Misión: Garantizar a todas las personas una educación de calidad como bien público y derecho humano a lo largo de la vida.

Nota DAE N°: 188 **/2021** Asunción, 31 de marzo de 2021

Señor
CRISTOBAL ALFREDO STETE GHIRINGHELLI, Intendente
Municipalidad de Pilar
Departamento de Ñeembucú

El Ministerio de Educación y Ciencias, se dirige a Usted con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Pilar en fecha 31 de marzo del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N° 68.258; en la cual hace referencia a la solicitud de modificación del proyecto de almuerzo escolar autorizado por el MEC y comunicado a su instancia a través de Nota DAE N° 90/2021 de fecha 02 de marzo del año 2021. La modificación solicitada hace referencia a: **actualización de matrícula y cambio en la provisión del servicio plurianual a anual por el año 2021.**

Proyecto autorizado – Año 2021-2022

Datos del proyecto para el servicio de almuerzo escolar autorizado. Año 2021-2022					
Cantidad de instituciones educativas	Cantidad de estudiantes	Tiempo de Provisión del servicio			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días (especificar)	
1	247	2021	181	Lunes a Viernes	Alimentos preparados en la escuela
		2022	181		

Modificación solicitada

Datos del proyecto para el servicio de almuerzo escolar autorizado. Año 2021					
Cantidad de instituciones educativas	Cantidad de estudiantes	Tiempo de Provisión del servicio			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días (especificar)	
1	267	2021	181	Lunes a Viernes	Alimentos preparados en la escuela

Al respecto, la Dirección de Alimentación Escolar autoriza la modificación del proyecto para el servicio de almuerzo escolar; en vista que reúne los requisitos exigidos en las normativas legales vigentes.

Lic. Liz Samudio
Jefa
Dpto. de Gestión de Programas
Direc. de Alimentación Escolar
Registro N° 953

Lic. Cassandra Becker
Tecnica Nutricionista
Direcc. de Alimentación Escolar - MEC

Lic. Melissa Desvars
Jefa
Dpto. de Educ. Alimentaria y Nutricional - MEC
Reg. Prof. N° 1036

Visión: Institución que brinda educación integral de calidad basada en valores éticos y democráticos, que promueve la participación, inclusión e interculturalidad para el desarrollo de las personas y la sociedad.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Misión: Garantizar a todas las personas una educación de calidad como bien público y derecho humano a lo largo de la vida.

Así mismo, el MEC no se hace responsable sobre la ejecución fuera del proyecto autorizado, además de no poseer injerencia en cuestiones relativas al precio referencial, la fuente de financiamiento, cantidad de matriculados, los procesos de contratación, la modalidad de servicio seleccionada por la contratante y los datos omitidos en el Formulario N° 1, el cual es exclusiva responsabilidad del encargado de la elaboración del proyecto, dependiente de la Municipalidad de Pilar; circunscribiéndose al análisis de las especificaciones técnicas de carácter nutricional, a garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los beneficiarios y a lo establecido en las normativas legales vigentes.

La presente modificación tiene una vigencia de 45 (cuarenta y cinco) días; a partir de la fecha de emisión, a fin de realizar los procedimientos administrativos correspondientes.

Sin otro motivo, deseándole éxitos en sus funciones se despiden atentamente.

Cassandra Becker, Nutricionista
Departamento de Educación Alimentaria y Nutricional

