

# COMBI CATERING

## Comer Bien, S.L.

Lucía García Moreno  
Responsable de Calidad  
[lgmoreno.calidad@comerbien.es](mailto:lgmoreno.calidad@comerbien.es)



Combi Catering **comienza en Aragón** en el **año 1991** y dos años más tarde llega a **Cantabria**.

Son ya 25 años dedicados al catering.



**¿Quiénes somos?**



- **Cocinas in situ**
- **Catering desde cocina central:**
  - Línea fría
  - Transportado en caliente

**Líneas de elaboración**





**Cocina in situ**





**Transportado en caliente**



# SISTEMA EN “LÍNEA CALIENTE”

Riesgo principal:

Transporte inadecuado  
en contenedores  
isotermos ineficaces  
provocan pérdidas  
parciales de  
temperatura y  
desarrollo peligroso de  
microorganismos.



**Transportado en caliente**





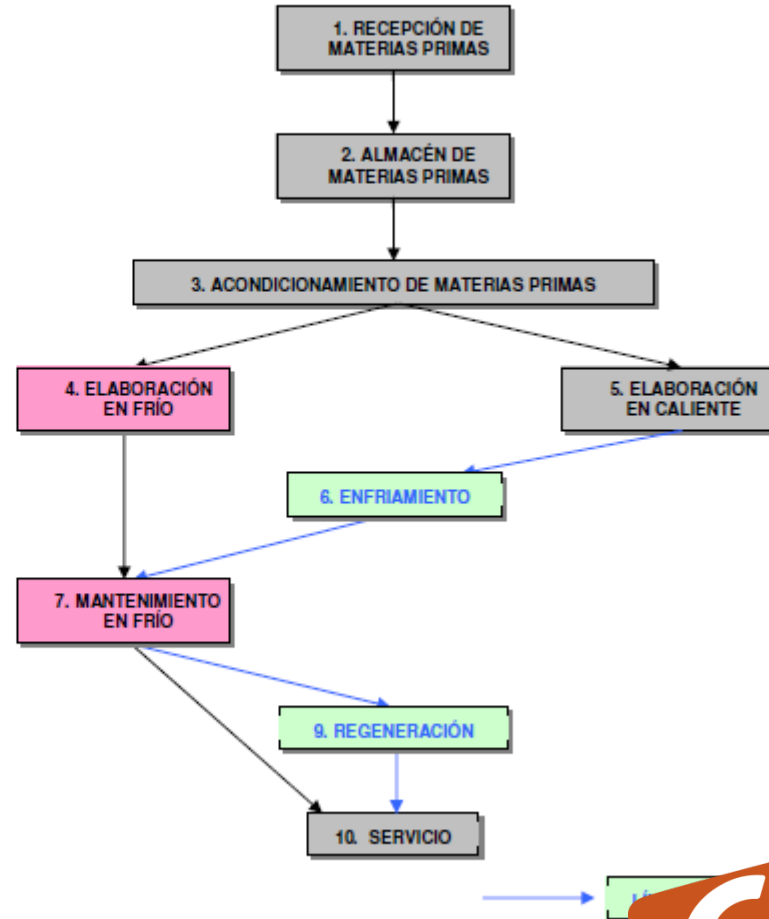
Línea fría



# SISTEMA EN “LÍNEA FRÍA”

Es imprescindible:

- No romper la cadena de frío en ningún momento
- Que la regeneración se realice justo antes de su consumo



## Línea fría





Depende de:

- Abatido de temperatura.
- Envasado en atmósfera protectora:



**Caducidad línea fría**



- Caducidad microbiológica.
- Caducidad organoléptica => ***Fundamental***

Pasteurizado:

