



Informe

Mengem Territori

**Percepción de las familias sobre los comedores
escolares y la alimentación infantil**



CODiNuCoVa
Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas
de la Comunitat Valenciana

Índice

Principales cifras del informe

Introducción

Contenidos:

- 1. Los comedores escolares, un espacio clave para la salud infantil**
 - a. Interés de las familias usuarias de comedor escolar
 - b. ¿Qué valoran más las familias del comedor escolar?
 - c. Aspectos a mejorar
 - d. Introducción de nuevos alimentos
 - e. ¿Comen suficiente en el comedor escolar?
 - f. Consulta y utilidad del menú escolar
 - g. Valoración global del comedor escolar
 - h. Principales datos del bloque
- 2. Opinión sobre el Real Decreto de comedores escolares**
 - a. Conocimiento de las familias a cerca del Real Decreto 315/2025
 - b. Respaldo de las familias a las medidas del nuevo modelo de comedor escolar
 - c. Las medidas con mayor consenso
 - d. Nutricionistas y comedores
- 3. Percepción de la alimentación de los hijos en el hogar**
- 4. Necesidades de las familias**
 - a. Dificultad a la hora de mantener hábitos saludables
 - b. Barreras para mantener una alimentación saludable
 - c. Principales necesidades de las familias
 - d. Preocupación por la alimentación de los hijos
 - e. Principales datos del bloque
- 5. Información de la muestra**

Mengem Territori

Principales cifras

Opinión sobre los comedores escolares

65%

Familias utiliza el
comedor escolar

9 de cada 10 familias



apoya introducir alimentos
menos habituales en el
comedor escolar

6,8

Nota media del
servicio de comedor
escolar

Las familias valoran razonablemente bien el comedor escolar, pero consideran que aún **hay margen de mejora en la calidad de los alimentos**

9 de cada 10 familias



consideran que la **presencia de un dietista-nutricionista en los centros educativos sería beneficiosa**

Opinión sobre el nuevo Real Decreto de comedores escolares

8 de cada 10 participantes



apoyan la evolución hacia un **modelo de comedor escolar más saludable y sostenible**

Medidas con
**mayor
consenso**

97%

considera importante
**incorporar productos
de proximidad** en los
menús escolares

92%

apoya **aumentar la
presencia de
legumbres**

83%

está a favor de
incorporar **alimentos
de producción
ecológica**

65%

considera positiva la
**reducción de la
presencia de carne**
en los menús

Percepción de la alimentación de los hijos en el hogar

26%

afirma que sus hijos tienen **dificultades** para probar alimentos nuevos

30%

Cree que sus hijos/as **consumen menos frutas, verduras y legumbres** de las recomendadas

21%

considera elevado el **consumo de** alimentos **ultraprocesados**

Barreras para implementar hábitos saludables en el hogar



Falta de tiempo para planificar y cocinar



Evitar conflictos durante las comidas



Rechazo de los niños/as a **probar** alimentos nuevos

La encuesta apunta a un problema de conciliación, organización familiar y gestión del comportamiento infantil durante las comidas y no tanto a un problema de recursos económicos

Valoración de las familias sobre la alimentación en su hogar

1 de cada 5 familias



sigue preparando **comidas distintas** para los niños

65%

considera que **existe** margen de mejora en la alimentación de sus hijos/as

79%

considera **difícil** mantener hábitos saludables en sus hijos/as

Las familias no solo quieren que sus hijos coman bien hoy, sino que aprendan a **mantener hábitos saludables** cuando sean adultos.

Introducción

El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa) ha elaborado el **informe *Mengem Territori*** (Edición 2026) un **análisis sobre la percepción de las familias acerca de los comedores escolares, la alimentación infantil y el papel de la escuela en la promoción de hábitos saludables.**

Este documento se enmarca en el proyecto *Mengem Territori*, una iniciativa de Educación Alimentaria impulsada por el CODiNuCoVa que ha acercado la Nutrición a más de 1.400 alumnos y alumnas de Educación Primaria en el curso 2025-26. A través de actividades desarrolladas por dietistas-nutricionistas, el Colegio ha trabajado junto a centros educativos, profesorado y familias para **fomentar hábitos alimentarios saludables** desde edades tempranas y poner en valor el consumo de frutas y verduras de temporada y proximidad.

En este contexto, **el comedor escolar adquiere un papel fundamental como espacio educativo**, ya que no solo garantiza una alimentación equilibrada durante la jornada lectiva, sino que también contribuye a la adquisición de hábitos que pueden mantenerse a lo largo de la vida.

