la Escuela Infantil Municipal “El Tomillar”, situado en la calle carretera Torreldones 25, Torreldones (28250).

Los menús serán entregados **diariamente** en los dos puntos de entrega existentes en el centro: uno para los menús de los alumnos del primer ciclo (0-3 años) y otro para el resto de menús. El centro tendrá una persona destinada a recepcionar los menús.

CUARTA.- MATERIAS PRIMAS

Corresponderá al adjudicatario la gestión integral del aprovisionamiento de materias primas, productos alimenticios, bebidas, envases, consumibles y demás elementos necesarios para la correcta ejecución del contrato.

El adjudicatario será responsable de la selección, adquisición, recepción, almacenamiento y control de los suministros empleados en la prestación del servicio, garantizando en todo momento su trazabilidad, calidad y adecuación a la normativa vigente en materia de seguridad alimentaria.

Todos los gastos derivados de la adquisición de materias primas y demás suministros necesarios para la ejecución del contrato serán de cuenta exclusiva del adjudicatario, incluyendo el pago a proveedores y cualesquiera costes asociados al aprovisionamiento.

La empresa adjudicataria presentará a la Dirección del centro, al inicio del contrato, la relación de sus suministradores.

QUINTA.- CENTRO DE PRODUCCIÓN O COCINA CENTRAL

El adjudicatario deberá disponer de un centro de producción o cocina central debidamente autorizado e inscrito en los registros sanitarios que resulten preceptivos para el ejercicio de la actividad objeto del contrato.

A efectos de garantizar la adecuada prestación del servicio, el licitador deberá acreditar la disponibilidad del centro de producción, su capacidad operativa y productiva, así como su idoneidad para la elaboración de menús destinados a comedores escolares, indicando expresamente el volumen máximo de producción y los medios materiales y humanos adscritos al servicio.

Asimismo, el adjudicatario deberá tener implantado y mantener permanentemente actualizado un sistema de autocontrol basado en los principios del Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico (APPCC), incluyendo, como mínimo, los correspondientes Programas de Prerrequisitos o Planes Generales de Higiene, de conformidad con la normativa vigente en materia de higiene y seguridad alimentaria.

La documentación acreditativa de dichas autorizaciones, registros y sistemas de control deberá mantenerse a disposición de la Consejería de Educación, Ciencia y Universidades durante toda la vigencia del contrato.

SEXTA. CARACTERÍSTICAS Y ELABORACIÓN DE LOS MENÚS

6.1.- REQUISITOS NUTRICIONALES

Las comidas servidas deberán ser equilibradas y adaptadas a las necesidades nutricionales de cada grupo de edad. Para ello, deberán ser supervisadas por profesionales con formación acreditada en nutrición humana y dietética.

Los menús incluirán un equilibrio en el aporte calórico de los macronutrientes, con predominio de los hidratos de carbono, así como el uso, de forma equilibrada, de diferentes técnicas culinarias y procedimientos que salvaguarden el valor nutricional de los alimentos.

Para el alumnado de uno a tres años, la comida de mediodía deberá aportar, con carácter orientativo, entre el 30 % y el 35 % de la ingesta energética diaria de referencia. Para menores de doce meses, la composición, textura, frecuencia y progresión de los alimentos se ajustarán a las indicaciones individualizadas del pediatra y a la información facilitada por la familia y el centro.

La contribución de los distintos macronutrientes al total de la energía suministrada por el menú deberá encontrarse entre los siguientes márgenes:

- Proteínas: 12-15%
- Lípidos: 30-35%
- Hidratos de carbono: Resto

Los cálculos nutricionales no deberán incluir la valoración de la leche como complemento. La energía aportada por el menú (375-438 kcal), no contemplará el valor nutricional de la leche.

En relación con la contribución a la energía de las distintas familias de ácidos grasos, el menú deberá contener del 7-8% de la energía aportada por los ácidos grasos saturados.

Las ingestas recomendadas de micronutrientes -minerales y vitaminas-, de acuerdo con la Tabla que se incluye como **Anexo I-A y I-B**, se calcularán sobre un plazo de 15 días, procurando el consumo diario de alimentos de todos los grupos, de forma que se asegure un buen aporte diario medio (15 días) de micronutrientes. Sin embargo, en cuanto a la energía, hidratos de carbono, lípidos y proteína, deben mantenerse regularmente en los niveles recomendados para cada día.

