



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

CIRCULAR
DVM-A-01-2018




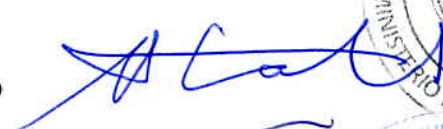
PARA: Directores Regionales de Educación
Supervisores de Centros Educativos
Jefes de Servicios Administrativos y Financieros
Directores y Directoras de Centros Educativos
Juntas de Educación y Juntas Administrativas
Docentes

DE: Marco Tulio Fallas, Viceministro Administrativo
Miguel Gutiérrez Rodríguez, Viceministro Planificación Institucional y Coordinación Regional

ASUNTO: **Síntesis de orientaciones para la implementación de nuevos menús en los comedores estudiantiles durante el curso lectivo 2018.**

cc: Sra. Rosa Adolio Cascante, Directora de Programas de Equidad
Sr. Orlando De la O Castañeda, Dirección de Gestión y Desarrollo Regional

FECHA: 14 de febrero de 2018



Estimados señores y señoras:

Como es de su conocimiento, el Ministerio de Educación Pública (MEP) implementará, a partir del ciclo lectivo 2018, un nuevo menú para los comedores estudiantiles, el cual contempla un nuevo sistema de gestión del Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente (PANEA) en los centros educativos. **La implementación de este nuevo menú es un proceso paulatino y una medida que tomarán poco a poco los centros educativos durante el 2018, cuando hayan realizado los ajustes necesarios para el cambio.**

Este cambio se enmarca en el objetivo de fortalecer PANEA y fundamentalmente **garantizar el derecho a una alimentación de calidad** a los estudiantes, mediante la entrega en cada comedor estudiantil de una alimentación saludable, variada y en las cantidades adecuadas, según sus requerimientos nutricionales y que además desarrolle hábitos alimenticios adecuados para el disfrute de una vida saludable.

“Educar para una nueva ciudadanía”



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

Lo anterior, considerando:

1. Que como una de sus líneas estratégicas medulares, el Ministerio de Educación Pública estima prioritario garantizar los derechos fundamentales a la educación y a la alimentación, en el marco del principio del interés superior del niño, niña y adolescente, mediante instrumentos de equidad que permitan avanzar hacia una cobertura universal de acceso y permanencia en un servicio educativo público de calidad.
2. Que la Dirección de Programas de Equidad es el órgano técnico responsable de reducir la brecha de oportunidades en el sistema educativo costarricense, procurando el acceso y la permanencia de los estudiantes de más bajos ingresos mediante el manejo integral de los distintos Programas Sociales del MEP, entre los cuales se encuentra el servicio de alimentación y nutrición.
3. Que la Dirección de Programas de Equidad, para apoyar el mejoramiento de la cobertura educativa, apoyar la disminución de la exclusión y auspiciar la universalización de la educación, se encuentra constantemente analizando y evaluando la eficiencia y el impacto del Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente (PANEA), para definir las eventuales enmiendas y mejoras que puedan contribuir a su fortalecimiento.
4. Que las políticas y fines de la Dirección de Programas de Equidad, hacen necesario que la ejecución del PANEA se adecue plenamente al cumplimiento de los fines establecidos, entre los cuales encontramos la creación de hábitos de alimentación saludables.
5. Que resulta indispensable que los alimentos que se encuentren disponibles en los comedores estudiantiles, constituyan un ejemplo de alimentación saludable, a efecto de que se estimule una cultura en los centros educativos conducente a la práctica de hábitos alimenticios sanos en la población estudiantil.
6. Que las Juntas de Educación y Juntas Administrativas, como entidades de derecho público, están regidas por las disposiciones legales que regulan la asignación, uso, supervisión y control de los recursos públicos canalizados por medio de la Dirección de Programas de Equidad, con el fin de garantizar que éstos sean utilizados para atender las necesidades de los estudiantes beneficiarios del comedor estudiantil.