La reciente aprobación del **Real Decreto 315/2025**, impulsado por el **Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030**, por el que se establecen nuevas medidas para mejorar la calidad nutricional de los comedores escolares, refuerza esta función al **impulsar menús más saludables** y reconocer el entorno escolar como un agente clave en la promoción de la salud.

Los resultados que recoge este informe permiten conocer:

- Cómo valoran las familias la alimentación en los centros educativos
- Cuál es su opinión sobre las principales medidas que introduce la nueva normativa
- Qué papel consideran que debe desempeñar el dietista-nutricionista en los centros escolares
- Cuáles son sus hábitos y preocupaciones en relación con la alimentación de sus hijos e hijas

1. Los comedores escolares, un espacio clave para la salud infantil

Con el objetivo de conocer la percepción de las familias sobre este servicio, la encuesta ha analizado diferentes aspectos relacionados con el uso del comedor escolar, **la valoración de los menús**, las principales oportunidades de mejora y la **opinión sobre las medidas contempladas en el nuevo Real Decreto** de comedores escolares:

Interés de las familias usuarias de comedor escolar

- **43%** afirma que revisa habitualmente el menú escolar.
- **17%** lo conoce, aunque reconoce que no siempre lo consulta con detalle.
- El resto manifiesta distintos niveles de seguimiento, mientras que el porcentaje de familias que declara no prestar ningún interés es prácticamente residual.

Los resultados reflejan que las familias conocen y muestran interés **respecto a la alimentación de sus hijos en los centros escolares**

¿Qué valoran más las familias del comedor escolar?

Las familias no esperan únicamente que sus hijos "coman", sino **que el comedor contribuya a formar hábitos alimentarios saludables y a desarrollar una relación positiva con la comida.**

Para las familias, el comedor escolar es también un espacio educativo.

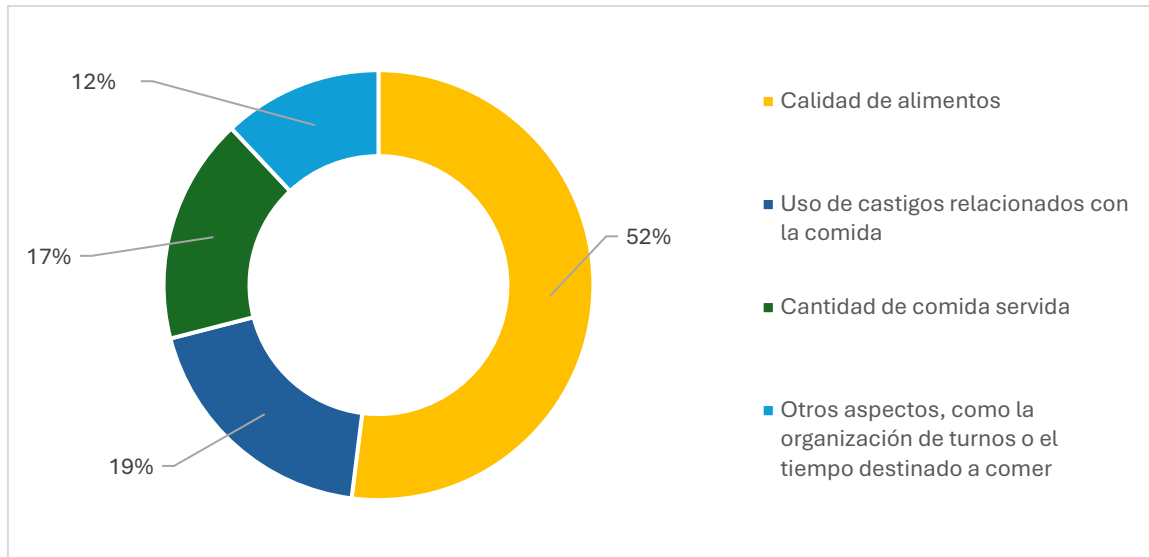
Los aspectos considerados **más importantes** son:

1. Que el menú sea saludable y equilibrado.
2. Que el comedor contribuya a educar en hábitos alimentarios.
3. Que la comida resulte apetecible para los niños.

En cambio, reciben **menor prioridad** cuestiones como:

- Que los niños terminen siempre toda la comida.
- Que se les obligue a comer determinados alimentos.

Aspectos para mejorar del comedor escolar



Otros aspectos, como la organización de turnos o el tiempo destinado a comer, fueron mencionados con mucha menor frecuencia.

