



Curso
2026/2027

Detrás de
cada plato...

Descubrimos el valor de los
alimentos que nos ayudan a crecer



sodexo

Bienvenidos a



Pepe Rodríguez
Chef Ejecutivo de Sodexo



En Sodexo creemos que el comedor escolar es mucho más que un espacio donde los alumnos comen cada día.

Es un lugar donde descubren **nuevos sabores**, adquieren **hábitos saludables**, **conviven** y **aprenden**.

Por eso nace **Aprendiendo a Comer**, nuestro proyecto educativo, diseñado por profesionales de la nutrición, la gastronomía y la educación, en colaboración con el prestigioso chef **Pepe Rodríguez**.

A través de **experiencias**, **actividades** y **campañas educativas**, convertimos el tiempo de comedor en una **oportunidad para aprender**, **disfrutar** y **crecer juntos**.



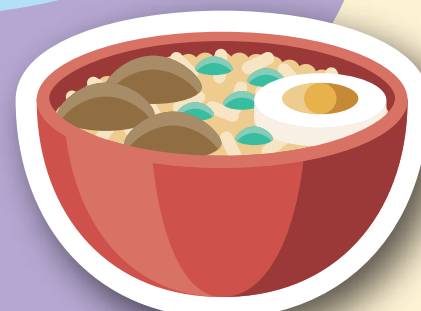
Pilares educativos

Nuestro proyecto educativo se construye sobre cuatro pilares educativos que orientan todas las acciones desarrolladas en el comedor escolar.

Nutrición

Aprendemos a comer bien

Promovemos el conocimiento de los alimentos y sus beneficios para la salud, fomentando **hábitos alimentarios equilibrados** y favoreciendo la **aceptación de frutas, verduras, legumbres y pescado**.



Gastronomía

Descubrimos nuevos sabores

Acercamos a los alumnos la riqueza de nuestra gastronomía, despertando su **curiosidad por nuevos sabores, ingredientes y tradiciones culinarias**.

Sostenibilidad

Cuidamos el planeta desde el plato

Impulsamos hábitos de **alimentación más sostenibles**, promoviendo el **consumo responsable**, la **reducción del desperdicio alimentario** y el **cuidado del entorno**.



Experiencia y bienestar

Disfrutamos aprendiendo

Convertimos el comedor en una **experiencia positiva, participativa y enriquecedora** que despierta la curiosidad, favorece el bienestar y ayuda a construir una **relación positiva con la alimentación**.



Nuevo curso, nuevo reto

Detrás de cada plato

Descubrimos el **valor de los alimentos** que nos ayudan a **crecer**.

Cada **alimento** tiene:

- Una historia.
- Un origen.
- Un sabor.
- Una función.
- Un impacto en nuestra salud y en el planeta.

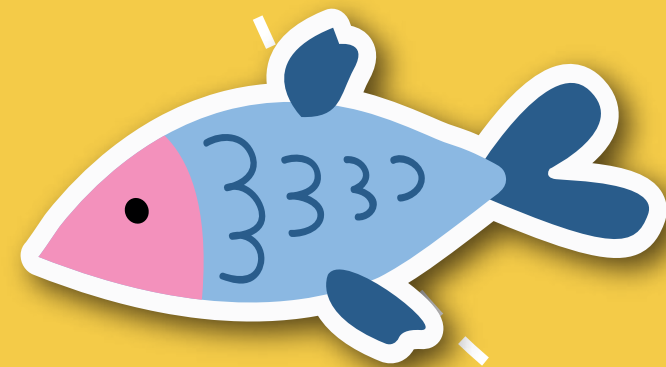
Detrás de cada plato hay **mucho más que comida**. Hay un mundo de **sabores, aprendizajes y experiencias**.



Este curso descubriremos juntos el valor de los alimentos que forman parte de la **Dieta Mediterránea** y que protagonizan cada día nuestros menús escolares.



Legumbres, frutas, verduras, pescado, cereales integrales y productos de temporada serán los protagonistas de un viaje lleno de experiencias, curiosidades y aprendizajes.



