

Plan de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2017-2020

Trabajando juntos por una alimentación más equilibrada y saludable

MÁS DE **3.500 PRODUCTOS** QUE REPRESENTAN
EL **44,5%** DE LA ENERGÍA DIARIA
13 GRUPOS DE ALIMENTOS
57 SUBCATEGORÍAS
180 COMPROMISOS

¿Qué nutrientes se reducen?



Azúcares
añadidos



Grasas
saturadas



Sal

-10% sal **-10% grasas saturadas**

PLATOS PREPARADOS

- Anillas
- Anillas reestructuradas
- Croquetas
- Canelones/Lasañas
- Empanadillas
- Nuggets
- Productos de Surimi (sucédáneo de angula)
- Productos de Surimi (sucédáneos de cangrejo)

Hasta -10% azúcares añadidos

PRODUCTOS LÁCTEOS

- Arroz con leche
- Batidos
- Flan de huevo
- Flan de vainilla
- Queso fresco semidesnatado con fruta tipo petit (fresa-plátano)
- Leche fermentada líquida semidesnatada individual
- Natillas de vainilla
- Yogur con frutas
- Yogur de sabores
- Yogur griego con frutas
- Yogur griego natural azucarado
- Yogur natural azucarado
- Yogur líquido

-10% azúcares añadidos **-5% grasas totales** **Hasta -16% sal**

DERIVADOS CÁRNICOS

- Chorizo vela extra
- Jamón cocido extra
- Longaniza fresca
- Pechuga de pavo
- Salchichas/mortadela
- Salchichón vela extra

Hasta -13,8% sal **-10% grasas saturadas**

APERITIVOS SALADOS

- Palomitas de microondas
- Patatas fritas
- Productos de aperitivo
- Productos de aperitivo fritos

-5% azúcares añadidos **-5% grasas saturadas**

BOLLERÍA Y PASTELERÍA

- Bollos con pepitas chocolate
- Bollos relleno sin cobertura
- Bollos sin relleno
- Croissants industriales
- Magdalenas
- Pastelitos relleno con cobertura
- Pastelitos relleno sin cobertura
- Rosquillas con cobertura
- Rosquillas sin cobertura

-10% azúcares añadidos

BEBIDAS REFRESCANTES

- Bebidas refrescantes de lima-limón sin edulcorante



-10% azúcares añadidos

CEREALES DESAYUNO INFANTIL

- Cereales de desayuno infantil chocolateados

-5% azúcares añadidos

HELADOS

- Helados infantiles base agua

-6,7% sal

CREMAS

- Cremas de verduras

-10% azúcares añadidos

NÉCTARES DE FRUTAS

- Néctar de melocotón sin edulcorantes
- Néctar de naranja sin edulcorantes
- Néctar de piña sin edulcorantes

-5% azúcares añadidos **-5% grasas saturadas**

GALLETAS

- Galletas de desayuno familiar e infantil
- Galletas rellenas

Hasta -18% azúcares añadidos **Hasta -16% sal**

SALSAS

- Kéetchup
- Mayonesa
- Salsa fina
- Tomate frito

-5% azúcares añadidos

PAN ESPECIAL ENVASADO

- Pan de molde blanco
- Pan de molde integral
- Pan tostado
- Pan tostado integral

REDUCCIONES EN BASE AL CONTENIDO MEDIANO (DATOS 2016) / OTRAS MEDIDAS EN: WWW.AECOSAN.MSSSI.GOB.ES.

RESTAURACIÓN SOCIAL

ENTORNOS

- > Colegios
- > Empresas, cafeterías de hospitales
- > Fuerzas y cuerpos de seguridad del estado, centros de administraciones públicas
- > Centros de pensión completa 7 días (excepto sector socio-sanitario)



COMPROMISOS

- > Aumento de la oferta de:
 - Primeros platos a base de hortalizas (incluidas verduras), continuando con pasta y arroz
 - Segundos platos a base de carnes magras y pescado y con guarniciones de hortalizas, verduras y/o legumbres
 - Productos alimenticios cocinados con plancha, cocción y horno, sin añadir sofritos o salsas elaboradas
 - Pan integral
 - Fruta fresca de temporada como opción de postre
 - Yogur natural no azucarado frente al uso de otros productos lácteos
 - Biscotes o pan sin sal y galletas sin azúcares añadidos
- > Disminución de la oferta de platos precocinados fritos tanto platos principales como en acompañamiento
- > Promocionar con mensajes saludables durante los meses de actividad del centro
- > Fomentar el empleo de aceite de oliva como mejor opción para los aliños

RESTAURACIÓN MODERNA

ESTABLECIMIENTOS

- > Con servicio en mesa
- > Sin servicio en mesa
- > En ruta



COMPROMISOS

- > Reducción del contenido de azúcar en sobres monodosis
- > Reducción del contenido de sal en sobres monodosis
- > Aumento de los desayunos y cafés en los que se utiliza leche baja en grasa y desnatada en establecimientos con servicio en mesa

DISTRIBUCIÓN AUTOMÁTICA

COMPROMISOS

- > Reducción de la dosis máxima de azúcar añadido en bebidas de máquinas calientes
- > Aumento de alimentos equilibrados que favorezcan una dieta saludable del total de productos incluidos en la máquina
- > Aumento de agua y bebidas refrescantes sin azúcares añadidos en máquinas de bebidas frías del total de la oferta de bebidas incluida en la máquina



MÁS INFORMACIÓN:



FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE
ASOCIACIONES DEDICADAS A
LA RESTAURACIÓN SOCIAL