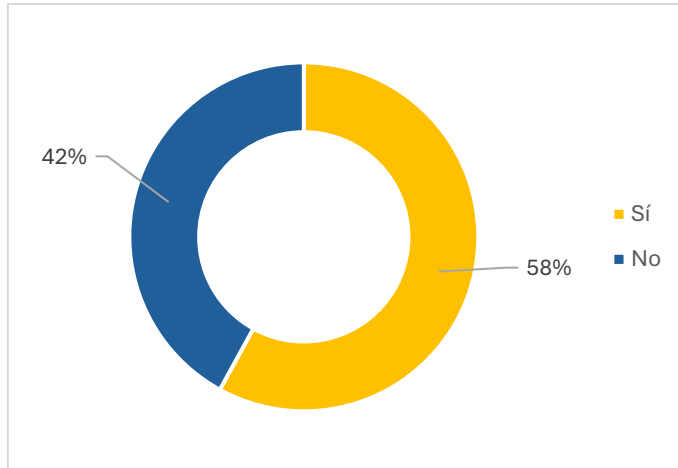
Las familias valoran positivamente el comedor, pero **consideran que todavía existe margen para mejorar la calidad nutricional y determinadas prácticas educativas** relacionadas con la comida.

Introducción de nuevos alimentos en el menú escolar

- **85% de las familias está de acuerdo con que el comedor incorpore en la oferta alimentos, como legumbres, brócoli, coliflor o tofu.**
- **15% preferiría que se ofrecieran únicamente alimentos que los niños ya conocen o aceptan.**

La mayoría de las familias entiende que **el comedor escolar debe desempeñar un papel activo en la educación alimentaria** y en la ampliación del repertorio alimentario de los menores.

¿Comen suficiente en el comedor escolar?



Aunque la mayoría considera que la cantidad servida es adecuada, **4 de cada 10 familias** creen que sus hijos comen poca cantidad en el comedor.

¿Dónde consideran que comen mejor sus hijos?

Resultados

- **32%** considera que comen mejor en casa.
- **31%** cree que comen igual de bien en ambos entornos.
- **26%** opina que comen mejor en el comedor escolar.

Las respuestas muestran una **distribución muy equilibrada** y sin una posición claramente dominante.

Consulta y utilidad del menú escolar

- **95,4%** afirma que **sí tiene acceso** al menú mensual del comedor escolar.
- **3,1%** indica que **no** dispone de él.
- **1,5%** responde que **no lo sabe**.

Valoración global del comedor escolar

La valoración global del menú escolar por parte de las familias es **positiva**, aunque **moderada**, con una **nota media de 6,8 sobre 10**.

Las familias valoran razonablemente bien el comedor escolar, pero **consideran que aún hay margen de mejora**, especialmente en aspectos como **la calidad de los alimentos o la cantidad servida**.

Principales datos del bloque

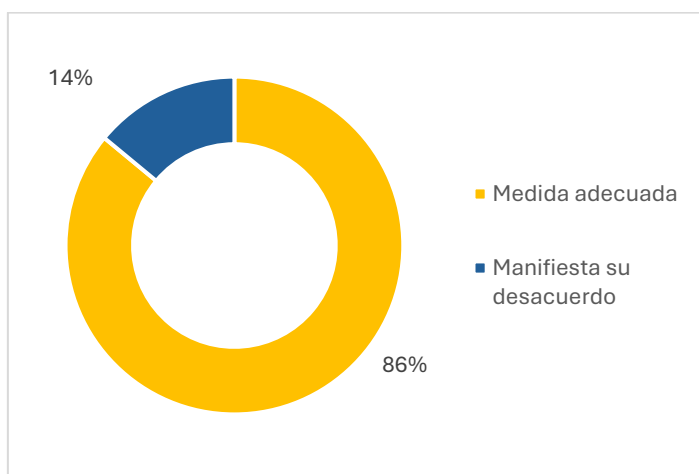


2. Opinión sobre el Real Decreto de comedores escolares

Conocimiento de las familias a cerca del Real Decreto 315/2025

Casi la mitad (46%) de las familias conocen la existencia de la nueva normativa que regulará los menús escolares.

Respaldo de las familias a las medidas del nuevo modelo de comedor escolar



Más de 8 de cada 10 participantes apoyan la evolución hacia un modelo de comedor escolar más saludable y sostenible.