Un recorrido que nos permitirá comprender no solo qué comemos, sino también por qué lo comemos y cómo **nuestras elecciones alimentarias influyen en nuestra salud, bienestar y felicidad.**



Tom y Oli

Los protagonistas de esta experiencia educativa:



Tom y Oli nos acompañarán este curso escolar

A través de sus **aventuras, retos y experiencias**, guiarán a los más pequeños en un viaje para conocer qué hay detrás de cada plato y **descubrir el valor de los alimentos** que forman parte de una **alimentación saludable y sostenible**.

Junto a ellos exploraremos:

- El origen de los alimentos.
- Sus beneficios para la salud.
- Los sabores y tradiciones de la Dieta Mediterránea.
- Cómo nuestras elecciones alimentarias pueden contribuir al cuidado del planeta.
- Las novedades que iremos encontrando en los menús escolares.



Así, ayudarán a los alumnos a **aprender, participar y disfrutar** mientras desarrollan **hábitos positivos** para toda la vida.



Curso
2026/2027

Descubre las actividades del comedor



Happy days

Jornadas gastronómicas

A lo largo del curso, emprendaremos un recorrido por algunas de las **ciudades más icónicas del mundo** a través de su **gastronomía**, acercando a los alumnos los **sabores más representativos de cada país**.

Cada jornada estará inspirada en una **ciudad emblemática**, que marcará la ambientación y el hilo conductor de la experiencia. De este modo, mientras disfrutan de **menús internacionales**, podrán descubrir **nuevas culturas y tradiciones** a través de sus destinos más reconocidos.



Happy days

Eventos

Las fechas más especiales del calendario también tendrán su espacio en el comedor. A lo largo del curso, **cada celebración contará con una ambientación propia y un menú diseñado para cada ocasión**, creando una experiencia divertida y diferente para los alumnos.



Halloween

OCTUBRE



DICIEMBRE

Navidad

Carnaval

FEBRERO



Día del Libro

ABRIL



Fiesta de verano

JUNIO



Detrás de cada plato

Actividades

Para ayudar a los alumnos a descubrir qué hay detrás de cada plato, hemos desarrollado diferentes **actividades educativas** que complementan la experiencia del comedor y refuerzan los aprendizajes trabajados durante el curso.

A través de **propuestas adaptadas a cada etapa educativa**, los alumnos podrán **experimentar, observar, participar y descubrir el valor de los alimentos** que forman parte de una **alimentación saludable y sostenible**.

La campaña se desarrolla a través de...

1

Mesas de descubrimiento

2

Campañas de comunicación
"Aprendo" y "Descubro"



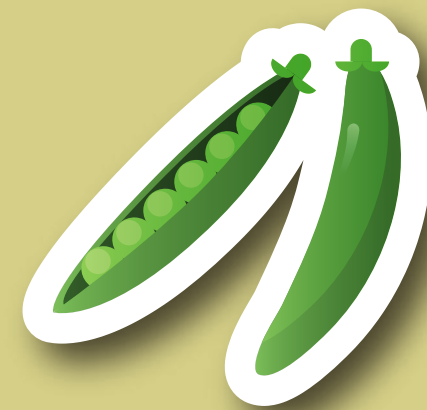
Mesas de descubrimiento

En busca de...

Las **mesas de descubrimiento** son **espacios interactivos** que invitan a los alumnos a observar, tocar, identificar y explorar distintos alimentos a través de diferentes retos y propuestas.

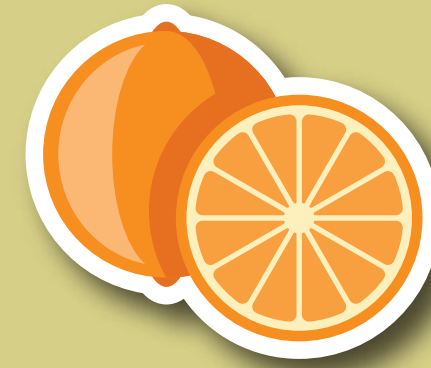
Bajo el lema "**En busca de...**", cada mesa plantea una misión relacionada con la **alimentación saludable y sostenible**, fomentando la curiosidad y el aprendizaje a través de la experiencia.

