

*alimen  
tant...*

IRCO

IRCO



# EXPERTS A ALIMENTACIÓ ESCOLAR

## Centres Atesos

València i Província	<b>173</b>
Castelló i Província	<b>78</b>
Alacant i Província	<b>61</b>
Granada i Província	<b>108</b>
Màlaga i Província	<b>53</b>
Jaén i Província	<b>46</b>
Còrdova i Província	<b>34</b>

## Més de 62.000 menjars diarisministrats

2019-2020	<b>62.000</b>
2018-2019	<b>60.000</b>
2017-2018	<b>48.000</b>
2016-2017	<b>45.000</b>
2015-2016	<b>40.000</b>

# TREBALLEM PER A DONAR-TE EL MILLOR

COMPROMISOS IRCO PER A OPTIMITZAR LA GESTIÓ EN EL TEU CENTRE

- CUINA TRADICIONAL MEDITERRÀNIA
- MENÚS NUTRITIUS I EQUILIBRATS
- INGREDIENTS DE QUALITAT
- MENUS TEMÀTICS I JORNADES GASTRONÒMIQUES.
- APP. COMUNICACIÓ I DIFUSIÓ
- GARANTIES I CONTROLS
- PROJECTE EDUCATIU

# CUINA TRADICIONAL MEDITERRÀNIA

## SANA I EQUILIBRADA

- Receptes basades en la saludable **Dieta Mediterrània**, aportant equilibri i varietat: cereals, fruita, verdures, llegums, carns i peix, lactis, ous, fruita seca i oli d'oliva.

## COM A CASA

- Elaboracions **casolanes**.
- Plats tradicionals, **gastronomia de la zona**: paella valenciana, olleta....
- **Desdejunis**
- **Esmorzars/berenars**



# ELS NOSTRES MENÚS

## SANS I EQUILIBRATS

- Basats en les recomanacions de l'OMS (Organització Mundial de la Salut)
- I en l'estratègia NAOS (Estratègia Nacional per a la Nutrició, Activitat Física i Prevenció de l'Obesitat).



World Health Organization



¡come sano y muévete!

## ESTUDIATS I GARANTITS

- Nutricionistes de IRCO col·legiats i en actiu (assessorament).
- Valorats per l'Àrea de Nutrició i Bromatologia de Facultat de Farmàcia de la Universitat de València.



fed-n

Fundación Española de  
Dietistas-Nutricionistas



UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

# ELS NOSTRES MENÚS

Menús elaborats pel  
Dpt. Dietètica i  
Nutrició

Basats en la “Guia per  
als menús en  
menjadors escolars”  
(Generalitat  
Valenciana)

Revisats i valorats per  
l'Àrea de Nutrició i  
Bromatologia,  
Universitat de  
València



CONSEJO GENERAL  
DE COLEGIOS OFICIALES DE  
**Dietistas-Nutricionistas**



UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



# ACTUALITAT + ALTERNATIVES...

## SELECCIÓ DE PROTEÏNA VEGETAL

En IRCO sabem que els nostres llegums d'origen nacional són un aliment nutricionalment molt complet i que a més millora la qualitat del sòl on es cultiva.

Des del punt de vista nutricional els llegums d'origen nacional són rics en vitamines i minerals com el ferro, el potassi, el magnesi i el zinc, per això estan tan integrades i presents en els nostres menús.

### UN SÚPER-ALIMENT, EN TOTA REGLA!

A més de tots els seus beneficis, entre els avantatges dels llegums, destaca la varietat de plats diferents que podem elaborar fomentant la gastronomia local.

Algunes formes de servir les llegums que s'adapten perfectament als gustos dels xiquets i xiquetes són:

- Plats de cullera.
- Plats de cereals con llegums afegides.
- Ensalades de llegums.

### Beneficis per a la salut:

- No contenen gluten.
- Milloren la qualitat de les proteïnes de les dietes.
- Són una bona font de vitamines.
- Ideals per a persones diabètiques perquè contenen molta fibra, poca grassa i un índex glicèmic baix.
- El seu contingut en ferro és alt.
- La fibra soluble contribueix a diferents millores.