Las medidas con mayor consenso

- **96,9%** considera importante incorporar **productos de proximidad** en los menús escolares.
- **92,3%** apoya aumentar la presencia de **legumbres**.
- **83,1%** está a favor de incorporar **alimentos de producción ecológica**.
- **64,6%** considera positiva la **reducción de la presencia de carne** en los menús.

Conocimiento de las familias sobre la autoría de los menús escolares

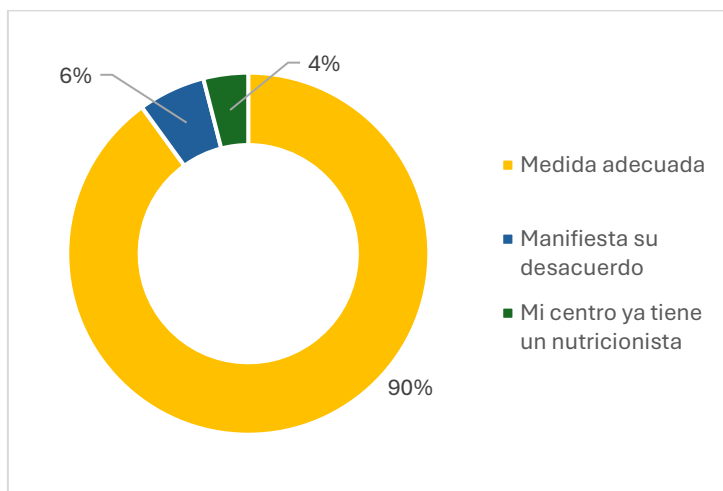
¿Los menús de tu centro escolar están firmados por dietistas-nutricionistas?

Respuesta	%
Sí, sí lo están	35,4%
No, no lo están	7,7%
No lo sé	56,9%

Los resultados muestran **un importante desconocimiento sobre qué profesional elabora de los menús escolares.**

Aunque más de un tercio de las familias afirma conocer quién los diseña, la mayoría (65%) **reconoce que no lo sabe o no tiene claro qué profesional se encarga de esta tarea.**

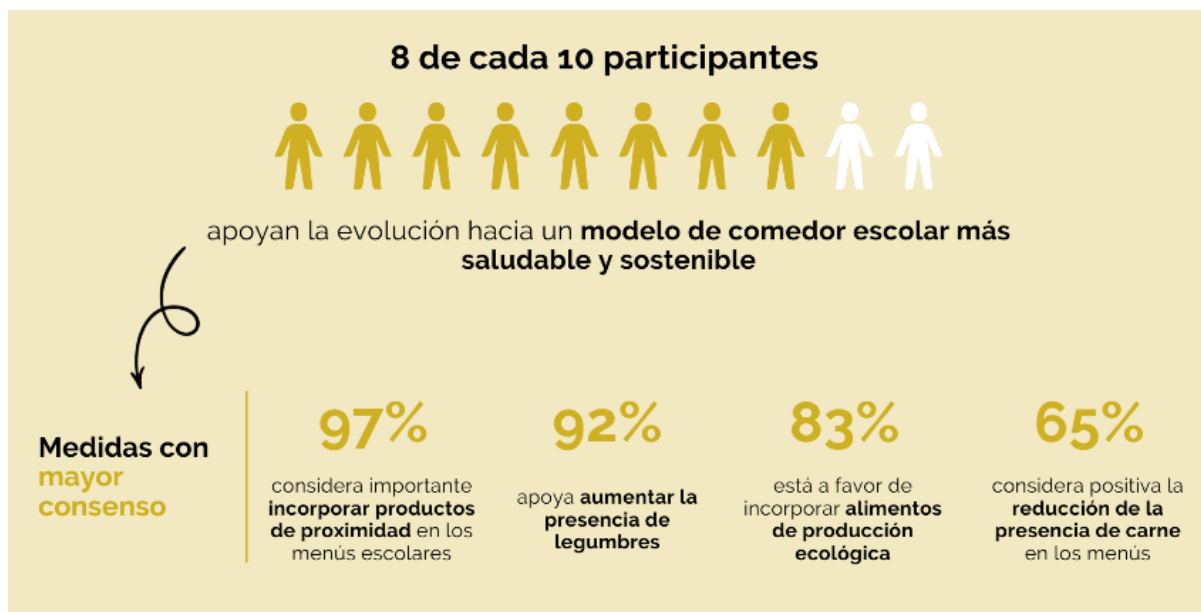
¿Consideran útil la presencia de un dietista-nutricionista en los colegios?