Los menús tratarán de diseñarse teniendo en cuenta la cantidad de nutriente por unidad de energía, de forma que lo que aporten sea suficiente para hacer frente a las necesidades de minerales y vitaminas del grupo de edad y sexo con menor necesidad energética, fundamentalmente en proteínas, minerales como el calcio y el hierro y algunas vitaminas (vitamina D).

En el **Anexo II** se recogen algunas de las fuentes alimentarias de nutrientes más importantes, de acuerdo con los hábitos alimentarios españoles.

6.2.- COMPOSICIÓN DE LOS MENÚS

Los menús estarán compuestos por un primer plato, un segundo plato con guarnición, postre, pan y agua.

Los menús destinados al alumnado de cero a doce meses se ajustarán a las recomendaciones pediátricas y respetarán la introducción gradual de alimentos conforme a la edad y situación de cada menor. A tal efecto, la empresa adjudicataria se coordinará con la persona designada por la escuela infantil para planificar y efectuar el seguimiento de dichos menús.

El tamaño de ración a servir, según la edad del comensal, se ajustará en la medida de lo posible a lo indicado en la Guía de la alimentación saludable para atención primaria y colectivos ciudadanos de la

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) en la cual se incluye un tamaño orientativo de raciones para población escolar (**Anexo IV**).

Los menús deberán incluir diariamente alimentos de los siguientes grupos:

- **Verduras y hortalizas** (frescas o congeladas): judías verdes, acelgas, espinacas, tomate, lechuga, cebolla, calabacín, zanahorias, pimiento, pepino, alcachofas, berenjena, coles, coliflor, etc.
- **Alimentos ricos en hidratos de carbono complejos**: arroz, pasta (macarrones, espaguetis, fideos, cuscús etc. preferentemente integrales), quínoa, legumbres (judías, garbanzos, lentejas, soja, etc.) y patatas, boniatos, etc.
- **Carnes** (vacuno, pollo, cerdo, cordero, pavo, conejo, etc.) seleccionando los cortes magros, **pescados** (fresco o congelado) y **huevos**.
- **Frutas frescas**: cítricos, plátano, pera, manzana, fresas, uvas, cerezas, melocotón, albaricoque, piña, kiwi, níspero, melón, sandía, etc.

Los menús se elaborarán según el siguiente patrón:

a) Primeros platos:

- 1.º Hortalizas: de una a dos raciones por semana.
- 2.º Legumbres: de una a dos raciones por semana.
- 3.º Arroz: una ración por semana.
- 4.º Pasta: una ración por semana.

b) Segundos platos:

- 1.º Pescados: de una a tres raciones por semana.
- 2.º Huevos: de una a dos raciones por semana.
- 3.º Carnes: máximo tres raciones a la semana. Máximo una ración de carne roja a la semana. Máximo dos raciones de carne procesada al mes.
- 4.º Platos cuya base sean alimentos que aporten proteína de origen vegetal: de una a cinco raciones por semana. En aquellos centros educativos que realicen una oferta de menú vegetariano, los cinco segundos platos se basarán en alimentos que aporten exclusivamente proteína vegetal.

c) Guarniciones:

- 1.º Ensaladas variadas: de tres a cuatro raciones por semana.
- 2.º Otras guarniciones (patatas, hortalizas, legumbres): de una a dos raciones por semana.

Se primarán las ensaladas y guarnición de verdura fresca, frente a otras formas de presentación.

d) Postres:

- 1.º Frutas frescas: de cuatro a cinco raciones por semana.

2.º Otros postres, preferentemente yogur y cuajada sin azúcar añadido, queso fresco: máximo una vez a la semana.