Con el fin de aclarar inquietudes y facilitar la visualización de las orientaciones relativas a la implementación de nuevo Programa de alimentación escolar, *Costa Rica saludable*, hemos juzgado oportuno elaborar esta síntesis sobre la temática indicada:

1. Sobre la implementación del nuevo menú:

1.1. Los centros educativos tienen a su disposición tres manuales de menú. Estos se encuentran disponibles en el siguiente enlace: www.mep.go.cr/menús-implementar-comedores-escolares. Asimismo, estos menús fueron remitidos digitalmente a cada Director y Directora regional, así como a los correos institucionales de cada director y directora de centro educativo. De igual forma, la Dirección de Programas de Equidad estará entregando de forma impresa, ejemplares en las próximas semanas.

1.2. La implementación de este nuevo menú es un proceso paulatino y una medida que tomarán poco a poco los centros educativos durante el 2018, cuando hayan realizado los ajustes necesarios para el cambio.

1.3. Para asegurar la implementación adecuada del menú propuesto, cada supervisor de centro educativo debe :

1.3.1. En conjunto con cada director y directora del centro educativo, y a través de la Dirección Regional de Educación, reportar a la Dirección de Programas de Equidad lo siguiente, en las fechas consignadas.

- **Al miércoles 21 de febrero del 2018:** El estado de implementación de los nuevos menús en los centros educativos. La Dirección de Gestión y Desarrollo Regional remitirá a cada Dirección Regional de Educación, la base de datos con la información a completar.

- **A más tardar el viernes 30 de marzo del 2018:**

- Actualización de la implementación de los nuevos menús en los centros educativos
- Fecha propuesta en el año 2018, a partir de la cual cada centro educativo implementará el nuevo menú.
- Eventuales ajustes necesarios para que cada centro educativo aplique las nuevas medidas en alimentación.
- El informe de los módulos horarios de cada centro educativo a su cargo.

“Educar para una nueva ciudadanía”



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

La Dirección de Gestión y Desarrollo Regional remitirá a cada Dirección Regional de Educación, la base de datos con la información a completar.

1.3.2. Con la información descrita en el punto anterior, la Dirección de Programas de Equidad, deberá revisar y ajustar la asignación presupuestaria prevista para la ejecución de los nuevos menús.

1.4. Para asegurar la implementación adecuada del menú propuesto, cada director y directora de centro educativo debe:

1.4.1. Conocer los manuales de menú y comunicarlos a sus respectivos comités de nutrición, juntas, servidoras, docentes, estudiantes y padres de familia o encargados.

1.4.2. Iniciar en los primeros meses de año 2018, junto con la Junta de Educación o Junta administrativa y el Comité de salud y nutrición, las gestiones y acciones necesarias para apropiarse del nuevo menú y realizar las tareas necesarias para instalar las modificaciones para la implementación paulatina del nuevo menú.

1.4.3. Comunicar, a través del supervisor o supervisora del centro educativo, y su respectiva Dirección Regional de Educación, los ajustes que sean necesarios para que cada centro educativo aplique las nuevas medidas en alimentación. Entre ellas:

- Revisar la asignación presupuestaria realizada por la Dirección de Programas de Equidad relacionada con los recursos para alimentación y servidoras por centro educativo, según la aplicación del nuevo menú. Este documento se envió a las Direcciones Regionales en diciembre del 2017. En caso de que esta no se ajuste a la realidad del centro educativo, actualizar la solicitud ante la Dirección Regional Educativa, para eventualmente revisar la situación y poder plantear alguna modificación a los recursos asignados sujeto a la disponibilidad presupuestaria prevista 2018. (Ver punto 3 de este documento)
- Las necesidades extras de alimentación que se requieran para atender a estudiantes, cuya condición social o familiar, ameriten una atención diferenciada. (Ver punto 4 de este documento)

1.4.4. Informar, a través del supervisor o supervisora del centro educativo, y su respectiva Dirección Regional de Educación, la conformidad con la asignación de

“Educar para una nueva ciudadanía”



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

recursos comunicados por la Dirección de Programas de Equidad, a finales del año pasado.