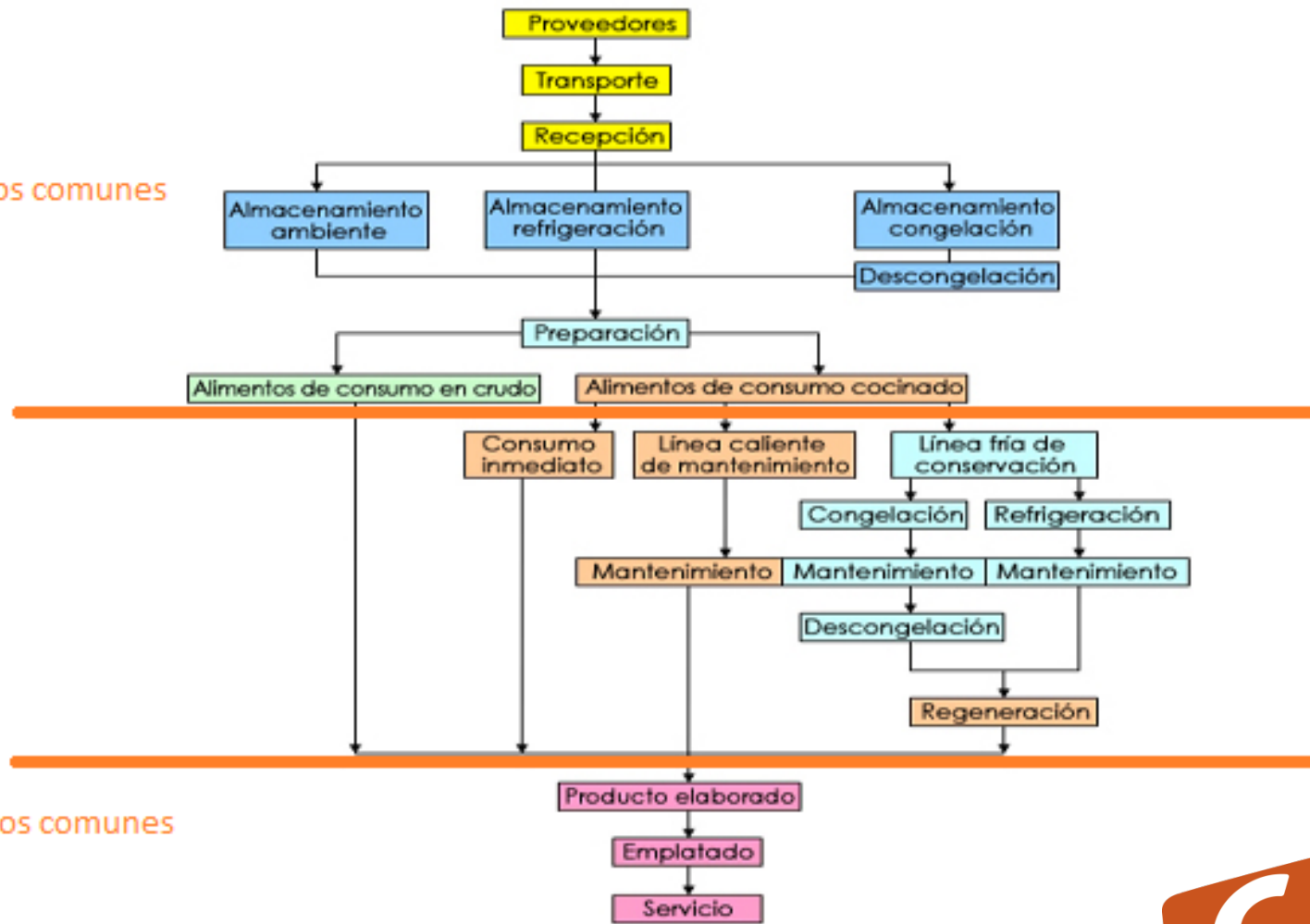
↑ Calidad microbiológica

↓ Calidad organoléptica

**Caducidad línea fría**



Procesos comunes



Procesos comunes

# Líneas de elaboración





**Resultado**



Combi Catering comienza con esta inquietud en el **año 2008**, momento en que se creó la **Mensa Cívica**, planteando la posibilidad de introducción de alimentos de proximidad y ecológicos en nuestros menús así como **criterios de sostenibilidad en nuestra actividad**.



