



Más niñas,
niños y jóvenes
mejor
alimentados



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
HUMANA



Para aprender **toooodo** lo que el colegio tiene que enseñarte, necesitas, a diario, una **buena alimentación**.

Si bien un refrigerio escolar y una comida caliente aportan, cada día los nutrientes que satisfacen gran parte de las necesidades alimenticias de cada alumna y alumno, según su etapa de vida, la alimentación escolar está en capacidad de proveerles, además, hábitos de vida saludables, correspondientes a una formación integral de calidad.

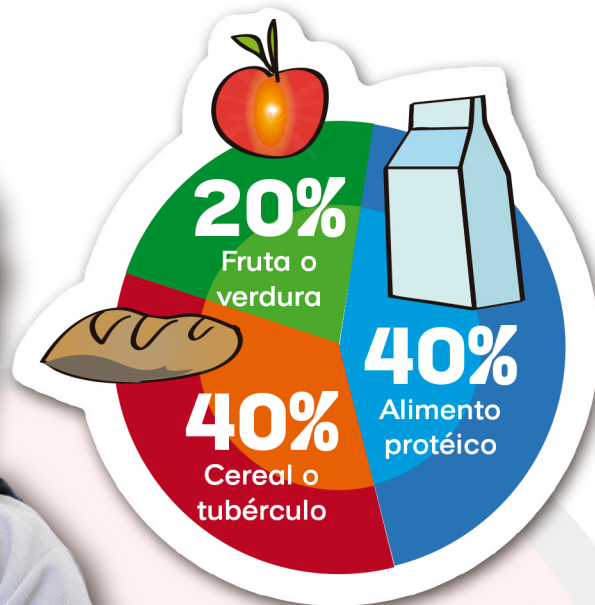
La alimentación escolar en 40 horas, con dos suministros diarios, aporta entre el **44** y el **52** por ciento de la necesidad energética del día, y se distribuye así:

20%

Grupos **reguladores** (vitaminas y minerales contenidos en **frutas y vegetales**, principalmente)

40%

Grupos **energéticos** (harinas, cereales, y tubérculos entre otros)



40%

Grupos **formadores** (**proteínas** contenidas en granos, carnes, huevos y derivados lácteos)





El Proyecto de Alimentación Escolar (PAE), de la Secretaría de Educación Distrital (SED), además de brindar hábitos saludables a las niñas, niños y jóvenes matriculados sus colegios, cuenta con comedores escolares que soportan la jornada completa (40 horas a la semana x 40 semanas al año) y garantizan su acceso y permanencia en colegios de zonas rurales y urbanas de la ciudad.

Allí, el PAE les ofrece una alimentación con calidad, gratuidad y en procura de la igualdad de oportunidades, con lo que contribuye a la construcción colectiva de una cultura saludable, correspondiente a una educación en constante mejoramiento.

Aporte de
calorías
según la

edad

La alimentación escolar suministra por edad el siguiente número de **calorías diarias**:



3-5



6-8



9-12



13-17

Diarias recomendadas*

1.523

1.783

2.056

2.530

Diarias aportadas por la alimentación escolar

Desayuno **335** **446** **514** **633**

Almuerzo **457** **535** **617** **759**

Refrigerio **335** **392** **452** **557**

*ICBF, Recomendación de calorías y nutrientes para la población colombiana, 1992

fomentamos Hábitos para una **vida sana**

✓ Lavarse las manos antes de ingerir los alimentos

✓ Consumir tres frutas y dos verduras al día

✓ Realizar frecuentemente actividades físicas

Consumir completamente las raciones que se ofrecen tanto en el refrigerio como en el comedor escolar