Otros requisitos:

- a) Agua como única bebida. Se garantizará la presencia de agua de consumo como única bebida, salvo que no sea posible debido a las condiciones del suministro.
- b) Se priorizará el pescado azul y blanco de forma alterna y se podrán incluir crustáceos y moluscos. Deben evitarse las especies de pescado con alto contenido de mercurio tales como el pez espada/emperador, atún rojo, tiburón (cazón, marrajo, mielgas, pintarroja y tintorera) y lucio.
- c) Se primarán las ensaladas y guarnición de verdura fresca, frente a otras formas de presentación.
- d) Se prohibirá el consumo de frutos secos enteros en los menores de 6 años por el riesgo de asfixia.
- e) Las frituras se limitarán como máximo a una ración por semana.
- f) El consumo de platos precocinados tales como pizzas, canelones, croquetas, empanadillas, pescados o carnes rebozadas, análogos vegetales, entre otros, se limitará como máximo a una ración al mes.
- g) Utilización de sal yodada, de forma reducida.
- h) Se limitará en las elaboraciones el uso de concentrados de caldo u otros potenciadores del sabor y, en el caso de usarse, se utilizarán las opciones existentes en el mercado con un 25 % reducido en sal
- i) Se dará prioridad a utilizar técnicas culinarias más saludables como horno, vapor, hervido, plancha, sofritos y salsas de tomate, frente a otras como frituras, rebozados, y preparaciones con otras salsas.
- j) El aceite utilizado para aliñar las ensaladas será aceite de oliva virgen o virgen extra y para cocinar y freír se utilizará preferentemente aceite de oliva o aceite de girasol alto oleico.

6.3.- VARIEDAD DE LOS MENÚS

A la hora de elaborar los menús deben seguirse las indicaciones recogidas en el Anexo III en relación a la frecuencia y variedad de los alimentos.

El diseño de las dietas debe adaptarse a un modelo que contenga la mayor variedad posible de alimentos, haciendo especial hincapié en alimentos vegetales: frutas, verduras, y hortalizas, limitando los alimentos con mayor valor energético pero escaso contenido en nutrientes.

El criterio en la variedad de los menús debe contemplar, además de variedad en los alimentos, la de sus formas de elaboración, diversificando los procesos culinarios (hervidos, plancha, fritos, estofados, etc.) y de presentación.

Se debe especificar claramente el ingrediente principal de cada receta de manera que no genere dudas en cuanto a la interpretación, además de la técnica culinaria empleada (frito, asado, rebozado, salteado, etc.). Por ejemplo, la forma correcta de indicar un plato será “Merluza al horno con patatas asadas”, nunca “Pescado con patatas”. Igualmente se realizará en el caso de las guarniciones (“ensalada de lechuga, tomate y zanahoria” en lugar de “ensalada, ensalada verde,” y en el tipo de postre a servir (“yogur” en lugar de “lácteo”).

Para el caso de la fruta como postre, preferiblemente se deberá indicar a qué fruta se refiere (nunca menos de 4 tipos semanales). Siempre deberán aparecer los tipos de fruta que componen el ciclo mensual utilizando preferentemente fruta de temporada.

6.4.- DIETAS ESPECIALES

1. La escuela infantil deberá disponer de menús especiales para el alumnado con diagnóstico médico de alergias o intolerancias alimentarias u otras enfermedades que así lo soliciten y que, mediante el correspondiente certificado médico, acredite ante el consejo escolar del centro la imposibilidad de ingerir determinados alimentos que perjudiquen a su salud. La empresa que presta el servicio de comedor estará obligada a suministrar menús específicos acordes con las correspondientes patologías.

Se deberán introducir las oportunas modificaciones para suministrar un menú adaptado a la correspondiente patología, considerando que sea lo más parecido al resto de los comensales, tanto en tipo de alimento como en cantidad, con la excepción de aquellos ingredientes o componentes dañinos para la salud del niño/a.

Se debe mantener la estructura de menú basal e introducir en la elaboración de los platos para necesidades nutricionales especiales productos específicos como ejemplo: pasta sin gluten para celíacos, yogur de soja para intolerantes a la lactosa...

2. La escuela infantil deberá disponer de menús especiales para el alumnado que lo requiera, por motivos éticos o religiosos.
3. Cuando las condiciones organizativas no permitan cumplir las garantías exigidas para la elaboración de los menús especiales descritos en los apartados 1 y 2, o el coste adicional de dichas elaboraciones resulte inasumible, se facilitarán a los alumnos los medios de refrigeración y calentamiento adecuados, de uso exclusivo para estas comidas, para que pueda conservarse y consumirse el menú especial proporcionado por la familia.