Desde ese momento hemos ido **planteándonos distintos aspectos**, encontrándonos con muchas **dificultades** y consiguiendo hacer **realidades**.

**Apuesta por la sostenibilidad**



Dos aspectos claves:



- **La proximidad de los alimentos.**
  - Fortalece la economía y permite el desarrollo rural de la zona.
  - Se consume un producto más fresco que conserva mejor sus propiedades originales.
  - Reduce la contaminación producida por el transporte al acortar la distancia entre el punto de producción y el de consumo.
- **Alimentos ecológicos como valor añadido.**

## Nuestro proyecto

"Alimentos cercanos para un menú más ecológico"



# Curso 2012-2013

## Colegio Juan de Lanuza (Zaragoza)

Junto al Departamento de Calidad del colegio y dentro de un ambicioso plan educativo se pone en marcha el **Comedor Escolar Sostenible** basado en:

1. El consumo de productos locales y de temporada.
2. La introducción de alimentos ecológicos en el menú escolar.
3. La formación de ciudadanos/as en el consumo responsable y sostenible.



## El comienzo

- Programación de los **menús**:

- Pasta ecológica de Daroca
- Pasta ecológica integral de Daroca
- Arroz integral del Pirineo
- Legumbre de la Bañeza de primera calidad
- Verduras ecológicas
- Huevos ecológicos
- Pan integral ecológico de variedad de trigo Aragón 03 (Ecomonegros)
- Harina integral ecológica de variedad de trigo Aragón 03 (Ecomonegros)
- Buffet de ensaladas ecológicas cercanas
  
- Esporádicamente: Pollo ecológico, ternasco de Aragón, fruta ecológica, yogures artesanos...

**Alimentos cercanos como preferencia:**

Queso fresco artesano, ternasco de Aragón, ternera del Pirineo, cerdo fresco cercano, salchichas frescas elaboradas artesanalmente en Aragón...

# Comedor Sostenible Colegio Juan de Lanuza (Zaragoza)





- **Jornadas de encuentro con las familias**



**Cata de verduras y legumbres**

**Cata de pan de Ecomonegros (trigo Aragón 03)  
y aceite ecológico de Aragón**

**Comedor Sostenible  
Colegio Juan de Lanuza**



- Extensión del proyecto
  - Aragón:
    - 31 Colegios Públicos de Zaragoza
    - Varias escuelas infantiles (Zaragoza)
    - Colegio Ntra. Sra. De la Merced (Zaragoza)
    - Comedores de empresa (Zaragoza)
    - Huesca: 6 Colegios Públicos
    - Teruel: 2 Colegios Públicos
  - Cantabria

**Más de 10.000 menús diarios  
en línea de proximidad y  
alimentos ecológicos como valor añadido**

**¿En qué punto estamos?**



- **Coste** de los alimentos ecológicos
  - Vegetales, cereales y legumbres.
  - Carnes.
  - Pescados (pesca respetuosa).

**Dificultades**



- **Canales de comercialización cortos:**

- **Vegetales ecológicos:**

- Volumen de MP necesario y pequeño agricultor.
- Manipulación previa de vegetales.



**PLATAFORMA LOGÍSTICA**  
de productores próximos ecológicos

**Dificultades**



Ejemplo:

- **Pasta ecológica: 500 kg/día**

Dificultad: Disponibilidad de trigo duro ecológico de Aragón en algún momento.

- **Verdura ecológica: 1200 kg/día**

Dificultad: Disponibilidad de verdura ecológica con garantía de suministro.

Necesidad de limpieza, especialmente en la cocina central.

**Nuestras necesidades  
en Zaragoza**



- **Sensibilización** de los consumidores o de las familias de los niños/as de los comedores hacia propuestas diferentes:
  - Plato único.
  - Reducción de proteína animal.
  - Potenciación de proteína vegetal a través de legumbres, frutos secos, germinados...