Liz Samudio, Jefa
Departamento de Gestión de PAE

Melissa Desvars, Jefa
Departamento de Educación Alimentaria y Nutricional

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY – PAEP

Formulario N° 01: Proyecto Para el Servicio de Almuerzo Escolar.-

1. Identificación de la Municipalidad.-	
Departamento*: ÑEEMBUCÚ.-	Distrito*: PILAR.-
Dirección del local de la Municipalidad*: Calle Alberdi y Avda. Mcal. Francisco Solano López.-	N° de Tel*: 0786-232218.-
Nombre del Intendente*: CRISTÓBAL ALFREDO STETE GHIRINGHELLI.-	
N° de teléfono de línea baja*: 0786-231130.-	N° de celular: 0975-619499.-
Dirección de correo electrónico*: uocmunipilar@gmail.com	
Nombre del/la nutricionista*: Lic. OMAR ULISES RAMIREZ VARGAS.-	
Nº de Registro Profesional*: 4471.-	N° de celular: 0975-181232.-
Dirección de correo electrónico*: omarurv@gmail.com	
2. Principales Datos del Proyecto de Almuerzo Escolar.-	
Cantidad de instituciones seleccionadas*: 1 (uno).-	
Cantidad de estudiantes beneficiados*: 267 (doscientos sesenta y siete).-	
Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días) *: Año Lectivo 2021: 181 días (según calendario escolar).-	
Fecha estimada de inicio de la provisión*: mes de marzo de 2021.-	
Fecha estimada de finalización de la provisión*: mes de noviembre de 2021.-	
Presupuesto estimado para el servicio*: Ejercicio Fiscal 2021: Gs. 628.251.000 (guaraníes seiscientos veintiocho millones doscientos cincuenta y un mil).-	
Precio referencial por plato*: Gs. 13.000 (guaraníes trece mil).-	
% de la agricultura familiar a implementar*: 10% (diez por ciento) *Decreto N° 9270/2018 establece como mínimo 10%*	

**Son campos obligatorios.-*

Observacion: Para elaborar los precios referenciales se deben considerar las normativas vigentes establecidas por la Dirección Nacional de Contrataciones Públicas.

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Regi N° 4471

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 c/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Tel.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Fotocopia

3. Identificación de las Instituciones Educativas Seleccionadas.-

Orden	Código de establecimiento escolar (**)	Código de Institución (**)	Nombre de la Institución/Centro (**)	Localidad o Barrio	Beneficiarios														Fuente de Financiación
					E.I(Pre jardín - Jardín - preescolar)		E.E.B. 1º y 2º Ciclo		E.E.B. 3º Ciclo		Educación Media				Educación Inclusiva		Educación Permanente		
											Bach. Científico		Bach. Técnico-Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
1	1201106	13622	Escuela Básica Nº 7241	Bº Juan Pablo II	46	36	88	77	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	848-30-003
				Sub total	40	36	99	92	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
				Total general	76		191		0		0		0		0		0		

Observación: datos proveídos, nota mediante, por la Coordinación Departamental de Supervisiones.-

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Foto 8

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 374 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckerman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

4. Requerimiento Nutricional.-			
4.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	Nivel Inicial	Edad escolar	Adolescente
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal	NO APLICA.

5. Composición del Menú.-	
5.1 Horario de preparacion del menú.	De 07: 00 hs a 10:00 hs
5.2Horario de distribución.	Turno mañana: 11:00 a 12:00 hs Turno tarde: 12:00 a 13:00 hs
5.3 Constitución del menú.	Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales
5.4Modalidad del servicio del almuerzo escolar.	Alimentos preparados en las escuelas

6. Menú Cíclico.-

SEMANA 1						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Vori vori de carne	Tallarín con salsa de pollo	Caldo de poroto con arroz	Guiso de mandioca con carne	Picadito de pollo con puré de papas
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gramos	70g salsa + 80g fideo	240 gramos	170 gramos	70g picadito + 110g pure
	Edad Escolar	350 gramos	100g salsa + 120g fideo	350 gramos	250 gramos	100g picadito + 160g pure
Ensalada		Lechuga, pepino y zanahoria	Repollo, pepino y zanahoria	Lechuga, tomate y cebolla	Remolacha, zanahoria y choclo	Berro, tomate y cebolla
Postre		Ensalada de frutas	Dulce de mamón	Fruta cítrica	Fruta de estación (banana)	Crema

SEMANA 2						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Locro	Salsa de pollo con arroz	Polenta con salsa de carne	Guiso de fideo con pollo	Salsa de legumbres con arroz quesú
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gramos	70g. salsa + 90g arroz	70g salsa + 170g polenta	200 gramos	70g salsa + 100g arroz
	Edad Escolar	350 gramos	100g salsa + 130g arroz	100g salsa + 250g polenta	300 gramos	100g salsa + 130g arroz
Ensalada		Lechuga, pepino y zanahoria	Repollo, tomate y zanahoria	Berro, tomate y cebolla	Remolacha, zanahoria y cebolla	Lechuga, tomate y zanahoria
Postre		Fruta de estación (banana)	Banana con miel	Ensalada de frutas	Maní con Miel	Fruta cítrica

Omar U. Ramírez V. Nutricionista Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 3