PROCEDIMIENTO A SEGUIR EN LA ELABORACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS MENÚS ESPECIALES

1. Al inicio del contrato, la empresa recibirá información sobre el número de menús especiales que deben proporcionarse, con información detallada sobre los ingredientes que no pueden utilizarse en cada uno de ellos.
2. Una vez elaborado, cada menú especial deberá identificarse mediante una etiqueta individualizada, claramente visible y resistente a la manipulación.
La etiqueta incluirá, al menos, la siguiente información:
 - Tipo de menú especial.
 - Alérgeno o alimento excluido
3. La identificación deberá permanecer visible durante todas las fases de almacenamiento, transporte y servicio.
4. Los menús especiales se almacenarán separados del resto de comidas para evitar contaminaciones accidentales.

6.5.- OTROS REQUISITOS DE ELABORACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS MENÚS

Se deberá tener en cuenta las pérdidas nutricionales por procesado de los alimentos con el fin de minimizarlas, así como las técnicas culinarias que conservan mejor los nutrientes. A este respecto, se deberá indicar el tiempo empleado desde la elaboración del menú hasta su servicio, estando principalmente implicada la forma de distribución de las comidas.

Los menús a servir deberán cumplir las recomendaciones necesarias para proporcionar una comida agradable y completa:

- Preparar raciones, texturas y gramajes adecuados en función de la edad.
- Presentar los platos de forma atractiva al comensal.
- Confeccionar menús que presenten una adecuada calidad organoléptica (color, olor, sabor, aspecto y consistencia)

SÉPTIMA.- TRANSPORTE Y DISTRIBUCIÓN DE LOS MENÚS

El adjudicatario será responsable del transporte y distribución de las comidas hasta las instalaciones de la Escuela Infantil El Tomillar, garantizando que los alimentos lleguen en perfectas condiciones de consumo y dentro de los horarios establecidos.

El transporte deberá realizarse mediante vehículos y contenedores autorizados para el transporte de alimentos, asegurando el mantenimiento de las condiciones higiénico-sanitarias y de las temperaturas reglamentariamente exigibles durante todo el proceso de distribución.

El adjudicatario garantizará que las comidas suministradas se correspondan con los menús programados y que lleguen a su destino con las cantidades previstas, la calidad requerida y en condiciones óptimas de seguridad alimentaria.

Asimismo, será responsable de adoptar las medidas necesarias para evitar retrasos, incidencias o interrupciones en la prestación del servicio, disponiendo de los medios personales y materiales suficientes para asegurar su correcta ejecución.

OCTAVA.- PROGRAMACIÓN DE MENÚS E INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS

La empresa adjudicataria se compromete a presentar a la Dirección del centro para su traslado al Consejo Escolar, la programación mensual, por tramos semanales o quincenales, de los menús de comida diarios, cuya composición y variedad, equilibrio energético y nutricional, presentación y calidad sea acorde con las prescripciones del presente pliego, y por tanto, configure una comida completa y equilibrada.

Los menús servidos serán diseñados y supervisados por una persona con formación acreditada y específica en Nutrición Humana y Dietética (Diplomado o Graduado en Nutrición Humana y Dietética) tal como se indica en la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición de manera que se garantice que sean variados, equilibrados y adaptados a las necesidades nutricionales de cada grupo de edad y en consonancia con las recomendaciones nutricionales incluidas en los anexos I-A y I-B.

La dirección del centro podrá realizar propuestas y sugerencias a dicha programación mensual, siempre que dichas sugerencias se realicen con antelación suficiente para posibilitar su aplicación, no comprometan la variedad y el equilibrio nutricional del menú y, en todo caso, sean realizadas antes de que dicha programación mensual se distribuya a las familias.

La información elaborada para distribuir a las familias deberá incluir el nombre de los platos, la técnica culinaria de elaboración, los tipos de salsas y guarniciones y el listado de alérgenos presentes en cada uno de los platos. Respecto de los postres, se indicará también la variedad en el caso de las frutas o el tipo de lácteo. También deberá contener orientaciones con menús adecuados para que la cena sea complementaria con el menú del mediodía, de acuerdo con las recomendaciones dietéticas vigentes de las autoridades sanitarias.