**Dificultades**



Salvar dificultades



## Formación de alianzas

- Proveedores próximos ecológicos
- Clientes
- Otros catering

**Estamos en proceso de  
experimentación**



**Combi Catering y Gardeniers  
colaboran para llevar a los comedores  
verduras cercanas, ecológicas y  
socialmente responsables.**

gardeniers,  
origen  
orgánico  
brota de ti



**Formación de alianzas**





# • Zaragoza Schoolhouse

## ACEITES SALUDABLES

Aguacate, aceite de oliva virgen extra, aceitunas. Evitar las grasas trans.



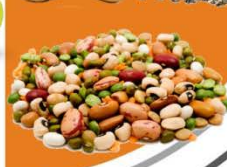
## VERDURAS

Combinar diferentes verduras. Mejor si son de temporada. Incluir hojas verdes y verduras frescas todos los días.



## FRUTAS

Cuanto más colores añadamos a nuestro plato, ¡mucho mejor! 2-3 frutas enteras y de temporada cada día.



## BEBER AGUA

Optar por agua natural o infusiones. Té y café sin azúcar. Evitar refrescos, zumos azucarados y leches comerciales.



## GRANOS INTEGRALES

A diario en cada comida y mejor si son integrales. Maíz, quinoa, amaranto, arroz. Evitar refinados y bollería industrial.

## PROTEÍNAS SALUDABLES

Garbanzos, lentejas, soja y sus derivados, judías, nueces, almendras, semillas de chía y de sésamo. Consumir unas 6-8 veces por semana, combinados para conseguir fuentes de proteínas completas.

# Formación de alianzas



- Zaragoza Schoolhouse

Titular de El Heraldo de Aragón:

*“Seitán, algas y quinoa en el comedor del cole”*



**Formación de alianzas**



- En Zaragoza ofrecemos más de **8.000 menús diarios**.
  - **Nuestros platos son caseros**, elaborados de forma tradicional.
  - Se empanan y rebozan las carnes y pescados, se elaboran los san jacobos a mano (en cocina central aprox. 14.000 unidades), se cocinan las verduras frescas, hortalizas, pasta, arroz, las legumbres secas a fuego lento...



**Cocina casera**



- Calabaza ecológica
- Col de hoja ecológica
- Borraja ecológica
- Acelga ecológica
- Etc.



**Alimentos de temporada**



- La **verdura** es **ecológica y cercana**, de **GARDENIERS**, centro especial de empleo de **Atades en Alagón**..
- Toda la **pasta** que compone el menú es **ecológica**, procedente de trigo duro de Aragón, cultivado en las tierras **del campo de Daroca**.
- La **fruta**, teniendo en cuenta la temporada, está cultivada en distintos puntos **de Aragón** salvo alguna variedad que no es posible como el plátano o los cítricos.
- La **legumbre** es de la Bañeza de primera calidad.
- Utilizamos arroz integral del **Pirineo Aragonés**.
- El **queso fresco** está **elaborado artesanalmente** en **El Burgo de Ebro**.
- La **ternera** es de **Binéfar**.
- Utilizamos **jamón de Teruel** para rehogar las verduras. Y las **salchichas frescas** nos las elaboran **de forma tradicional** en **Cuarte de Huerva (Zaragoza)**.
- El **pan** está **elaborado en un horno de Zaragoza** de forma tradicional.

