Un menú vegano sería 10% más barato que los tradicionales Junaeb

En el marco de la campaña #MiMenúVegano, que busca la implementación de un Programa de Alimentación Escolar (PAE) vegano, la organización internacional sin fines de lucro Animal Libre llevó a cabo un estudio que compara el menú entregado por la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) a los estudiantes con un menú vegano propuesto por el Departamento de Nutrición de Animal Libre.

Para su realización, se elaboró una calculadora de nutrientes en la que se ingresaron los datos de ambas dietas. Se seleccionó de forma aleatoria una semana de menú para los alumnos del Liceo José Victorino Lastarria, la cual fue desde el 6 al 10 de mayo de 2019.

Anuncio Patrocinado

Tras comparar los datos obtenidos, el estudio reveló que el aporte nutricional del menú vegano es superior en cuanto a la cantidad de nutrientes que aporta en comparación con el menú omnívoro entregado por JUNAEB, el cual proporciona un 29% menos de nutrientes, con una diferencia mínima en cuanto a las calorías. Asimismo, el menú omnívoro no logra aportar en un 100% las vitaminas A, D, E, K ni C, a diferencia del menú vegano que sólo queda incompleto en cuanto a las vitaminas D y E.

Además, el menú omnívoro aporta el 94% del consumo diario de colesterol recomendado, por lo que si los estudiantes llegan a sus casas a comer una poca cantidad de alimentos con colesterol, sobrepasarán el límite. A lo anterior se suma que el estudio evidenció que un menú vegano es un 10% más económico que el menú omnívoro, lo que desestima la objeción en cuanto a los costos que suele presentarse frente a las opciones veganas.

Al respecto, Mauricio Serrano, fundador de Animal Libre, afirma que “los datos de este estudio dan cuenta que no existe inconveniente económico ni nutricional para poder implementar un menú vegano que beneficie a miles de alumnos que hoy desean, ya sea por los animales, salud o medioambiente, alimentarse de manera vegana”.

El estudio se entrego junto a una carta al Director de JUNAEB solicitando un Programa de Alimentación Escolar Vegano (PAE), fue enviado el día de ayer lunes 6 de julio a la institución. Todo esto tras a una reunión realizada el 4 de diciembre del 2019, entre Animal Libre, organizaciones de la sociedad civil y el Director de JUNAEB, en donde quedó estipulado “definir una fecha de compromiso y factibilidad para implementar una segunda línea de producción en cocinas del PAE para incorporar preparaciones vegetarianas” con fecha “pendiente”.

y tú, ¿qué opinas?