Entre las **demandas** que se desprenden del conjunto de respuestas destacan:

- impulsar actividades de educación alimentaria en el colegio;
- ayudar a mejorar los hábitos alimentarios desde edades tempranas;
- servir de apoyo a las familias en cuestiones relacionadas con la alimentación infantil;
- contribuir a que el comedor escolar sea un espacio educativo y no únicamente asistencial.

Las familias no entienden esta figura únicamente como un profesional que planifica menús equilibrados, sino como **un agente de promoción de la salud capaz de trabajar conjuntamente con docentes, alumnado y familias.**



9 de cada 10 familias consideran que la presencia de un dietista-nutricionista en los centros educativos sería beneficiosa, no solo para supervisar la alimentación escolar, sino también para **desarrollar acciones de educación alimentaria** dirigidas al alumnado y a las propias familias.

3. Percepción de la alimentación de los hijos en el hogar

Además de la alimentación en el entorno escolar, las familias han sido preguntadas por cómo se alimentan sus hijos en sus hogares.

Respuesta	%
Mi hijo/a come variado y le gusta probar alimentos nuevos	42%
No come tanta fruta, verdura y legumbres como me gustaría	30%
Tiene dificultades para probar alimentos nuevos	26%
Consume demasiados alimentos ultraprocesados	21%
Me cuesta asegurar que cubra todos los nutrientes	11%
No sigue horarios regulares de comida	1%

Aunque la opción más seleccionada es positiva —el **42%** considera que sus hijos comen variado y aceptan nuevos alimentos—, **la mayoría de las familias identifica algún aspecto susceptible de mejora.**

Las principales preocupaciones no están relacionadas con la cantidad de comida, sino con la **calidad de la dieta en casa**. Destaca especialmente que:

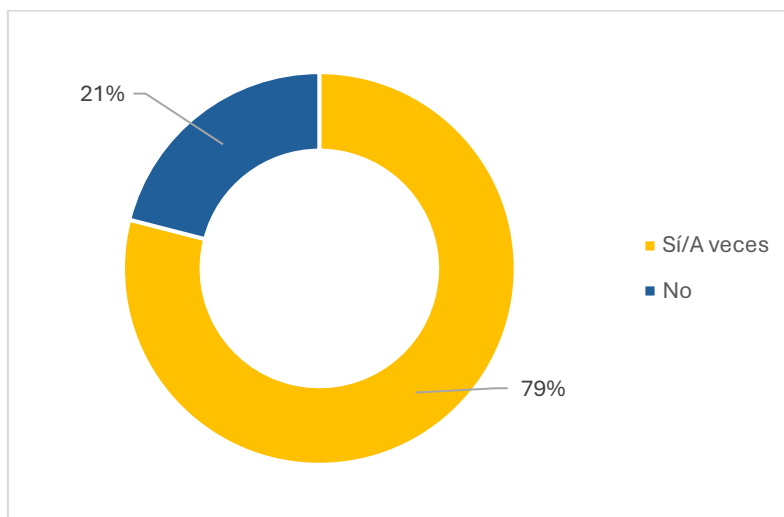
- **3 de cada 10 familias** consideran insuficiente el consumo de frutas, verduras y legumbres en el hogar.
- **1 de cada 4 menores** presenta dificultades para aceptar alimentos nuevos.
- **1 de cada 5** consume dentro del entorno familiar más productos ultraprocesados de los que sus familias consideran adecuados.

Principales datos del bloque:



4. Necesidades de las familias

Dificultad a la hora de mantener hábitos saludables



79% de las familias reconoce que mantener hábitos saludables les resulta complicado, al menos en determinadas ocasiones.

Aunque la mayoría de las familias muestra interés por ofrecer una alimentación saludable a sus hijos, **casi 8 de cada 10 reconocen que llevar esos hábitos a la práctica no siempre resulta sencillo.**

Barreras para mantener una alimentación saludable

Barrera	%
Falta de tiempo	60,8%
Evitar conflictos durante las comidas	45,6%
Rechazo de los niños a probar alimentos nuevos	44,3%
Falta de conocimientos	15,2%
Motivos económicos	6,3%

La principal barrera no está relacionada con el coste económico de una alimentación saludable, sino con la organización del día a día.

La **falta de tiempo** aparece como el principal obstáculo, siendo mencionada por **6 de cada 10 familias**.

Más que un problema de recursos económicos, la encuesta apunta a un problema de **conciliación, organización familiar y gestión del comportamiento infantil durante las comidas**.