# MILLORS INGREDIENTS PER A MENÚS SANS I EQUILIBRATS

**MÉS**  
ECOLÒGIC

FRUTES I VERDURES  
PLATS 100% ECO  
PA I PASTES



**MÉS**  
DE TEMPORADA I  
PROXIMITAT

FRUTES I VERDURES FRESQUES  
IOGURT ARTESÀ  
ARRÒS CULTIU VALENCIÀ



**MÉS**  
CEREAL  
INTEGRAL

PA INTEGRAL DE LLAVORS  
PASTES INTEGRALS



**MÉS**  
PEIX  
SOSTENIBLE

CERTIFICACIÓ MSC





# MILLORS INGREDIENTS PER A MENÚS SANS I EQUILIBRATS

**MÉS**  
LLEGUM  
NACIONAL

CIGRONS  
FESOLS  
LLENTILLES...



**MÉS**  
ALIMENTS  
NUTRITIUS

QUINOA  
ALFALS  
NABIUS  
XIA



**MÉS**  
OU DE GALLINA  
CRIADA EN SÒL

OUS AMB MÉS SABOR



# GARANTIES DE QUALITAT

## SEGURETAT ALIMENTÀRIA

- Implantem els Sistemes d'Anàlisi de Perills i Punts Crítics de Control (APPCC): Plans d'Higiene i Traçabilitat en els centres amb personal d'IRCO.
- **Auditories** del Sistema APPCC per tècnics especialistes.
- **Anàlisi bacteriològica** per laboratoris independents:
  - Control d'olis.
  - Control de plagues.
  - Control de neteja de superfícies.
  - Informes de resultat per al centre.
  - Assessorament higienicosanitari.
  - Auditories de bones pràctiques de manipulació.



# GARANTIES DE QUALITAT

- **EQUIP DE PROFESSIONALS:** Formats i amb experiència en hostaleria i restauració, higiene alimentària, gestió de riscos (APPCC), nutrició i al·lèrgies alimentàries, etc...
- **DISSENY DE MENÚS NUTRITIUS:** disseny de menús certificat. (Facultat de Farmàcia. UV). Especialistes en nutrició.
- **SEGELL DE QUALITAT: ISO 9001:** Certificació de qualitat total. Disseny de menús, seguretat alimentària, compres, recursos humans i atenció al client.
- **SISTEMA DE COMPRA HOMOLOGADA:** Sostenible, proveïdors de la zona, productes frescos, segons els màxims estàndards de qualitat. Departament de compres.



UNIVERSITAT DE VALÈNCIA



# MENÚ AMB + VALOR AFEGIT

## Menú Mensual Col·legis



### Menú Maig 2020

#### DILLUNS

**INFORMACIÓ PER A AL·LÈRGICS / INTOL·LERÀNCIES / NECESSITATS ESPECIALS**  
Aquest menú no és apte per a persones que patixen al·lèrgies o intoleràncies alimentàries ja que conté els al·lèrgens més comuns en la població (DIEIWP 2019, anexe II). Informa a la direcció del menjador, oportunitat al certificat mèdic perquè el responsable sol·licita directament un menú dissenyat i canviat diàriament a aquesta prescripció. Nota: en cas de necessitat especial pot sol·licitar al seu centre els al·lèrgens que componen els plats servits.

Enciam mesclat, tonyina, carlota, xips de moniato  
**Crema de Verdures Ecològiques** amb crosstons casolans  
**Mandonguilles en salsa amb cous cous** (carn de porc al forn amb hortallisses)  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, dacsa  
**Lentilles amb hortallisses Ecològiques i Arròs**  
**Hamburgueses 100% de vedella completa** (amb tomaca, formatge i ouallit)  
**Fruita**

Enciam, ceba morada, donats de peix, olives  
**Sopa coberta amb pilota i fideus** (fideus i porc amb ou)  
**Calamar arrebossat amb salsa tàrtara** (tot casallà) amb pa amb tomaca i calçove  
**Fruita**

Guacamole amb rucola  
**Lentilles estofades amb arròs integral i hortallisses**  
**Almadros frescos enfarinats** amb ensalada de brots verds  
**Fruita**