SEMANA 3						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Picadito de carne con puré de papa	Vori vori de pollo	Jopara	Chupin de pollo	Guiso de arroz con carne
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	70 g de picadito + 110g de purè	200g	240 gramos	120 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	100g de picadito + 160g de puré	300g	350 gramos	180 gramos	300 gramos
Ensalada		Repollo, remolacha y zanahoria	Berro, tomate y zanahoria	Lechuga, tomate y cebolla	Remolacha, zanahoria y choclo	Repollo, pepino y zanahoria
Postre		Dulce de mamon	Fruta de estación (banana)	Fruta cítrica	Maní Con miel	Fruta de estación (banana)

SEMANA 4						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Estofado de pollo con papa	Guiso de arroz con poroto	Tallarín con salsa de carne	Polenta con salsa de pollo	So'o apu'a
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	200 gramos	200 gramos	70g salsa + 80g fideo	70g salsa + 170g polenta	240 gramos
	Edad Escolar	300 gramos	300 gramos	100g salsa + 120g fideo	100g salsa + 250g polenta	350 gramos
Ensalada		Remolacha, zanahoria y choclo	Lechuga, tomate y zanahoria	Repollo, pepino y zanahoria	Berro, tomate y cebolla	Tomate, zanahoria y cebolla
Postre		Banana con miel	Fruta cítrica	Fruta de estación (banana)	Ensalada de frutas	Dulce de batata

OBSERVACION: El menú cíclico es la distribución normalizada de los menús para un periodo de tiempo de 20 días, con el objetivo de brindar variabilidad.-

Cualquier modificación al menú cíclico, deberá contar con la autorización de la contratante con la justificación del mismo; solicitando en un plazo de 24 horas antes vía nota.-

7. Recetario del Menú Cíclico.-

PLATOS PRINCIPALES				
Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 1: *Vori vori de carne*	Carne vacuna magra	80 g	70 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.
	Zapallo	60 g	32 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
Rendimiento: 1 porción	Harina de maiz	40 g	40 g	
	Tomate	25 g	24 g	Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que
	Zanahoria	20 g	16 g	

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 824 c/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Teléf.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 4

Energía: 398 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	10 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	9 g 8 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	estén blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aprox. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol, la harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar el caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas. Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de maíz al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el oregano.
Menú 2: *Tallarín con salsa de pollo* Rendimiento: 1 porción Energía: 292 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	Salsa de pollo Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Fideo Fideo Sal yodada Agua potable	60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	Salsa de pollo: Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Fideo: Hervir el fideo en un recipiente con agua y sal yodada; y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 3: *Caldo de poroto con arroz* Rendimiento: 1 porción Energía: 266 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Arroz Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo. Luego agregar el arroz y cocinar hasta que esté cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.
Menú 4: *Guiso de mandioca con carne* Rendimiento: 1 porción Energía: 363 kcal Peso por porción: Nivel inicial:	Mandioca Carne vacuna magra Tomate Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	200 g 60 g 60 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	116 g 52 g 59 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Mandioca: Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando. Guiso de mandioca: Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne en el aceite y ajo. Agregar cebolla, tomate, locote, laurel, sal yodada. Cocinar hasta que esten tiernos. Incorporar la mandioca previamente cocinada y

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 c/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Bicameral, Bloc Post Telef. (595)21 454 270 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 5

170 gramos Edad escolar: 250 gramos				picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos mas aproximadamente. Agregar agua si es necesario.
Menú 5: *Picadito de pollo con puré de papas* Rendimiento: 1 porción Energía: 285 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70 g picadito + 110 g puré Edad escolar: 100 g picadito + 160 g puré	Picadito de pollo Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Puré de papas Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Picadito de pollo: Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar el pollo en el aceite con el ajo, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada. Cocinar hasta que estén blandas. Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. Puré de papas Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente.
Menú 6: *Locro* Rendimiento: 1 porción Energía : 343KCAL. Peso por porción: Nivel inicial: 240g Edad Escolar: 350g	Carne vacuna magra Ajo Zapallo Locro Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita en hoja Sal yodada Laurel Agua potable	80g 0,5g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 5ml 5g 0,5g 0,2g c/n	70g 0,5g 32g 40g 24g 16g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2 c/n	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura amblente la noche anterior o dejar en remojo en agua caliente una hora antes de empezar la preparación. Desechar el agua de remojo. Pelar, lavar y cortar todos los vegetales. Reservar. Cortar la carne en trozos iguales. Reservar. Saltear la cebolla, locote, tomate, laurel y ajo. Agregar el locro y agua caliente, dejar hervir hasta que este blando, luego agregar la carne, el zapallo y la zanahoria, dejar hervir por 15 minutos más. Por ultimo agregar la cebollita de hoja y la sal.
Menú 7: *Salsa de pollo con arroz* Rendimiento: 1 porción Energía: 296 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70 g salsa + 90 g arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g arroz	Salsa de pollo Tomate Pollo Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Arroz Arroz Aceite Sal yodada Agua potable	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	 69 g 42 g 16 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	Salsa de pollo: Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Palmeiro y Humaitá
Edificio Beckerman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Oscar O. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 6