## Los ingredientes de nuestros platos



# Abril

2016



LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 01	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO
					<b>INFANTE (3-6 años)</b> Energía (kJ) 658 Proteína (g) 24,36 Hidratos de Carbono (g) 73,64 Grasas (g) 21,28
					<b>ADULTO (18-24 años)</b> Energía (kJ) 740 Proteína (g) 23,87 Hidratos de Carbono (g) 70,97 Grasas (g) 27,74

LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08	ANÁLISIS NUTRICIONAL MEDIO
Amar blanco con salsa de tomate	Có de hoja ecológica con patata y hongos con ají y pimarrón dulce	Esopagitas ecológicas a la neapolitana	Garbanos guisados con verduras	Crema de calabacín	<b>INFANTE (3-6 años)</b> Energía (kJ) 658 Proteína (g) 24,36 Hidratos de Carbono (g) 73,64 Grasas (g) 21,28
Palomitas empanado con lechuga	Jambón asado con champiñón	Librito de jamón y queso casero con lechuga	Albóndigas de meluca en salsa verde con tallos de espárrago	Pollo en su jugo con zanahora y lechuga	<b>ADULTO (18-24 años)</b> Energía (kJ) 740 Proteína (g) 23,87 Hidratos de Carbono (g) 70,97 Grasas (g) 27,74
Fruta de temporada	Yogur	Prueba de temporada	Prueba de temporada	Prueba de temporada	

TODOS NUESTROS MENÚS INCLUYEN RACIÓN DE PAN

### LOS INGREDIENTES DE NUESTROS PLATOS

Como base fundamental del proyecto **Alimento cercano para un menú más ecológico**, COMBI CATERING propone una serie de menús basados en potenciar la proximidad de los alimentos y en la introducción de productos ecológicos como valor añadido, teniendo siempre en cuenta las características de alimentación saludable.

- La **fruta**, teniendo en cuenta la temporada, está cultivada en distintos puntos de Aragón salvo alguna variedad que no es posible como el alpino o los cítricos.
- La **legumbre** es nacional de primera calidad.
- El **queso fresco** está elaborado artesanalmente en el **Burgo de Cinca**.
- Utilizamos **Jamón de Teruel**, para elegir la verdura y las setas frescas nos las elaboran de forma tradicional en **Cuervo de Zaragoza**.
- El **pan** está elaborado en un horno de Zaragoza de forma tradicional.
- Toda la **patata** que compone el menú es **ecológica**, procedente de trigo duro de Aragón, cultivado en las fincas del **campo de Daroca**.
- La **verdura** es **ecológica y cercana**. Por motivos climatológicos, legumbres u otros que pueden surgir en la producción de la verdura podría haber alguna modificación en cuanto a la variedad de esta menú.



### ALIMENTO DEL MES

#### Geminado de soja ecológica

Los geminados, especialmente de legumbres, proporcionan al organismo proteínas completas de muy buena calidad y fácilmente asimilables por nuestro organismo. Son ricas en vitaminas A, C, hierro y potasio.

Los geminados ecológicos de soja verde que proponemos esta mes están cultivados en Cataluña por Geminado Mungo.

#### Pan integral

Pan elaborado con harina de grano entero molida en piedra, por una familia de la zona que ha conseguido recuperar una variedad de trigo de muy alta calidad en el campo de Aragón 03.

Esta variedad de trigo tiene una proporción de proteínas algo mayor que el trigo duro, pudiendo alcanzar un 17% de proteínas.

### ESPACIO BLOG / PRENSA

#### De COMBI CATERING cocinamos con patata ecológica

En COMBI CATERING estamos apostando mucho más por la alimentación saludable, convirtiéndola de una materia en una especial para nosotros. Desde el momento de producción, ecológica y de temporada, todo de nuestra compañía pensamos por la mañana.

Una cocinera local cultivó el trigo duro procedente de algunas variedades de grano que no sabemos que era más o menos comúnmente asociado con el modo anterior, ya que de sus mareas y a distancia de esta planta, está el procesamiento de la variedad de grano duro, que de esta variedad de trigo duro procedente de Aragón.