#### DIMARTS

Fula de ouros, cogombre, llonganissa, llavors de carabassa  
**Estofat de cigrons a la castellana** (amb xoriço i ou de paell)  
**Truita de creïlles amb tomaca amanida**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, dacsa  
**Ensalada russa amb bastons**  
**Arròs del senyoret amb PEIX DE LLOTJA** (amb lluç, cabernet, gambes i clobineta)  
**Truita carabasseta amb tomaques kerri rostides**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam, ouros, piya, tonyina  
**Sopa d'olla amb estrelletes i ou** (fideus i porc i cigrons)  
**Sopa d'olla amb arròs pilaf i passos**  
**Fruita**

Pa amb oli i formatge franc  
**Ensalada de l'horta** (enciam, tomaca, carlota, dacsa i ou dur)  
**Arròs al forn** (amb magra de porc, botifarra i blanquet)  
**Fruita i iogurt**

#### DIMECRES

**Ensalada mediterrània amb ou** (enciam, tomaca, carlota, dacsa, i clobineta)  
**I formatge de torrallo valencià amb pesco**  
**Paelia Valenciana** (amb pollastre de camp i carnofoia)  
**Fruita i iogurt Artesà**

Enciam, escoroba, dacsa, mango  
**Caragols de mar a la napolitana** amb formatge cheddar (amb tomaca i hortallisses)  
**Salmó a la planxa amb saltat de verdures estil oriental**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Pa amb oli i formatge franc  
**Ensalada de l'horta** (enciam, tomaca, carlota, dacsa i ou dur)  
**Arròs al forn** (amb magra de porc, botifarra i blanquet)  
**Fruita i iogurt**

#### DIJOUS

Enciam, tomaca, llonganissa, gemitats  
**Fesols ecològics de l'horta** (amb hortallisses de temporada)  
**Rollon de pollastre empanat amb samfaina casolana** (amb tomaca i hortallisses)  
**Fruita**

Enciam i canyons, tomaca, llonganissa, olives  
**Guisat de cigrons amb xoriço**  
**Pizza casolana de pernil dolç i formatge** (amb tomaca)  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam variats, tomaca, cogombre i dacsa  
**Crema de carabasseta** amb formatge mozzarella i bastons integrals  
**Rollon de porc en salsa de poma i moniato rostit**  
**Fruita**

#### DIVENDRES

Torrada d'humus de cigri  
**MACARRONS INTEGRALS a la Italiana** amb afibrega Fresca (amb tomaca i formatge)  
**Gall Sant Pere a l'esqueua** amb guarnició de carabasseta al forn  
**Fruita**

Enciam, tomaca, avocat i cencic  
**Crema de pèsols i poma**  
**Cuica de pollastre rostit amb panolles de dacsa**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam, tomaca, carlota, rebatouts  
**Focs pintos amb pernil**  
**Ous estrelats amb creïlla palla**  
**Fruita**

Enciam variats, tomaca, cogombre i dacsa  
**Crema de carabasseta** amb formatge mozzarella i bastons integrals  
**Rollon de porc en salsa de poma i moniato rostit**  
**Fruita**

**EL QUE ENS DIFERENCIA**

- Ingredientes ECO
- Zero Bacteris
- Zero Mides
- Zero Oligos 3
- Governança local
- Prebiotes Vegetal
- Productes Temporals
- Equipament apto
- Dis tensió

**¿SABIES QUÈ...?**

Tots els menús mensuals amb ingredients 100% RESO. Tots els dies PA ECO. Pans venuts: lleuger, integral, blanc, ecològic.

**FRUITA DE TEMPORADA MAIG:** Poma, kiwi, pera, maduixa, nectarina, cervesa, pitallà.

**JORNADA GASTRONÒMICA:** El 22 de maig celebrarem al Menú Hindú.

**CONSELLS SALUDABLES**

Es refrigerats són tipus d'aquests aigua de l'any. Per a prevenir-ne el consum d'elements que ajuden a reforçar el sistema immunitari com a fruites i verdures, riques en vitamines C i A, o llegums que aporten zinc.