Menú 8: ***Polenta con salsa de carne*** Rendimiento: 1 porción Energía: 356 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 170g polenta Edad escolar: 100g salsa + 250g polenta	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Polenta Agua potable Harina de maiz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	 70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	 69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	Salsa de carne Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar la carne en el aceite con el ajo y sal yodada, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandos, por ultimo agregar tomate, posteriormente agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. Polenta. Pelar, lavar y picar la cebolla. en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve, incorporar harina de maiz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar la leche.
Menú 9: ***Guiso de fideo con pollo*** Rendimiento: 1 porción Energía: 308 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Pechuga de pollo Tomate Fideo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	42g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el fideo, revolver un poco y luego agregar el agua. Cocinar hasta que se ablande el fideo (10 a 15 minutos aproximadamente)
Menú 10: ***Salsa de legumbres con arroz quesú*** Rendimiento: 1 porción Energía: 304 kcal Peso por porcion: Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	Salsa de legumbres Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel Agua potable Arroz quesú Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Salsa de legumbres: Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción. Arroz quesú Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego. Observación: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente. La cantidad de agua hirviendo que se agrega al cereal es 2 veces su volumen.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 674 e/ Piribebuy y Hum[illegible]
Edificio Beckelman, Sto. Piso Teléf.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py

Lic. Oscar U. Ramírez
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 7

Menú 11: ***Picadito de carne con Puré de papas*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energía :** **276KCAL.** **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** **70g picadito + 110g puré** **Edad Escolar:** **100g picadito + 160g puré**	Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote perejil Aceite Ajo Sal yodada Agua potable PURE DE PAPAS Papa Leche fluida Margarina Sal yodada	60g 60g 20g 15g 10g 5g 5ml 0,5g 0,5g c/n 200g 50ml 5g 0,5g	50g 59g 16g 18g 8g 5g 5ml 0,5g 0,5g c/n 134g 50ml 5g 0,5g	Picadito de carne: Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne en el aceite con el ajo, una vez sellado, agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada. Cocinar hasta estén blandas. Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por aproximadamente 20-30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. PURE DE PAPAS: Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas en un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal, y mezclar uniformemente.
Menú 12: ***Vori vori de pollo*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energía :** **351 KCAL.** **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** **200g** **Edad Escolar:** **300g**	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria QuesoParaguay CebollaLocote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales Sellar el pollo en aceite agregar cebolla, locote ajo, zanahoria, sal yodad y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aporx. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol, la harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar el caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas. Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de maíz al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano.
Menú 13: ***Joparà*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energia:** **264 kcal** **Peso por porción:** **Nivel inicial:** **240 gramos** **Edad escolar:** **350 gramos**	Zapallo Tomate Locro Queso Paraguay Poroto Cebolla Locote Aceite Salyodada Ajo Perejil Agua potable	60 g 40 g 30 g 20 g 15 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	32 g 39 g 30 g 20 g 15 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	Pelar, lavar y picar todos los vegetales en cubos pequeños. En una olla saltear con aceite, cebolla, locote, tomate y ajo, con sal yodada hasta que estén blandos. Agregar agua, zapallo, locro y porotos. Cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay y perejil. Observación: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente.
Menú 14: ***Chupín de pollo*** **Rendimiento:**	Papa Tomate Pechuga de pollo Leche fluida	200 g 70 g 60 g	134 g 69 g 42 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 974 c/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