Separar de forma adecuada los residuos de los alimentos



Nuestros objetivos



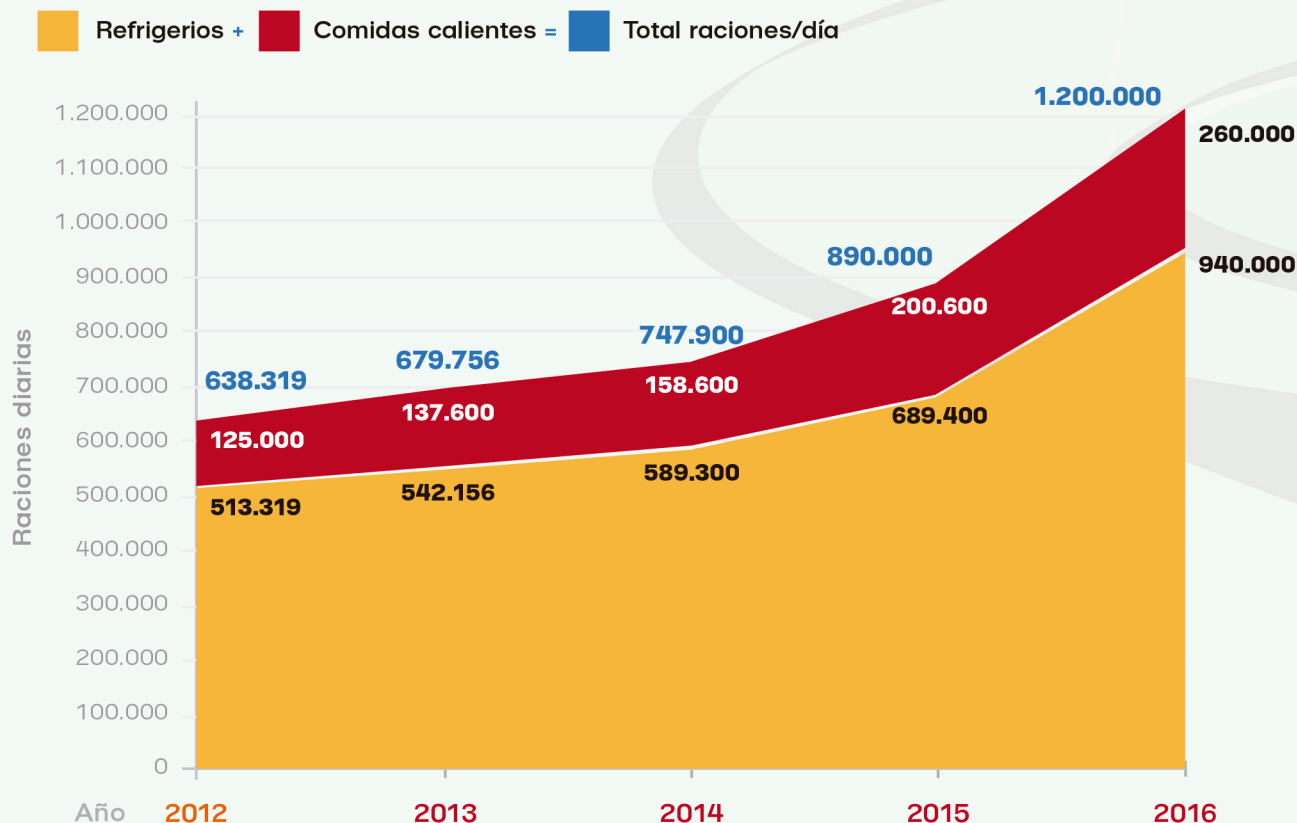
- ✓ Fortalecer el desarrollo físico e intelectual de las y los estudiantes
- ✓ Elevar su rendimiento académico
- ✓ Generar un ambiente social más favorable en la escuela
- ✓ Fomentar hábitos alimentarios saludables en las niñas, los niños, los jóvenes y sus familias

Además, la alimentación escolar procura la igualdad de oportunidades de las niñas, los niños y los jóvenes, y garantiza el derecho a la educación con calidad y gratuidad.

Metas de la Bogotá Humana en alimentación escolar

El Proyecto de Alimentación Escolar de la Secretaría beneficiará a 890.000 estudiantes con el suministro de 940.000 refrigerios escolares y 260.000 comidas calientes, para un total de **1.200.000 raciones diarias**.

En el cuatrienio la inversión de la Bogotá Humana ascenderá a una cifra histórica en la ciudad: **1,2 billones de pesos**.



Nuevos comedores escolares

Esto también incluye la construcción o habilitación de 75 nuevos comedores, con lo que, entre 2012 y 2016, Bogotá pasará de tener **70 a 124 comedores escolares** completamente dotados.





Garantía de **calidad y transparencia**

A través del **Sistema de Seguimiento y Evaluación** del PAE la Secretaría de Educación del Distrito evalúa permanentemente la alimentación de niñas, niños y jóvenes en los colegios distritales. Esta herramienta analiza los componentes: educativo, alimentario, nutricional, financiero y de control social, en torno a la alimentación escolar, y arroja insumos valiosos para el mejoramiento continuo del proyecto.



El Programa de Alimentación Escolar de Bogotá es invitado constantemente a intercambios de experiencias nacionales e internacionales y es reconocido como una buena práctica en América Latina.

Alimentación escolar con **inclusión social**

La Bogotá Humana, en el marco de su política de seguridad alimentaria y nutricional, aplica una justa articulación entre la demanda pública de alimentos y la oferta que la ciudad y la región hacen al respecto.

Por ende, el proyecto favorece la inclusión de la economía popular en el suministro de alimentos, tanto para los **comedores** como para las **tiendas** escolares, al involucrar a los pequeños productores locales como proveedores de productos saludables y frescos.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Avenida El Dorado No. 66-63
PBX: 324 1000, ext. 3113 - 3118 - 3119
www.educacionbogota.edu.co