**JORNADA HINDÚ**

- Ensalada Ausià
- Crema All Blacks
- Crema de carabass amb cardemom
- Alfons de pollastre en salsa Rapa Nui
- Natilles Casolanes Calcuta

**INFORMACIÓ**

En cas d'al·lèrgies i intoleràncies consulta amb el teu centre per a sol·licitar un menú especial.

SEGUIM-NOS DES DE EL TEU DISPOSITIU MÒBIL MITJANÇANT L'APP

**VALORS NUTRICIONALS**

Exemple: 300g / 900Kcal	Greix	AGS	AGM	AGP
	42,6g	8,8g	15,3g	14g
Hidrats de carboni	Sucres	Prebiotes	Sab	
	93,5g	216g	33,3g	2,5g

**SALUDABLE I COMPLET**

**ENTRANT**  
S'especifica que els ingredients de l'amanida.

**PRIMER PLAT**  
S'especifica la tècnica culinària i els ingredients. Està basat en arrossos, pastes, sopes, cremes, guisats i estofats...

**SEGON PLAT**  
S'especifica la tècnica culinària i els ingredients a base de carns, peixos, rostits, saltats, empanats/arrebossats acompanyat de guarnicions variades.

**POSTRE**  
Fruita de temporada o làctic (especificant tipologia en cada cas, p.e. iogurt, natilles, flàm).

**INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA**  
Composició nutricional.  
Hàbits alimentaris i higiènic.

Suggerències per a menjars complementaris: desdijuni, esmorzar, berenar i sopar.

**DILLUNS**

Enciam mesclat, tonyina, carlota, xips de moniato  
**Crema de Verdures Ecològiques** amb crosstons casolans  
**Mandonguilles en salsa amb cous cous** (carn de porc al forn amb hortallisses)  
**Fruita**

SCOPAR: Ensalada de tomaca i peix blau al caldo curt. Fruita.

**Mensualment comuniquem a les famílies a través de diferents vies i suports el menú del seu col·legi, amb informació detallada sobre el mateix.**

El nostre menú descriu els ingredients principals que componen els plats del dia de forma clara i detallada, així com les tècniques culinàries, oferint recomanacions saludables per als sopars.

En el calendari incloem les jornades gastronòmiques que se celebren periòdicament en els centres.

Las propuestas del menú IRCO han sido revisadas e i valoradas por l'Àrea de Nutrició i Bromatologia de la Facultat de Farmàcia de la Universitat de València



# MENÚS + DIVERTITS

✓ **Menús festius:** especial nadal, xocolatada, ou de pasqua, especial fi de curs...

✓ **Jornades gastronòmiques saludables:** menús internacionals, jornades culturals i nutricionals... relacionades amb activitats dirigides pels monitors perquè els xiquets aprenguen de manera lúdica: decoració del menjador, tallers de gastronomia, sobre la temàtica presentada.





# MÉS GARANTIES I CONTROLS

AMB LA  
QUALITAT I EL  
MEDI AMBIENT

ISO 14.001  
(CERTIFICACIÓ 2017  
CC ALACANT)  
ISO 9001  
(CERTIFICACIÓ 2005  
CUINA DE VALÈNCIA)

AMB LA  
SOCIETAT

MENSA CÍVICA  
(COL·LABORADOR 2017)  
FENT EMPRESA



# MÉS RESPONSABILITAT SOCIAL



## Responsabilitat Social Corporativa

### OLI SOLIDARI

A través de l'entitat ReciclaAceite reciclem l'oli usat de les nostres cuines amb finalitats solidaris. La col·laboració suposa un repte i compromís social i mediambiental, sent la millor opció per a gestionar l'oli usat que generem en les nostres cuines, la clau per a la protecció i cura de l'entorn fent un ús eficient i responsable dels nostres recursos.



A més, ens permet dotar de recursos a entitats socials afins al nostre projecte social, orientat a la integració de col·lectius socials. Actualment Col·laborem amb la Federació Espanyola de Bancs d'Aliments (FESBAL).

### PLAT SOLIDARI

En IRCO també cuinem contra la desnutrició infantil.