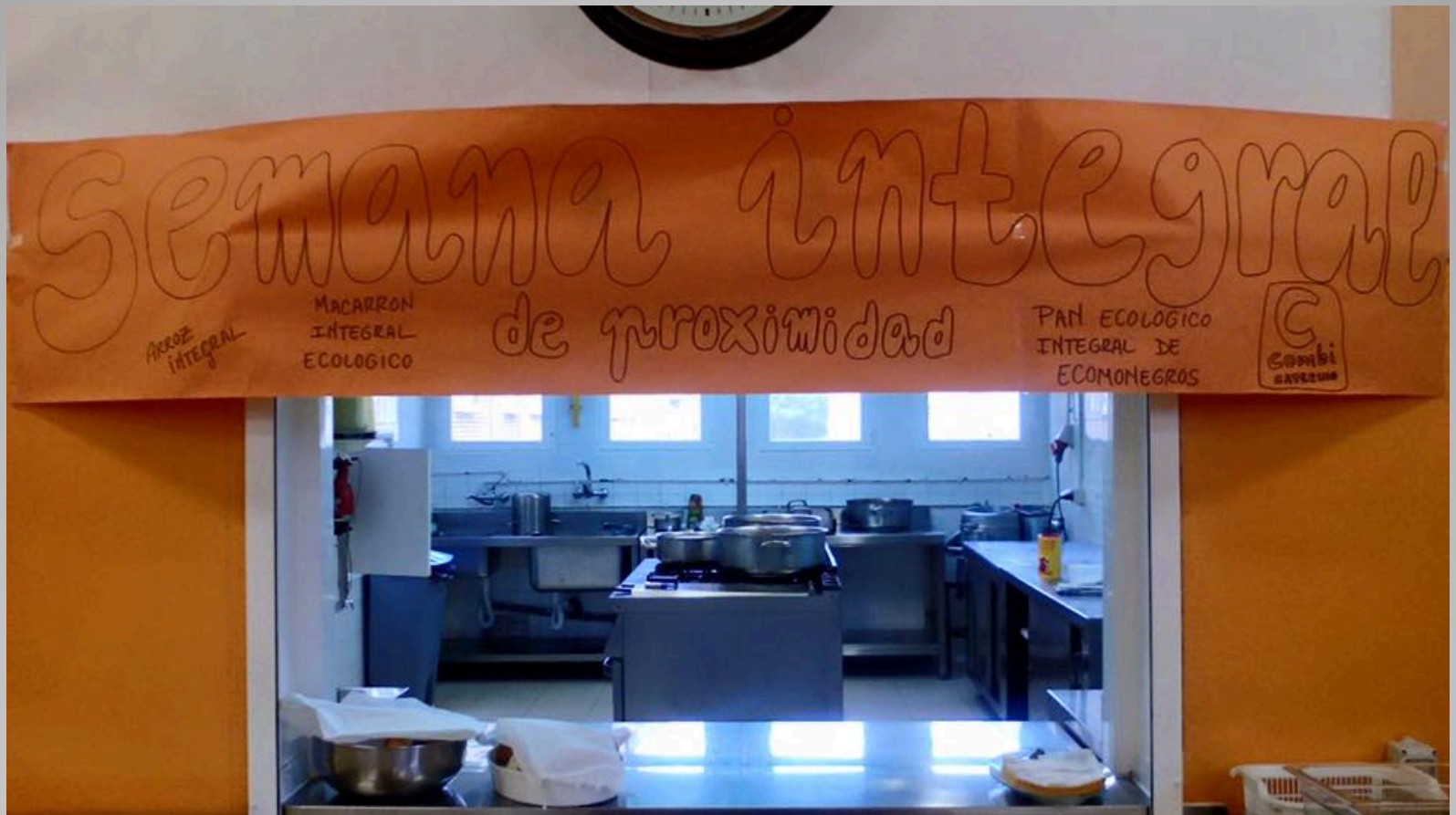
Más como espagueti ecológico a la catalana o a la napolesa, más como espagueti gamallo con queso rallado, o patata ecológica con patillo de pollo o patata ecológica con tomate y láminas de meluca, que en cualquier momento, como que tenéis a vuestra disposición.