Otra de las barreras que tienen las familias del **rechazo de los niños a probar alimentos nuevos** se relaciona directamente con el deseo de las familias de que los menús escolares introduzcan nuevos alimentos. **Mientras casi la mitad de las familias identifica esta dificultad en casa, una amplia mayoría considera que el comedor puede convertirse en un aliado para superarla.**

Principales necesidades de las familias

¿Qué ayudaría a las familias a mejorar la alimentación de sus hijo(s)/a(s)?

Necesidad	%
Estrategias para motivar a los hijos a comer mejor	46%
Consejos para organizar las comidas familiares	33%
Planificación de menús saludables	33%
Información adaptada a cada edad	17%
Atención individual con un dietista-nutricionista	11%

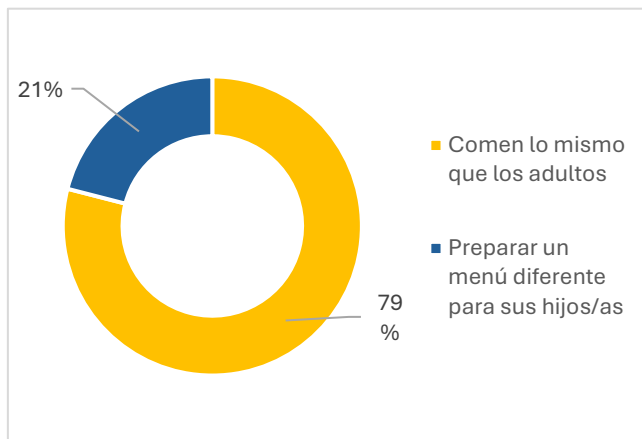
Las respuestas ponen de manifiesto que las familias demandan principalmente **herramientas prácticas** para aplicar en casa.

Las familias buscan especialmente:

- mejorar la aceptación de alimentos saludables;
- organizar mejor las comidas;
- disponer de recursos prácticos que puedan incorporar a su rutina.

Este resultado refuerza una idea importante para el proyecto **Mengem Territori**: las familias no solo necesitan conocer qué alimentos son saludables, sino aprender cómo introducirlos en el contexto familiar de una forma realista y sostenible.

1 de cada 5 familias sigue preparando comidas para los niños distintas a las de los adultos, lo que puede dificultar la incorporación de nuevos alimentos y consolidar preferencias alimentarias poco variadas.



1 Principal motivo

Los gustos de los niños son diferentes

2 Segundo motivo más frecuente

Evitar conflictos durante la comida

3 Tercer motivo

Adaptarse a los horarios familiares

De nuevo aparece un patrón que ya se había observado en el bloque anterior: **la gestión de los conflictos durante las comidas** constituye uno de los principales retos para las familias.

La encuesta refleja una tendencia clara: **muchas familias priorizan evitar discusiones durante la comida, incluso cuando ello implica ofrecer un menú diferente a los niños.**

Preocupación por la alimentación de los hijos

- **65%** responde que sí, que le gustaría mejorarla.
- **32%** considera que la alimentación de sus hijos ya es adecuada.

2 de cada 3 familias consideran que les gustaría mejorar la alimentación de sus hijos.

Este resultado refuerza la idea de que **la preocupación por la alimentación infantil está muy presente**, incluso entre familias que ya aplican hábitos saludables.

Las familias muestran en la encuesta que sus **principales motivos de preocupación** son:

1. Que sus hijos desarrollen enfermedades relacionadas con la alimentación.
 2. Que no aprendan a alimentarse correctamente cuando sean adultos.
 3. El sobrepeso y la obesidad.
- + Los trastornos de la conducta alimentaria.

Las familias no solo quieren que sus hijos coman bien hoy, sino que aprendan a mantener hábitos saludables cuando sean adultos.

La preocupación de las familias es muy razonable. **Una alimentación desequilibrada desde edades tempranas se asocia con un mayor riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles** como la obesidad, la diabetes tipo 2, la hipertensión arterial o las enfermedades cardiovasculares en la edad adulta.

Principales datos del bloque



5. Información de la muestra

Esta encuesta se ha realizado a más de un centenar de familias de distintos centros educativos de la Comunitat Valenciana. La procedencia de las familias es la siguiente:

Provincia	%
Alicante	43%
Valencia	29%
Castellón	28%



Mengem Territori

Más información:

www.codinucova.es



Departamento de Comunicación:



Ángela Martí Torres



prensa@codinucova.es



652.958.571



CODiNuCoVa
Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas
de la Comunitat Valenciana