- 1.4.5. Revisar las recomendaciones de horarios y realizar los ajustes de atención del comedor estudiantil según los nuevos tiempos de comida (desayuno, complemento en la mañana o tarde, almuerzo y cena) que se deben brindar en cada institución.
- 1.4.6. Informar a las padres, madres y encargados, así como todos los miembros de la comunidad educativa, sobre los resultados del Primer Censo de Peso y Talla 2016, los cuales documentaron la presencia de desnutrición en el 2% de los escolares, mientras que el sobrepeso y la obesidad alcanzó el 34% en el promedio del país, y cerca del 40% para algunos cantones. En este sentido, resulta vital informar sobre el nuevo menú, al comité de salud y nutrición y al hogar para que, en caso de ser necesario, la familia comunique al centro educativo sobre previsiones de estudiantes con necesidades especiales de alimentación por obesidad, diabetes, celiaquía, alergias alimentarias u otros problemas de salud.
- 1.4.7. Solicitar respetuosamente a los padres de familia y encargados, a través de los canales establecidos por cada centro educativo, que las familias consideren la alimentación que su hija o hijo ha recibido en el comedor estudiantil, al momento de planificar la alimentación de estos en el hogar.

1.5. De los tiempos de comida

En cada centro educativo, se ofrecerá a los estudiantes, el tiempo de comida que corresponde según la jornada del Centro Educativo. Esta medida, procura que los estudiantes no ingieran un tiempo de comida que no corresponde con un adecuado horario de alimentación. Por ejemplo, servir almuerzo antes de las 11 de la mañana. De esta forma:

Módulo horario	Tiempo de comida que les corresponde	
Centros educativos de Educación Preescolar	COMPLEMENTO DE LA MAÑANA O DE TARDE: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil que asiste en la mañana y en la tarde. ALMUERZO: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren (Ver punto 4 de este documento).	DESAYUNO: 1.318 centros educativos lo reciben, desde el 2017. Estos lo mantienen.



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

	<p>Es importante que el Centro Educativo tome en consideración la capacidad del comedor para producir otro tiempo de comida y asimismo que el almuerzo se sirva en un horario adecuado. (11:00 a 1:00p.m)</p>	
<p>Centros educativos de primaria con doble o triple jornada</p>	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil que asiste en la mañana.</p> <p>ALMUERZO: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren. (Ver punto 4 de este documento)</p> <p>Es importante que el Centro Educativo tome en consideración la capacidad del comedor para producir otro tiempo de comida y asimismo que el almuerzo se sirva en un horario adecuado. (11:00 a 1:00p.m).</p> <p>COMPLEMENTO DE LA TARDE: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil que asiste en la tarde.</p> <p>ALMUERZO: Aquellas escuelas que amplían el horario para impartir asignaturas especiales fuera de la jornada regular, deberán informar a través de la Dirección Regional de Educación de esta condición a la Dirección de Programas de Equidad, indicando la cantidad de estudiantes por día.</p>	
<p>Centros educativos de primaria Con horario regular</p>	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil que asiste en la mañana.</p> <p>ALMUERZO: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil.</p>	
<p>Centros educativos</p>	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA: Está previsto que lo</p>	



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

unidocentes con horario regular	<p>reciba toda la población estudiantil que asiste en la mañana.</p> <p>ALMUERZO: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren (Ver punto 4 de este documento).</p>	
Escuelas Laboratorio	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil que asiste en la mañana.</p> <p>ALMUERZO: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren (Ver punto 4 de este documento).</p>	
Colegios académicos diurnos	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA O DE TARDE: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren.</p> <p>ALMUERZO: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil.</p> <p>Es importante que el Centro Educativo tome en consideración la capacidad del comedor para producir otro tiempo de comida y asimismo que el almuerzo se sirva en un horario adecuado.</p>	
Colegios técnicos diurnos	<p>COMPLEMENTO DE LA MAÑANA O DE TARDE: El director o directora debe reportar a su supervisión, y Dirección Regional, la cantidad de estudiantes que lo requieren.</p> <p>ALMUERZO: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil.</p> <p>Es importante que el Centro Educativo tome en</p>	



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

	consideración la capacidad del comedor para producir otro tiempo de comida y asimismo que el almuerzo se sirva en un horario adecuado.	
Modalidades nocturnas	CENA: Está previsto que lo reciba toda la población estudiantil.	