NOVENA.- FACTURACIÓN Y RÉGIMEN DE ALTAS Y BAJAS

En la primera semana de cada mes, la empresa cotejará con la dirección del centro el número de usuarios del comedor escolar en el mes anterior.

Para atender las demandas de posibles incidencias ocasionales de las familias, la empresa se compromete a servir con un aviso diario de 3 horas antes del comienzo del servicio, un número de menús superior al contratado siempre que no exceda de un 5%.

Baja temporal de usuarios en el comedor escolar: en el supuesto de inasistencia de algún comensal por un período igual o superior a siete días lectivos consecutivos únicamente deberá facturarse se el 50% de la minuta diaria de ese comensal.

DÉCIMA.- REQUISITOS HIGIÉNICO-SANITARIOS Y DE SEGURIDAD ALIMENTARIA

La empresa adjudicataria cumplirá, durante toda la ejecución del contrato, la normativa vigente en materia de seguridad alimentaria, higiene, información alimentaria y restauración colectiva, en

particular el Reglamento (CE) n.º 178/2002, el Reglamento (CE) n.º 852/2004, la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, el Real Decreto 1021/2002, de 13 de diciembre, y el Real Decreto 191/2011, de 18 de febrero, así como la restante normativa europea, estatal y autonómica que resulte aplicable.

Asimismo, deberá observar las disposiciones específicas aplicables a la elaboración, conservación y servicio de alimentos que contengan huevo y a cualquier otra preparación sometida a requisitos sanitarios particulares.

Todas las materias primas utilizadas en la elaboración de los menús, deberán cumplir las condiciones higiénico-sanitarias de calidad y pureza estipuladas en las normas que regulan dicha materia, así como las condiciones de los medios empleados en su transporte.

Asimismo, se deberá efectuar un correcto almacenamiento y método de conservación tanto de las materias primas como de las comidas ya elaboradas.

La empresa deberá mantener su inscripción en los registros sanitarios que resulten exigibles y garantizar la trazabilidad de los alimentos. La información sobre alérgenos se facilitará de forma clara, exacta y actualizada, conforme al Reglamento (UE) n.º 1169/2011 y demás normativa aplicable, adoptándose medidas específicas para evitar contaminaciones cruzadas.

La adjudicataria conservará comidas testigo representativas de las preparaciones servidas diariamente, en cantidad, condiciones y durante el plazo establecidos en la normativa vigente, debidamente identificadas y disponibles para la autoridad sanitaria.

UNDÉCIMA.- RESPONSABILIDAD DEL CONTRATISTA POR DAÑOS Y PERJUICIOS

El contratista será responsable de los daños y perjuicios que se causen a terceros como consecuencia de las operaciones necesarias para la ejecución del contrato, en los términos previstos en el artículo 196 de la Ley 9/2017, de 8 de noviembre, de Contratos del Sector Público, sin perjuicio de los demás supuestos de responsabilidad previstos en el contrato y en el ordenamiento jurídico.

DUODÉCIMA.- SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL E INTOXICACIÓN ALIMENTARIA

Antes del inicio de la prestación, la empresa adjudicataria deberá aportar copia de la póliza y del recibo vigente de un seguro de responsabilidad civil que cubra expresamente los riesgos derivados de la elaboración, transporte y suministro de comidas a comedores escolares, incluida la intoxicación alimentaria. La cobertura deberá mantenerse vigente durante todo el plazo de ejecución del contrato.

El límite mínimo de indemnización será de 60.000 euros por siniestro, sin perjuicio de que el pliego de cláusulas administrativas particulares establezca una cobertura superior.

EL DIRECTOR GENERAL DE EDUCACIÓN
INFANTIL, PRIMARIA Y ESPECIAL

Firmado digitalmente por: MARTIN BLASCO JOSE IGNACIO
Fecha: 2026.09.28 14:18

ANEXO I-A: INGESTAS DIARIAS RECOMENDADAS DE ENERGÍA Y NUTRIENTES PARA EL GRUPO DE EDAD DE 1 A 3 AÑOS

Los valores se indican en unidades/día, según se recoge en las siguientes tablas.

