

Tres de cada cuatro comedores escolares no garantizan el mínimo de pescado azul: la alerta antes del Real Decreto 315/2025

El pescado está... pero el azul se queda fuera

En España, el pescado llega al comedor escolar... pero, demasiadas veces, llega con el traje equivocado. El dato que rompe el piloto automático es claro: aunque casi todos los centros sirven pescado cada semana, solo un 26% garantiza el mínimo de pescado azul recomendado; traducido, tres de cada cuatro comedores no aseguran ese aporte regular de omega-3 (EPA y DHA) que se vincula con el desarrollo neurológico y visual en la infancia.

La alerta aparece en el *Estudio de menús escolares en España: equilibrio energético y consumo de pescado*, impulsado por [OPROMAR](#) y avalado por la Fundación Española de la Nutrición (FEN), que se presentó el jueves 12 de febrero de 2026 en Madrid, en La Casa Encendida, con sector pesquero, empresas de catering, AMPAS, expertos y administración en la

misma mesa.

El timing no es casual: el Real Decreto 315/2025 (15 de abril de 2025) entra en escena como un “nuevo suelo” normativo para comedores escolares saludables y sostenibles, y este informe llega justo antes para decir dónde están los agujeros.

Aquí aparece la pregunta incómoda (la que no cabe en un menú plastificado): ¿estamos alimentando bien o estamos cumpliendo por apariencia? Porque el estudio no discute “si hay pescado”, sino qué pescado entra, cómo se planifica, qué se informa a las familias y, sobre todo, qué se queda fuera del plato cuando la especie azul se sustituye por un comodín blanco, más fácil de comprar, más fácil de cocinar y, a veces, más fácil de justificar.



La alerta aparece en el *Estudio de menús escolares en España: equilibrio energético y consumo de pescado*, impulsado por Opromar y avalado por la Fundación Española de la Nutrición (FEN)

No es una guerra del filete contra la croqueta: es una

radiografía de sistema que afecta, según el propio informe, a más de 1,5 millones de escolares. Se trata, además, del primer análisis integral a escala estatal basado en 2.738 comedores públicos de Primaria.

Mucha técnica, poca diversidad de especie

Para sostener esa radiografía, se han revisado 2.738 comedores escolares públicos de Primaria en las 17 comunidades autónomas, y el resultado suena a paradoja: se cumple la frecuencia semanal de consumo de pescado en el 96,6% de los casos, pero el “pescado” que aparece es casi monocromo. La merluza domina el mapa: se ofrece en el 91,7% de los comedores analizados, de modo que una sola especie termina actuando como comodín de la proteína marina.



Se han revisado 2.738 comedores escolares públicos de Primaria en las 17 comunidades autónomas

En cambio, la variedad se queda corta: se registran 16 especies de pescado blanco y 8 de pescado azul consumidas de

forma regular, mientras que los moluscos apenas aparecen (15,6%) y los crustáceos son casi testimoniales (0,5%).

A la vez, se reconoce que el sistema ha alcanzado una notable excelencia operativa: se aplican muchas técnicas culinarias y se evita repetir recetas con frecuencia, algo que, en teoría, debería facilitar el salto hacia una mayor diversidad de especies.

Sin embargo, lo que se está viendo no es una falta de ideas en cocina, sino un patrón de compra y planificación que tiende a lo seguro, donde el riesgo se mide en que “no lo coman” o en que “no salga el coste”.

El informe lo resume con una frase que debería ponerse en la nevera de cualquier responsable de menú: “El pescado está presente, pero no el que realmente aporta los nutrientes clave”. Y ahí el matiz importa: el pescado azul (sardina, caballa, jurel, atún, entre otros) suele concentrar más ácidos grasos omega-3, y ese plus nutricional es justo el que se está quedando en el muelle, como si el comedor escolar fuese un puerto con horario restringido y siempre llegara el mismo barco. En términos simples: se sirve pescado, pero se repite demasiado.

El agujero silencioso: la transparencia del menú

El otro agujero del sistema no huele a mar, sino a papel: la transparencia. Según el estudio, un 43% de los comedores no facilita información completa sobre valor energético y macronutrientes, lo que impide verificar si el menú que se sirve cumple de verdad los estándares nutricionales y complica

la supervisión por parte de familias y administraciones.



Es más, incluso en algo tan básico como “qué lleva el plato”, solo alrededor de la mitad de los centros especifica todos los ingredientes, con el impacto evidente en seguridad alimentaria y en confianza. Lo llamativo es que, cuando los datos sí se aportan, se observa un promedio razonable (en torno a 660 kcal por comida y una distribución equilibrada de proteínas, hidratos y grasas): el problema, por tanto, no es que se cocine mal cuando se mide, sino que casi media España queda fuera del radar.

Además, el mapa territorial añade tensión: el cumplimiento del mínimo de pescado azul oscila desde el 0% en algunas comunidades hasta más del 70% en otras, y se ha señalado un detalle que desmonta el tópico de “lo costero lo tiene más fácil”: regiones del interior superan a varias zonas con litoral, lo que sugiere que el acceso al producto no es el cuello de botella; lo son la gestión, la formación y el diseño del menú.

En la presentación participaron, entre otros, la presidenta de la FEN, Rosaura Leis, y el gerente de OPROMAR, Juan Martín Fragueiro, que insistió en que el real decreto es una oportunidad histórica, pero que sin información nutricional obligatoria y seguimiento continuo el cambio podría quedarse en un trámite administrativo. Dicho de otro modo: sin luz, el menú parece mejor de lo que es; con luz, se ve dónde hay que afilar.

El Real Decreto 315/2025: medir, alternar, informar... y hacerlo sostenible

¿Qué cambia con la norma? El [Real Decreto 315/2025](#) no se queda en el “comer sano” como eslogan: fija reglas de juego para programar menús (de lunes a viernes) y para ordenar la oferta alimentaria del centro. En la parte práctica, se establecen entre una y tres raciones de pescado a la semana y se pide alternar, priorizando pescado azul y blanco, además de limitar frituras y precocinados, reforzar fruta fresca y definir el agua como bebida de referencia, con medidas para facilitar su acceso en el propio colegio.

También se introduce un deber de información a las familias que obliga a bajar el menú del “te lo digo” al “te lo enseño”: nombre de platos, técnica culinaria, salsas, guarniciones, alérgenos y orientación para que la cena sea complementaria del mediodía.

En paralelo, se empuja la compra local y de temporada como palanca de salud y sostenibilidad, una línea que conecta con proyectos ya testados.

Y aquí **Canarias** tiene un espejo útil: el propio Ministerio ha citado a **Ecocomedores en Islas Canarias** como ejemplo de experiencias que funcionan y pueden inspirar a otros

territorios. La lectura canaria, además, es directa: si el estudio denuncia que el azul no llega, el archipiélago dispone de mercado, recetario y cultura de costa para convertir especies de proximidad en aliadas habituales del menú escolar, evitando que todo se resuelva con merluza repetida o rebozado de emergencia.

En ese contexto se entiende el lanzamiento de Super Peixiño – Edición 2026, una campaña que apuesta por un lenguaje atractivo para niños y familias, porque el hábito se aprende tanto con el plato como con el relato. Y si hay que elegir, mejor que los pequeños coleccionen diplomas de “superhéroe del pescado” a que coleccionen déficits invisibles.