De la mà de **Acción contra el Hambre**, donem un percentatge del nostre plat solidari anual per a combatre la desnutrició infantil, garantir l'accés a aigua segura, aliments, formació i cures bàsiques de salut.



### ALTRES ACCIONS DE RSC

- PROMOCIÓ DE PROVEÏDORS I PRODUCTES LOCALS.
- COMPROMÍS DE POLÍTQUES I PRÀCTIQUES RESPONSABLES.
- SENSIBILITZACIÓ AMB LES CAUSES SOCIALS.
- IMPLICACIÓ EN L'OCI DELS MÉS XICOTETS.
- PROMOCIÓ D'AMBIENTS DE TREBALL SALUDABLES.

# RSC



# MENJADOR SOSTENIBLE

IRCO crea valor en el seu centre convertint el seu menjador en un “Menjador Sostenible”, responnent als reptes presents i futurs de la comunitat educativa.

## MENJADOR SOSTENIBLE

+ de 50  
accions  
en marxa



Al seu torn, en IRCO estem compromesos amb els 17 objectius de Desenvolupament Sostenible i amb l'agenda 2030 que planteja les Nacions Unides. En integrar-los en la nostra organització desenvolupem accions que, directa o indirectament, aporten valor afegit extra al seu centre.



**OBJETIVOS**  
**DE DESARROLLO**  
**SOSTENIBLE**



# PLATS AMB INGREDIENTS ECOLÒGICS

A circular graphic with a green background and white text. The text reads '100%' above 'ECO'. The background of the circle has a splatter or brushstroke effect.