EDAD	Energía	Proteínas	Ca	Fe	Zn	Mg
Niños y niñas	(Kcal)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
1 a 3 años	1.250	23	600	7	10	125

EDAD	Vit B ₁ (Tiamina)	Vit B ₂ (Riboflavina)	Eq. Niacina	Vit B ₆	Folato	Vit B ₁₂	Vit C
Niños y niñas	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(µg)	(µg)	(mg)
1 a 3 años	0,5	0,8	8	0,7	100	0,9	55

EDAD	Vit A: Eq. Retinol	Vitamina D	Vitamina E	Vitamina K
Niños y niñas	(µg)	(µg)	(µg)	(µg)
1 a 3 años	300	15	6	30

ANEXO I- B : INGESTAS DIARIAS RECOMENDADAS DE ENERGÍA Y NUTRIENTES PARA NIÑOS ESPAÑOLES

EDAD	ENERGÍA	PROTEÍNA	Ca	Fe	Zn	Mg
Niños y niñas	(Kcal)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
1-3	1.250	23	600	7	10	125
4-5	1.700	30	700	9	10	200

EDAD	Vit B ₁	Vit B ₂	Eq. Niacina	Vit B ₆	Folato	Vit B ₁₂	Vit C
Niños y niñas	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(mg)
1-3	0,5	0,8	8	0,7	100	0,9	55
4-5	0,7	1	11	1,1	200	1,5	55

EDAD	Vit A: Eq. Retinol	Vit D	Vit E	Vitamina K
Niños y niñas	(μg)	(μg)	(μg)	(μg)
1-3	300	15	6	30
4-5	300	15	7	55

ANEXO II: FUENTES ALIMENTARIAS DE NUTRIENTES

Proteínas	• Huevos, carnes rojas y blancas, aves, pescados, crustáceos, moluscos. • Legumbres: lentejas, garbanzos, judías. • Leche y productos lácteos. • Frutos secos.
Hidratos de carbono complejos	• Pan, pan integral. • Cereales de desayuno, muesli, copos de avena, etc. • Patatas, arroz, arroz integral, sémola, tapioca, maíz, pasta, pasta integral. • Legumbres: lentejas, garbanzos, judías, habas, guisantes.
Ácidos grasos saturados	• Carnes rojas. • Coco fresco. • Bollería (ensaimada, suizo, cruasán, etc.). • Yogur, quesos y lácteos
Ácidos grasos monoinsaturados	• Aceite de oliva. • Aceitunas. • Aguacate.
Ácidos grasos poliinsaturados	• Pescado azul • Aceite de girasol, soja y maíz • Frutos secos • Aceite de cacahuete
Calcio	• Leche y productos lácteos. • Pescados pequeños consumidos enteros.
Hierro	• Carnes rojas, embutidos. • Vísceras: hígado de cerdo y ternera. • Crustáceos y moluscos. • Pescados. • Leguminosas.
Fibra	• Legumbres: alubias, judías, habas, garbanzos, lentejas • Verduras y hortalizas: judías verdes, tomates, alcachofas, pimientos, zanahorias, cebollas, lechuga, espinacas, etc. • Frutas: naranja, manzana, pera, plátano, fresas, cerezas, melón, melocotón, albaricoque, etc. • Cereales integrales. • Arroz integral.
Vitaminas Hidrosolubles	• Frutas y verduras. • Leche y productos lácteos.
Vitaminas liposolubles	• Leche y productos lácteos. • Pescados grasos. • Aceites vegetales. • Huevos.

Fuente: Adaptado de Martínez y Beltrán de Miguel, 2012. Anexo 2. Fuentes Alimentarias de nutrientes y otros componentes, expresados por porciones estándar, raciones habituales de consumo o medidas caseras. Manual práctico de Nutrición y Salud.