Se recomienda que los centros educativos mantengan los tiempos de comida fijados y se aseguren que los tiempos adicionales sean asignados para estudiantes que lo requieran. De esta forma se procura evitar la eventual duplicación de tiempos de comida, que puedan propiciar un exceso en la ingesta de energía y a su vez, puedan favorecer a la ganancia de peso y sobrepeso.

Los horarios recomendados para los tiempos de comida en el comedor estudiantil son los siguientes:

Grupo de beneficiarios	Complemento alimentario	Horario Recomendado
Educación Preescolar	Complemento de la mañana o la tarde	Mañana: 8:30 a. m. – 10 a. m. Tarde: 2 p. m. – 3 p. m.
Educación I y II ciclo con doble jornada	Complemento de la mañana o la tarde	Mañana: 9 a. m. – 10 a. m. Tarde: 2 p. m. – 3 p. m.
Educación I y II ciclo con horario extendido	Complemento de la mañana o la tarde y almuerzo	Mañana: 9 a. m. – 10 a. m. Tarde: 2 p. m. – 3 p. m. Medio día: 11 a. m. – 1 p. m.
Educación en III ciclo	Almuerzo	Medio día: 11 a. m. – 1 p. m.
Educación de jóvenes y adultos	Cena	Noche: 6 p. m. – 7 p. m.

1.5.1. Ningún complemento de mañana o tarde, se considera, entran dentro de la categoría de merienda o refrigerio, puesto que aportan un 20% del valor total de energía recomendado diariamente para cada estudiante. Esto los hace superiores a las meriendas que solo aportan un 10%. Por lo tanto, en el nuevo menú NO existe la merienda ni el refrigerio.

2. De las características principales del nuevo menú:

“Educar para una nueva ciudadanía”



2.1 Este nuevo menú considera tres variaciones de acuerdo a la población beneficiaria, para lo cual, los centros educativos tienen a su disposición tres manuales a saber:

- 2.1.1. Manual de Menú para comedores estudiantiles de Preescolares
- 2.1.2. Manual de Menú para comedores estudiantiles de Primaria
- 2.1.3. Manual de Menú para comedores estudiantiles de Secundaria y Jóvenes y adultos

2.2 En cada uno de estos manuales, usted podrá encontrar la información y los contenidos necesarios para implementar el menú apropiadamente en cada comedor, según la población estudiantil beneficiaria que se atiende. De esta forma, en cada Manual de Menú, usted podrá encontrar:

2.2.1 Descripción del tiempo de comida: desayuno, complemento de mañana, almuerzo, complemento de tarde, cena. Estos tiempos de comida están ajustados a las necesidades nutricionales de los diferentes grupos de estudiantes (preescolares, primarios, secundarios y jóvenes y adultos). Asimismo, se incluye una recomendación sobre el horario más adecuado en que deberán brindarse estos tiempos de comida, considerando la jornada estudiantil de cada centro educativo, el centro educativo que atiende y la capacidad actual de producción que tiene el centro educativo.

2.2.2 Aporte nutricional de cada tiempo de comida

De esta forma el aporte de cada tiempo de comida, según la recomendación de energía diaria (Kcal) es el siguiente:

- ✓ Desayuno: 15% preescolar y primaria / 25% secundaria.
- ✓ Complemento de mañana: 20%
- ✓ Almuerzo: 30%
- ✓ Complemento de tarde: 20%
- ✓ Cena: 30%

2.2.3 Patrón de menú. En la formación de hábitos de alimentación saludables, el comedor estudiantil constituye un espacio que brinda la posibilidad de ofrecer todos los grupos de alimentos en las diferentes preparaciones, asegurando así una alta exposición de los alimentos fuente de los nutrientes prioritarios, favoreciendo su consumo y preferencia. Este nuevo menú ofrece las siguientes características en cada tiempo de comida:

- Se brinda diariamente alimentos pertenecientes a todos los grupos de alimentos.
- En el caso de los lácteos, específicamente para la leche fluida, se ofrece con una frecuencia semanal en los complementos de mañana y de tarde, así como en el desayuno.