100%  
ECO

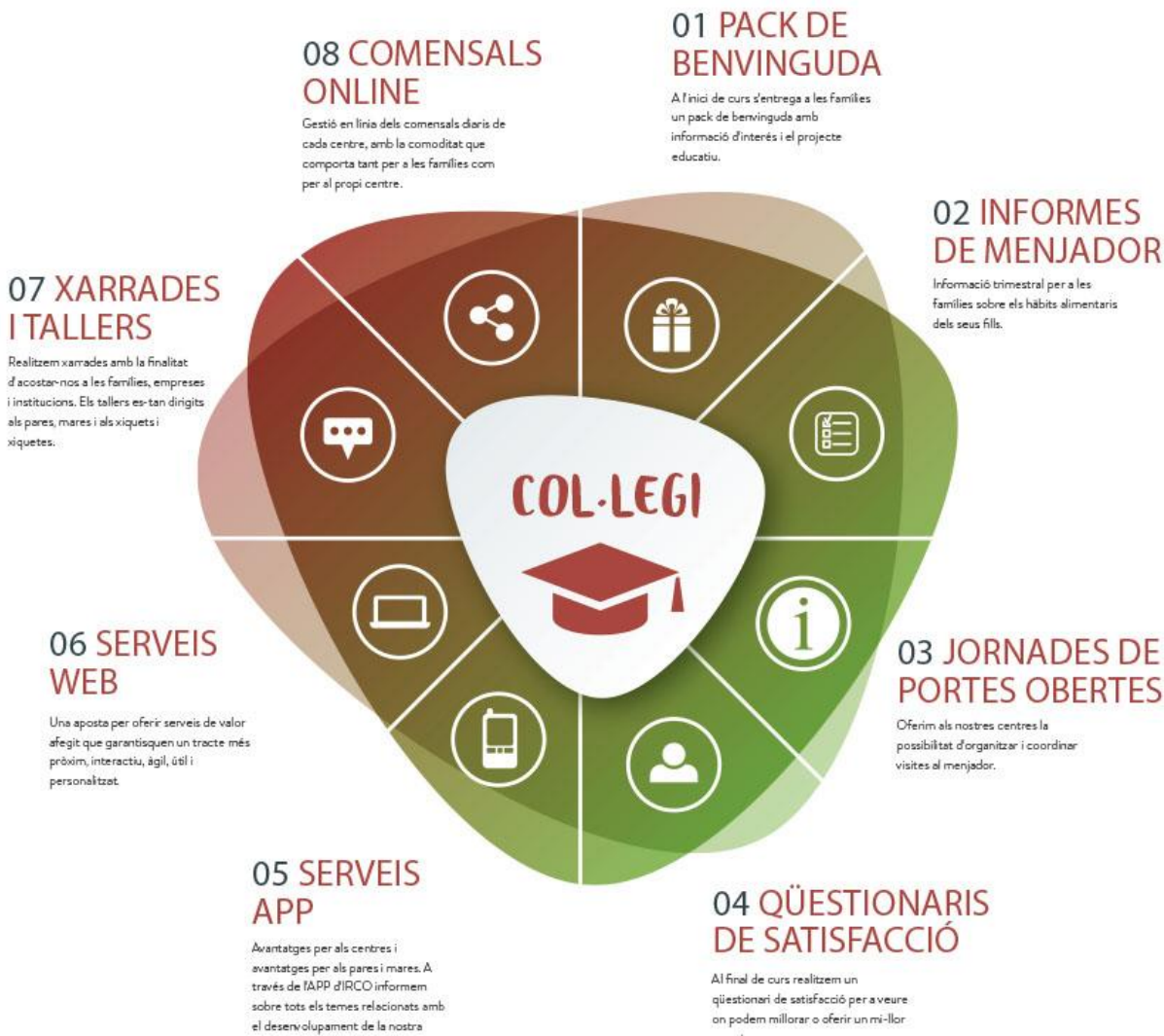
## PLATS AMB INGREDIENTS ECOLÒGICS

IRCO, en la seua aposta per una restauració més sostenible, dona un pas més per al projecte de menjador sostenible, fomentant el consum de productes ecològics entre els nostres comensals.

A close-up photograph of several fresh carrots with their green leafy tops still attached, growing out of dark, rich soil. The carrots are bright orange and appear to have been recently harvested.

DEL CAMP  
A LA TAULA

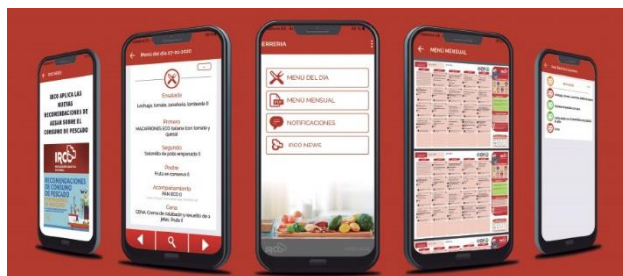
# MÉS COMUNICACIÓ





# MÉS COMUNICACIÓ

Segueix-nos en:



## APP PARES

- Segueix-nos des del teu dispositiu mòbil a través de l'APP i RRSS de IRCO

## APP EMPRESSES

- Gestiona des del teu dispositiu mòbil la petició diària del menú a través de l'APP per a empreses d'IRCO

### AVANTATGES PER ALS CENTRES:

- ✓ Augmenta i facilita a les famílies el seguiments de l'alumnat.
- ✓ Permet estructurar la informació als distints grups del centre.
- ✓ millora la imatge i valoració de l'activitat educativa del centre.
- ✓ Fomenta una major participació familiar.

### AVANTATGES PER ALS PARES I MARES:

- ✓ Visualització del menú diari i disponibilitat per a la seua descàrrega.
- ✓ Recepció instantània de notificacions i avisos.
- ✓ Facilita la recepció d'informació.
- ✓ Augmenta la interacció amb el centre.

### AVANTATGES PER ALS MENJADORS D'EMPRESA:

- ✓ Visualització i petició del seu menú.
- ✓ Pagament a través de l'APP, vinculant la targeta.
- ✓ Informació total per a l'empresa.

# MÉS COMUNICACIÓ



## Newsletters

La comunicació més interessant i important en la teua safata d'entrada



## Pack de Benvinguda

Oferim un Pack de Benvinguda per a les famílies de tots els usuaris del menjador escolar.

## Altres Comunicacions:

Jornada de Portes Obertes, Xarrades, Racó d'IRCO...





# PROJECTE EDUCATIU

## UN ANY DE CINEMA

**OCTUBRE**  
TÍTOL: **FOODY FRANKENSTEIN**  
Durante este mes, Foody Frankenstein vivirá nuevas experiencias que le ayudarán a ser un gran cocinero del futuro en el verano. En esta aventura aprenderá a afrontar sus miedos y ganar el premio del futuro de una gran fiesta de Halloween.  
¿Estás preparado?