WWW.MEC.GOV.PY

Lic. Omar O. Ramírez
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 8

1 porción Energía: 275 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 120 gramos Edad escolar: 180 gramos	Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	20 ml 20 g 20 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	20 ml 18 g 16 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	En una bandeja, colocar ordenadamente la papa, encima el pollo, luego cebolla y locote, por último, tomate. Hacer una mezcla de agua potable, aceite, perejil, ajo, orégano y sal yodada, colocar sobre la preparación anterior. Cocinar en horno moderado por 25 a 30 minutos. Retirar del horno y agregar leche y queso desmenuzado. Llevar nuevamente al horno para gratinar 5 minutos aproximadamente. Retirar del horno y servir.
Menú 15: *Guiso de Arroz con carne* Rendimiento: 1 porción Energía : 340 Peso por porción: Nivel inicial: 200g Edad Escolar: 300g	Carne vacuna magra. Aceite Locote Cebolla Ajo Arroz Tomate Laurel Aceite Sal yodada Agua	100g 2,5 ml 10g 20g 1g 50g 60g Una hoja 2.5ml 0,5mg C/N	83g 2,5ml 9g 19g 1g 50g 53g 2,5ml 0,5g C/n	Lavar y picar la carne en cuadraditos pequeños. Lavar y picar las verduras. En una olla con el aceite sellar la carne, luego agregarel tomate y un poco después las demás verduras, saltear y luego agregar el agua caliente. Dejar que se cocine por 20minutos con la olla tapada. Por último agregar el arroz, se cocina hasta que el arroz este blando, se deja reposar por unos minutos y luego se sirve.
Menú 16: *Estofado de pollo con papa* Rendimiento: 1 porción Energía: 257 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0.5g 0.5g c/n	134 g 42g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar ,pelar y cortar las verduras Sellar el pollo con el ajo ,una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Por ultimo agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.
Menú 17: *Guiso de arroz con poroto* Rendimiento: 1 porción Energía: 317 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar:	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	70g 40g 20g 15g 15g 10g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	69g 40g 20g 15g 14g 8g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos. Por último, agregar la cebollita de hoja. Observación: Si la legumbre utilizada es seca (excepción lenteja) deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 c/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Tejel : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Foto 9

300 gramos				
Menú 18: ***Tallarín con salsa de carne*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **337 kcal** **Peso por porción** **Nivel inicial:** **70g salsa + 80 g fideo** **Edad escolar:** **100 g salsa + 120 g fideo**	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Fideo Fideo tallarín Sal yodada Agua potable	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	 69 g 52 g 20 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Salsa de carne: Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Fideo Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 19: ***Polenta con salsa de pollo*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **307 kcal** **Peso por porción:** **Nivel inicial:** **70g salsa + 170g polenta** **Edad escolar:** **100g salsa + 250g polenta**	Salsa de pollo Tomate Pechuga de pollo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Polenta Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	 70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	 69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	Salsa de pollo Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras. Sellar el pollo con el ajo y aceite. Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por ultimo agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén listas y agregar la sal. Polenta Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche y retira del fuego.
Menú 20: ***So´o Apu´a*** **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **306 kcal** **Peso por porción:** **Nivel inicial:** **240 gramos** **Edad escolar:** **350 gramos**	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Cebolla Locote Harina de maíz Aceite Orégano Sal yodada Ajo Laurel Agua potable	80 g 60 g 30 g 20 g 10 g 10 g 5 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	70 g 32 g 29 g 20 g 9 g 8 g 5 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Mezclar la carne molida con harina de maíz, ajo, y la mitad de sal. Formar las esferas. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear los vegetales en aceite y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar las esferas de carne, luego el agua potable caliente, el zapallo, arroz, el resto de sal yodada y laurel. Una vez listo apagar el fuego y agregar orégano.

ENSALADAS				
Ensalada 1 **Rendimiento:** **1 porción**	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite	30 g 20 g 20 g 3 ml	28 g 15 g 16 g 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 871 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Oficial ... @mec.gov.py

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 10

Energía: 40 kcal **Peso por porción: 60 g**	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Servir.
Ensalada 2 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 37 kcal** **Peso por porción: 50g**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 3 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 40 kcal** **Peso por porción: 60 g**	Lechuga Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 4 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 52 kcal** **Peso por porción: 55**	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 5 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 39 kcal** **Peso por porción: 50g**	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observacion: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 6 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 40 kcal** **Peso por porción: 60 g**	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 7	Repollo Tomate	30 g 20 g	24 g 19 g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar

MEC Digital

Lic. Omar E. Ramírez
Nutricionista
Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 11

Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **40 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Zanahoria Aceite Sal yodada	10 g 3 ml 0.5 g	9 g 3 ml 0.5 g	con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 8 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **39 kcal** **Peso por porción:** **50g**	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0.5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 9 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **49 kcal** **Peso por porción:** **50 g**	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 10 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **39 kcal** **Peso por porción:** **60 g**	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 11 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **44 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo
Ensalada 12 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **38 kcal** **Peso por porción:** **48 g**	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 13	Lechuga Tomate	30 g 20 g	28 g 19 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Backelman, 6to. Piso Telef. (595)21 454 220 int. 16
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py

Lic. Omar U. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. N° 4671

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 12

Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **40 kcal** **Peso por porción:** **60 g**	Cebolla Aceite Sal yodada	10 g 3 ml 0,5 g	9 g 3 ml 0,5 g	Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 14 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **37 kcal** **Peso por porción:** **50g**	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
Ensalada 15 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **52 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 16 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **52 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 17 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **39 kcal** **Peso por porción:** **60 g**	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 18 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **37 kcal** **Peso por porción:** **50g**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py

Lic. Omar C. Ramírez V.
Nutricionista
Reg N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 13

Ensalada 19 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **39 kcal** **Peso por porción:** **50g**	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 20 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **43 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

POSTRES				
Ensalada de frutas **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **64 kcal** **Peso por porción:** **100 g**	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Dulce de mamón/ calabaza **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **99 kcal** **Peso por porción:** **50 g**	Dulce de mamón/ calabaza Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	 200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	 102 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. Escaldar: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de cocción. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50 ml de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que estén listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frío servir.
Fruta cítrica **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **61 kcal**	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Fruta de estación (banana) **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Omar G. Ramírez
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 14

Crema **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **110 kcal** **Peso por porción:** **60 g**	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Cáscara de naranja o limón Vainilla o canela	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	Separar 25ml de leche fría y diluir la fécula en ella. Colocar el resto de la leche a hervir en una cacerola junto con el azucar y la ramita de canela, cáscara de limón o naranja, remover constantemente. Cuando la leche rompa a hervir, bajar la intensidad del fuego (fuego medio – mínimo), retirar la canela y/o cáscara de naranja y verter la mezcla anterior poco a poco sin dejar de remover. Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.
Fruta de estación (banana) **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Banana con miel **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **97 kcal** **Peso por porción:** **82 g**	Banana Miel	110 12 ml	70 g 12 ml	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con miel. Servir.
Ensalada de frutas 2 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **62 kcal** **Peso por porción:** **100 g**	Piña Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Maní con miel **Rendimiento:** **1porción** **Energía:** **160kcal** **Peso por porción:** **35g**	Maní tostado sin sal Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Fruta cítrica **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **61 kcal**	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Palmerola y Humaitá
Edificio Geckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Firmado Digitalmente por: MEC Digital

Lic. Omar W. Ramírez
Nutricionista
Reg N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 15

Dulce de mamón/calabaza **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **99 kcal**	Dulce de mamón/calabaza Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	102 g 10 g 0.2g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. Escaldar: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de cocción. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50ml de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que estén listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frio servir Observación: Se podrá utilizar producto envasado o pre elaborado.
Fruta de estación (banana) **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Fruta cítrica **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **62 kcal**	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Maní con miel **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **160kcal** **Peso por porción:** **35g**	Maní tostado sin sal Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Fruta de estación (banana) **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Banana con miel **Rendimiento:** **1 porción** **Ración:** **82g** **Energía:** **97 Kcal**	Banana Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 1
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Omar O. Ramírez
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 16

Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Fruta de estación (banana) Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Ensalada de frutas 2 Rendimiento: 1 ración de 100 g Energía: 62kcal	Piña Banana	60 g 50 g	31 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Dulce de membrillo/batata	Dulce de membrillo/batata	30 g	30 g	Se podrá utilizar producto envasado o pré elaborado

8. Cálculo de Insumos para el Almuerzo Escolar.-

Se debe completar este ítem solo si la modalidad utilizada es alimentos preparado en las escuelas.-

		Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	TOTAL EN EL MES	TOTAL DEL PROYECTO
		TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg		
Insumo	Unidad de medida	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	10.146	10.68	10.146	10.68	41.652	374.868
Ajo	kg	0.6675	0.801	0.6675	0.6675	2.8035	25.2315
Almidón de maíz	kg	1.335	0	0	1.335	2.67	24.03
Arroz	kg	4.005	22.695	12.015	16.02	54.735	492.615
Arveja en granos	kg	0	0	0	1.335	1.335	12.015
Azúcar	kg	5.34	0	2.67	0	8.01	72.09
Banana	kg	42.72	72.09	58.74	72.09	245.64	2210.76
Batata	kg	0	0	0	0	0	0
Barrita de maní	kg	0	0	0	0	0	0
Berro	kg	8.01	8.01	8.01	8.01	32.04	288.36
Bicarbonato de sodio	kg	0.0534	0	0.0534	0	0.1068	0.9612
Canela	kg	0	0	0	0	0	0
Carne vacuna magra *	kg	37.38	37.38	32.04	37.38	144.18	1297.62
Carne vacuna magra molida **	kg	0	0	0	0	0	0
Cebolla de cabeza	kg	22.695	24.03	22.695	28.035	97.455	877.095
Cebollita de hoja	kg	0	1.335	1.335	2.67	5.34	48.06
Chuchu	kg	2.67	0	2.67	2.67	8.01	72.09
Clavo de olor	kg	0.0534	0	0.0534	0	0.1068	0.9612

Nutricionista Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 17

Cebollita de hoja	kg	0	0	0	0	0	0
Eneldo	kg	0	0	0	8.01	8.01	72.09
Clave de olor	kg	0	0	0	0	0	0
Dulce de membrillo	kg	13.35	0	0	0	13.35	120.15
Fideo	kg	10.68	12.015	0	10.68	33.375	300.375
Galleta Molida	kg	0	0	0	0	0	0
Harina de maíz	kg	10.68	10.68	10.68	12.015	44.055	396.495
Harina de trigo	kg	0	0	0	0	0	0
Huevo	kg	0	0	0	0	0	0
Laurel	kg	0.2136	0.267	0.1602	0.1602	0.801	7.209
Leche entera	l	32.04	0	18.69	0	50.73	456.57
Lechuga	kg	16.02	16.02	8.01	8.01	48.06	432.54
Lentejas	kg	0	0	0	0	0	0
Locote	kg	13.35	13.35	16.02	13.35	56.07	504.63
Lucro	kg	0	10.68	8.01	0	18.69	168.21
Mamon	kg	69.42	0	53.4	16.02	138.84	1249.56
Mandarina	kg	42.72	42.72	0	42.72	128.16	1153.44
Mandioca	kg	53.4	0	0	0	53.4	480.6
Maní	kg	0	5.34	5.34	0	10.68	96.12
Manzana	kg	0	0	0	0	0	0
Margarina	kg	1.335	0	1.335	0	2.67	24.03
Melón	kg	0	0	0	0	0	0
Miel de abeja	l	0	7.209	4.005	3.204	14.418	129.762
Miel de caña o negra	l	0	0	0	0	0	0
Naranja	kg	13.35	13.35	48.06	13.35	88.11	792.99
Orégano	kg	0.1335	0	0.267	0.1335	0.534	4.806
Papa	kg	49.4	0	106.8	53.4	209.6	1886.4
Pechuga de pollo	kg	32.04	32.04	37.38	32.04	133.5	1201.5
Pera	kg	0	0	0	0	0	0
Perejil	kg	1.335	0	2.8035	0	4.1385	37.2465
Pepino	kg	10.68	0	5.34	5.34	21.36	192.24
Pescado sin hueso ni piel	kg	0	0	0	0	0	0
Piña	kg	0	16.02	0	0	16.02	144.18
Pomelo	kg	0	0	0	0	0	0
Porotó	kg	8.01	5.34	4.005	5.34	22.695	204.255
Queso	kg	6.675	5.34	10.68	6.675	29.37	264.33
Repollo	kg	8.01	8.01	16.02	8.01	40.05	360.45
Remolacha	kg	10.68	10.68	18.69	10.68	50.73	456.57
Sal yodada	kg	1.602	1.7355	1.4685	1.602	6.408	57.672
Tomate	kg	72.09	102.795	84.105	98.79	357.78	3220.02
Zanahoria	kg	34.71	24.03	21.36	26.7	106.8	961.2
Zapallo/calabaza	kg	32.04	16.02	32.04	16.02	96.12	865.08

*anexar al proyecto la planilla de Excel correspondiente al cálculo de insumos

Lic. Omar E. Ramírez V.
Nutricionista
Reg. Nº 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 18