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

- Se incluye más proteína de origen animal para asegurar una mayor disponibilidad biológica, como el huevo, queso, pollo, res, cerdo y pescado.
- Se ofrece todos los días fruta de estación, sea en trozo o entera.
- Se brinda diariamente variedad de vegetales en ensaladas y preparaciones compuestas como en picadillos y sopas para aumentar su aceptación.
- Se ofrece agua fresca como bebida, que estará en refresquera a libre demanda de los estudiantes durante toda su estancia en el Centro Educativo. Con esto se busca disminuir el consumo de azúcares añadidos a través de los frescos. Esta agua fresca podrá saborizarse con trozos de frutas.

2.2.4. Listas de intercambio. Para cada tiempo de comida se establecen listas de intercambio que cumplen con criterios de variedad, con lo cual se establecen las diferentes posibilidades de combinación de patrones de menú según tiempo de comida, esto permite que cada ciclo de menú posea todos los componentes de la alimentación usual costarricense.

2.2.5. Ciclos del Menú. La duración de los ciclos de menú elaborados es de tres semanas para el desayuno y cinco semanas para complemento de mañana, almuerzo, complemento de tarde y cena.

2.5.6. Guía de usuario. es una herramienta que tiene como objetivo facilitar la comprensión y el uso del Manual de Menú, tanto para las servidoras como demás personas relacionadas con la preparación, producción, compra y pedidos de los alimentos para los beneficiarios del Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente (PANEA). De esta forma el Manual contiene 9 secciones, que convierten en sí mismo, al Manual, en una guía didáctica, a saber:

- Ciclo de menú
- Técnica culinaria
- Preparaciones preliminares
- Recetario
- Porciones
- Opciones para imprevistos y cambios
- Efemérides y celebraciones
- Estacionalidad
- Lista de ingredientes

3. Del presupuesto para los nuevos menús.



REPÚBLICA DE COSTA RICA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA
Viceministerio Administrativo

3.1. La Dirección de Programas de Equidad, ha asegurado un crecimiento en el presupuesto nacional asignado al funcionamiento de comedores y la contratación de servidoras, en comparación con el año 2017. Cada director y directora de centro educativo deberá revisar la asignación presupuestaria realizada por la Dirección de Programas de Equidad relacionada con los recursos para alimentación y servidoras por centro educativo, según la aplicación del nuevo menú. Este documento se envió a las Direcciones Regionales en diciembre del 2017. En caso de que este no se ajuste a la realidad del centro educativo, deberá actualizar la solicitud ante la Dirección Regional Educativa, para eventualmente revisar la situación y poder plantear alguna modificación a los recursos asignados, sujeto a la disponibilidad presupuestaria prevista 2018.

A partir del 2018, la Dirección de Programas de Equidad utiliza el método del Índice de Pobreza Multidimensional (IPM) georreferenciado e hizo el cálculo de la asignación de alimentos por comedor estudiantil, según tiempo de comida y grupo beneficiario, de tal manera que se establece un costo de ración ajustado por IPM, en la oferta del menú, para cada tiempo de comida. Sin embargo, la propuesta siempre contempla la responsabilidad de la junta de aportar el porcentaje restante del costo total del plato cuando no se cubre al 100%, tal y como ha operado en años anteriores.

4. Sobre las consideraciones para personas en condiciones de riesgo social

4.1. Cada director o directora de Centro Educativo, junto con su supervisor de circuito de su centro educativo y la Dirección Regional de Educación, deberán identificar aquellos estudiantes que requieren de un tiempo de comida adicional al establecido: Para esto deberán remitir, por medio de la Dirección Regional de Educación correspondiente, para lo cual se remitirá por parte de la Dirección de Gestión y Desarrollo Regional la información que deberá ser completada por cada Centro Educativo. Los tiempos de comida adicionales que puedan requerirse deberán ser ofrecidos a los estudiantes que se les haya justificado y documentado su necesidad derivada del riesgo socioeconómica y de desnutrición ante la Dirección de Programas de Equidad.

4.2. Es indispensable recordar que PANEA debe proteger el estado nutricional de los estudiantes, de forma que debe ofrecer las alimentación de acuerdo a los horarios y a las necesidades nutricionales específicas.

Finalmente, se insta al personal docente y administrativo a propiciar la actividad física en el aula y en el recreo, e informar a la población estudiantil y a las familias sobre problemas de salud que conlleva el sedentarismo y la ganancia de peso.