[www.combiariasq/blog](http://www.combiariasq/blog)

Los menús son programados, realizados y aprobados por el Departamento de Calidad de COMBI CATERING - Comer Bien, SL, que cuenta con personal profesional con formación adecuada y acreditada para ello.

# Alimento del mes





Alimento del mes



- Pan ecológico integral de Ecomonegros



Alimento del mes





- Yogur de Aragón elaborado por Villacorona



**Alimento del mes**



- Germinados ecológicos de soja de Germinados Mungo en Calahorra



**Alimento del mes**



- Fruta ecológica



Alimento del mes

Sensibilizar a los niños y niñas en el consumo responsable, el respeto a nuestro entorno y la importancia de una alimentación saludable.



No queremos sólo  
dar de comer



- **Compostadores** en varios colegios para que los residuos vegetales del comedor se conviertan en abono del huerto escolar.



**Proyecto de compostaje**



# ● Desayuno saludable.

Prueban:

- Pan ecológico integral de Ecomonegros con aceite de oliva virgen extra del Bajo Aragón.
- Cereales integrales ecológicos sin azúcar.
- Leches vegetales ecológicas de avena y de almendra.



**Talleres sobre alimentación,  
saludable, cercana y consciente**





## Concurso de murales sobre Recuperación de la Huerta de Zaragoza



**Talleres sensoriales con Slow Food y visitas a la Huerta de Zaragoza**





- **Objetivo:**

- Favorecer el desarrollo de competencias emocionales y la aplicación de las mismas para una elección de alimentación sostenible a lo largo de la vida.

Dar salida, expresar una emoción, es un proceso muy saludable.



**Proyecto**  
**"Alimentando emociones"**



- **5 centros piloto:**

- Equipo de monitoras/es realizan actividades sobre alimentación saludable y prácticas para una vida sana y desarrollo emocional adecuado.
  - Ej. Introducción de técnicas de Mindfulness en niños/as de Educación Infantil.



**Proyecto**  
**“Alimentando emociones”**



- **Proyecto contra el despilfarro alimentario.**

- Trabajo en centros concretos a través de actividades sencillas y participativas para reducir el despilfarro de alimentos.



**Hacia dónde vamos**



- **Colaboración con comedores sociales para donación de alimentos y/o comidas preparadas.**

*Combi Catering dona 7.000 raciones de pescado a comedores sociales*



**Hacia dónde vamos**



# Nuestro comedor ha recibido el **Premio Ebrópolis a las Buenas Prácticas Ciudadanas**



*Medioambiente, salud, apuesta por la economía local, educación e integración de discapacitados... Son muchos los valores de una iniciativa que muestra un compromiso indudable con la formación desde edad temprana en hábitos saludables, un compromiso social con el mundo de la discapacidad y la empleabilidad de este colectivo y un compromiso con el sector agroalimentario de proximidad, la economía local y el medioambiente. Esta buena práctica, además, es ya modelo de actuación para otras entidades.*

*"Jurado del 13 Premio Ebrópolis a las Buenas Prácticas Ciudadanas 2014"*

## Premios



# Premio INNOVANTA 2014



**Combi Catering** es empresa de restauración colectiva, referente en materia de aplicaciones del slow food en este sector, comulgando con los principios de sostenibilidad, en especial en el uso de alimentos ecológicos para los menús que sirve en comedores escolares, segmento de demanda que supone el 90% de su actividad, en materia de prestación de servicios de restauración, lo cual le ha permitido ser pionera en crear una nueva doctrina sobre comedores escolares educativos y sostenibles, a base de productos estacionales y de proximidad.

“Jurado de los Premios Innovanta 2014”

## Premios



[www.comerbien.es](http://www.comerbien.es)

**Blog:** [www.comerbien.es/blog/](http://www.comerbien.es/blog/)



**COMBI CATERING**  
**Comer Bien, S.L.**



Muchas gracias  
por su atención

**COMBI CATERING**  
**Comer Bien, S.L.**