9. Control de Calidad y Participación Social.-

	Descripción
9.1. Plan de Monitoreo	Las fiscalizaciones y monitoreo se realizarán en forma periódica in situ; se realizarán relevamiento de datos en cuanto a las instalaciones, almacenamiento. Se analizarán los datos y se daría intervención en caso de presentarse irregularidades. Se establecerá en contacto telefónico constante para monitoreo y control con las cocineras y directoras a fin de descartar o solucionar los inconvenientes que pudieran surgir.- Las fiscalizaciones in situ se hará 1 vez al mes y/o cuando sea necesario, por parte del personal nutricionista que proveerá la Municipalidad.- Se entregarán informes mensuales de la situación detectada a la convocante.-
9.2. Plan de capacitaciones	La capacitación de los manipuladores de alimentos debe ser otorgada por el INAN al personal de la empresa adjudicada antes del inicio de la provisión del almuerzo escolar.-
9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	Respecto a la difusión del Proyecto autorizado por el MEC a la comunidad, se habilitarán secciones en los medios de comunicación en donde la Municipalidad tiene espacios pagados, en la página web y en las redes sociales de la Municipalidad. Todos los medios de difusión contendrán información relevante, como ser las instituciones educativas beneficiadas, cantidad de beneficiarios, porcentaje de adquisición de la agricultura familiar, menú cíclico, proceso de licitación, cantidad y calidad de productos adquiridos, etc.-

10. Modalidad del Servicio de Almuerzo Escolar Seleccionada.-
"ALIMENTOS PREPARADOS EN LAS ESCUELAS" (COCINANDO EN LAS ESCUELAS).-

MECANISMO DE RECEPCIÓN DE LOS ALIMENTOS:
Selección de la materia prima a ser utilizada para la elaboración del menú establecido teniendo en cuenta las normas de calidad e inocuidad, descartando así los productos cárnicos y frutihortícolas que no cumplan con dichas normas.-

MECANISMOS DE ALMACENAMIENTO:
Para el correcto almacenamiento de los alimentos se tienen en cuenta las caracteristicas de las mismas así para evitar el deterioro debido a que las entregas son hechas en forma semanal. Para ello cada institución cuenta con frezzer y estantes en donde ordenar sus productos adecuadamente.-

MECANISMOS DE HIGIENE:
Se establece sistemas de limpieza tanto de los utensilios, establecimiento, cocina y de los alimentos a ser almacenados. Los residuos se destinan en bolsas adecuadas para su posterior deposición.-

MECANISMOS DE PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN:
El horario de pre elaboracion es a partir de las 07:00 hs a 10:30 hs. Se cuentan con utensilios necesarios para la elaboración eficaz de los menús, en este proceso se tienen en cuenta los protocolos de elaboración de cada plato.-

Para dicha elaboración se cuentan con cocineras con previa capacitaciones y auxiliar de cocina de acuerdo a la cantidad de alumnos en la institución.-

El oferente es responsable de todo el proceso de elaboración de las comidas principales, ensaladas, postres. Los alimentos beberán ser elaborados en las Instituciones Educativas de acuerdo a la cantidad de alumnos, no se aceptarán alimentos pre elaborados y refrigerados.-

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. Omar U. Ramírez
Nutricionista
Reg. N° 4471

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 19

El oferente deberá entregar diariamente las porciones del menú, en cantidades equivalente al número de destinatario de cada escuela.-

MECANISMOS DE DISTRIBUCIÓN:
Se realizará en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11:00hs a 12:00hs y turno tarde 12:00hs a 13:00hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento. Se utilizarán utensilios no tóxicos, platos de plásticos, cucharas o un pote plástico para la ensalada. Se cumplirán todas las normas de higiene y manipulación de los alimentos desde el momento de la higiene del lugar pre elaboración, distribución y posterior limpieza del área utilizada. Así cumpliendo estrictamente con las exigencias y criterios del Instituto Nacional de Alimentos y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP Y BS).-

La elaboración del almuerzo escolar será realizada en la Institución Educativa, mediante el acondicionamiento de una cocina escolar, garantizando la calidad del producto final en cuanto a higiene, salubridad y calidad del almuerzo escolar.-

La empresa proveedora debe de proveer todo lo relacionado para la implementación de la alimentación, la empresa se encargará de los equipos que se dispondrán para el almacenamiento de los alimentos.-

Lic. OMAR ULISES RAMIREZ V.
Nutricionista

Sr. CRISTÓBAL ALFREDO STETE G
Intendente Municipal

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Lic. Omar U. Ramírez
Nutricionista
Reg. Nº 4471

Folio 20