La proteína vegetal



NOVIEMBRE

El azúcar escondido



MARZO

ENERO

Los alimentos integrales



Campañas de comunicación

A través de **carteles ubicados en el comedor**, los alumnos podrán conocer mejor los alimentos que forman parte de su menú, comprender sus beneficios y aprender cómo contribuyen a una **alimentación saludable y equilibrada**.

"Aprendo"



Explica de forma sencilla qué hay detrás de cada alimento: su origen, beneficios y la importancia que tiene dentro de una alimentación saludable y equilibrada.

"Descubro"



Invita a los alumnos a observar, hacerse preguntas y conocer curiosidades que les ayuden a comprender mejor los alimentos y a poner en práctica lo aprendido.



Detrás de cada plato

OCTUBRE

Las frutas y las verduras

DICIEMBRE

El pescado

FEBRERO

Productos de temporada

ABRIL

Aguas y bebidas saludables

JUNIO

NOVIEMBRE

Las legumbres

ENERO

Los cereales integrales

MARZO

Reducción del azúcar

MAYO

Menos fritos y ultraprocesados

Aprendemos más allá del comedor:

Nutrición en las aulas

En Sodexo creemos que **fomentar hábitos saludables es una tarea compartida entre el comedor, la escuela y las familias**. Por eso, complementamos nuestro proyecto educativo con **charlas y sesiones divulgativas** adaptadas a las distintas etapas educativas.

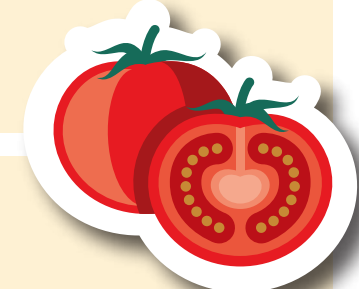
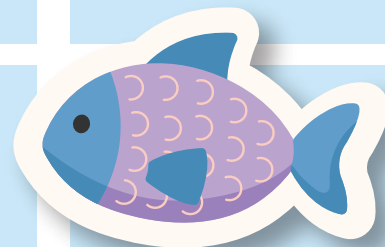
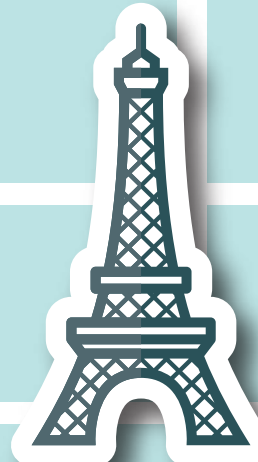
A lo largo del curso, nuestro equipo de **dietistas-nutricionistas** acercará a alumnos, familias y comunidad educativa temas relacionados con la **alimentación saludable, la educación alimentaria y los hábitos que contribuyen al bienestar y a una relación positiva con la comida**.

Porque aprender **qué hay detrás de cada plato** también significa adquirir conocimientos que nos ayuden a tomar decisiones más saludables dentro y fuera del comedor.



Calendario de actividades



2026/ 2027	Jornadas Gastronómicas	Eventos	Detrás de cada plato	
			Mesas de Descubrimiento	Campañas de comunicación
				AprendoDescubro
Octubre	México - Ciudad de México	Halloween		Detrás de cada plato
Noviembre	China - Pekín		La proteína vegetal	Las legumbres
Diciembre				Las frutas y las verduras 
Enero	Alemania - Berlín		Los alimentos integrales	Los cereales integrales
Febrero	Italia - Venecia	Carnaval		El pescado 
Marzo	EEUU - San Francisco		El azúcar escondido	Reducción del azúcar
Abril	Grecia - Atenas			Productos de temporada
Mayo	Francia - París			Menos fritos y ultraprocesados
Junio				Aguas y bebidas saludables 

Comienza la aventura...

¡Bienvenidos
al comedor!