**MARÇO**  
TÍTOL: **FOODY JONES**  
En febrero el cumpleaños de Foody Jones y con él parte la historia para una divertida aventura. En marzo Foody Jones llegará a una isla que se llama Isla Jones. Después de un día de estar allí descubrirá que se trata de un mundo mágico y divertido.  
¿Estás preparado para descubrirlo?

**MARÇO-ABRIL**  
TÍTOL: **FOODY CHAPLIN**  
En marzo y abril Foody Chaplin vivirá el momento del género de la comedia y como un día Charles Chaplin. "Oh sí, un verano es un día perfecto" es el lema de este mes. ¡Cada día es un día perfecto! ¿Estás listo para descubrirlo?

**NOVIEMBRE**  
TÍTOL: **FOODY THE PHANTOM OF THE OPERA**  
Nuestro Foody Fantasma de la Ópera, a través de sus historias, nos enseña a superar el miedo y a ser un gran cocinero del futuro. En esta aventura aprenderá a afrontar sus miedos y ganar el premio del futuro de una gran fiesta de Halloween.  
¿Estás preparado?

**DICIEMBRE**  
TÍTOL: **FOODY FANTASY**  
Llega la Navidad, una época de felicidad en el mundo. Foody Fantasma de la Ópera se convertirá en un gran cocinero del futuro que lo ayudará a ser un gran cocinero del futuro. En esta aventura aprenderá a afrontar sus miedos y ganar el premio del futuro de una gran fiesta de Halloween.  
¿Estás preparado?

**FEBRERO**  
TÍTOL: **FOODY JAGLAR**  
En febrero el cumpleaños de Foody Jaglar y con él parte la historia para una divertida aventura. En febrero Foody Jaglar llegará a una isla que se llama Isla Jaglar. Después de un día de estar allí descubrirá que se trata de un mundo mágico y divertido.  
¿Estás preparado para descubrirlo?

**ENERO**  
TÍTOL: **FOODY ACTOR - THE OSCAR GOES TO**  
Prepara para descubrir que el futuro del cine con el "Oscar" será el mundo mágico de Foody Actor. En enero Foody Actor llegará a una isla que se llama Isla Actor. Después de un día de estar allí descubrirá que se trata de un mundo mágico y divertido.  
¿Estás preparado para descubrirlo?

**IRCO**



# PROJECTE EDUCATIU

## + PROGRAMACIÓ

ANIMACIÓ LECTORA

INVENTS I TALLERES

JOCS I DANSES

MÀSTERXEF

ACTIVITATS ESPECIALS

MENÚS TEMÀTICS

DINÀMIQUES SILENCI

## + HABILITATS

SOLIDARITAT

EMPATIA

ALTRUISME

SINCERITAT

TOLERÀNCIA

AMISTAT

DIÀLEG

## + VALORS

CREATIVITAT

ASSERTIVITAT

BONDAD I IGUALTAT



# ¡Gràcies!



[ircosl.com](http://ircosl.com)



**VALÈNCIA (CENTRAL):**

Av. Progreso, 7. Pol. Ind.  
Campo Anibal. Puzol.  
Tel. 961 42 42 80

**ALACANT:**

Av. Saturno, 10 F. Pol. Llano  
del Espartal. Alicante.  
Tel. 965 24 59 04

**CASTELLÓ:**

C/ Río Palancia, 27. Esc.  
G.V.I. Monteblanco. Castellón de la Plana.  
Tel. 964 34 25 57

**CÓRDOVA:**

C/ Impresor Diego de Valverde y Leyva.  
Parc. 250-E. Pol. Ind. Las Quemadas. Córdoba.  
Tel. 957 491 492

**MÁLAGA:**

C/ Escritora Gertrudis Gómez de  
Avellaneda, 8. Pol. Ind. Trévez. Málaga.  
Tel. 952 02 69 09

**MADRID:**

Paseo de las Delicias, 30. 2ª  
planta. Madrid  
Tel. 917 876 789