ANEXO III: INDICACIONES EN RELACIÓN A LA FRECUENCIA Y VARIEDAD DE LOS ALIMENTOS

Alimentos/ Grupos de alimentos	Frecuencias Raciones recomendadas diarias/ semanales (5 días) / mensuales (20 días lectivos)	Especificaciones
Fruta fresca	4-5 raciones/semana	
Verduras y hortalizas	1-2 raciones/semana como plato principal 3-4 raciones/semana como guarnición	Se primarán las ensaladas y guarnición de verdura fresca, frente a otras formas de presentación
Legumbres, arroz, pasta, patatas, maíz, etc.	3-4 raciones a la semana como plato principal 1-2 raciones a la semana como guarnición	Legumbres: 1 a 2 raciones a la semana como primer plato o plato principal. Arroz : 1 ración por semana como primer plato. Pasta: 1 ración por semana como primer plato. (Alternando entre ambos) <i>Otros alimentos ricos en hidratos de carbono: pudiendo sustituir el arroz y la pasta por algún alimento de este grupo una vez a la semana como primer plato.</i>
Carnes	Máximo 3 raciones a la semana y no más de 8 raciones al mes.	· Carnes magras: 1-2 raciones semanales · Carnes rojas de cortes magros: 0-1 raciones semanales. Máximo 3 raciones al mes · Carnes procesadas: 0-1 raciones semanales. Máximo 2 raciones al mes
Pescado (blancos y azules) y mariscos	1-3 raciones semanales	Pescado azul: al menos 3 raciones al mes
Huevos	1-2 raciones/semana	

Alimentos proteicos de origen vegetal	1-5 raciones semanales	
Lácteos (yogur o cuajada, preferiblemente sin azúcar o queso fresco, requesón)	0-1 ración/semana	
Leche	Complemento	
Pan	1 ración/día	
Agua	Diaria	
Precocinados (pizza, varitas de merluza, empanadillas, nuggets, croquetas...)	Máximo 1 ración/mes	
Fritos, rebozados, empanados	Máximo 1 ración/semana	

ANEXO IV: FRECUENCIAS Y PESOS ORIENTATIVOS DE RACIONES EN FUNCIÓN DE LA EDAD

GRUPO DE ALIMENTOS	NIÑOS/AS	
	Frecuencia	Peso
Agua	4-6 raciones/día*	100-200 ml
Cereales, patatas, leguminosas tiernas y otros ^a	4-6 raciones/día**	20-40 g de pan 50-60 g de arroz o pasta 20 g de cereales de desayuno ^b 100-150 g de patatas
Frutas	3-4 raciones/día	80-150 g
Verduras y hortalizas	2-3 raciones/día	120-150 g
Aceite de oliva virgen extra	3-4 raciones/día**	10 ml
Lácteos ^b	3 raciones/día	150-220 ml de leche 125 g de yogur 20-40 g de queso curado/ semicurado 60-80 g queso fresco
Pescados y mariscos ^c	3-4 raciones/semana	50-100 g
Carnes blancas	3 raciones/semana	50-100 g
Huevos	3 raciones/semana	50-65 g
Legumbres	Al menos 2-4 raciones/semana	30-60 g
Frutos secos ^d	3-7 raciones/semana	15-20 g
Carnes rojas, procesadas y embutidos Grasas untables Azúcar y productos azucarados Sal y snacks salados Bollería, pastelería, productos azucarados, chucherías y helados	Consumo opcional, ocasional y moderado, en el marco de un estilo de vida saludable y activo	
Bebidas alcohólicas fermentadas ^e	EXCLUIDO SU CONSUMO	
Suplementos dietéticos o farmacológicos, nutracéuticos y alimentos funcionales	Recurso opcional a considerar en caso de necesidades especiales mediante consejo dietético profesional individualizado	

En el caso de adultos mayores y ancianos ajustar la frecuencia y el tamaño de las raciones a la situación funcional y de salud. Reducción individualizada del tamaño de las raciones.

* En función de la actividad física, aumento de la temperatura o humedad ambiental, fiebre o pérdida de líquidos.

** El aporte energético a partir de este grupo de alimentos se debe ajustar al grado de actividad física.

a) Preferiblemente de grano entero y/o integrales. b) Priorizando las preparaciones bajas en grasa y sin azúcares añadidos. c) 1 ración de pescado azul a la semana.

d) Preferentemente crudos o ligeramente tostados y sin azúcar, sal y/o grasas añadidas. e) Consumo opcional, moderado y responsable en adultos.

Fuente: SENC, 2018. Guía de la alimentación saludable para atención primaria y colectivos ciudadanos.