Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA TEMBIKUAA
MOTENDIDEIA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL
Jajapo Ñande rapichá ko'ãga ñoive
Construyendo el futuro hoy

Nota DGG y EE N° 175 /2018

Asunción, 06 de abril de 2018

Señor
DON FELIPE SAUL CRISTALDO, Intendente
Municipalidad de Itacurubi de la Cordillera

El Ministerio de Educación y Ciencias (MEC), a través del Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar (DGPAE) de la Dirección de Alimentación Escolar (DAE); dependiente de la Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa(DGGSyEE) se dirige a Usted, con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Itacurubi de las cordilleras en fecha 27 de marzo del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xtema N° 103177; en la cual hace referencia a la solicitud de autorización del Proyecto de Almuerzo Escolar para su implementación en las instituciones educativas.

Al respecto, se ha realizado el análisis técnico del proyecto de Alimentación Escolar presentado conforme a las normativas vigentes en relación al Programa de Alimentación Escolar del Paraguay-PAEP, y por consiguiente se ha resuelto autorizar la implementación del proyecto de Almuerzo Escolar, que cuenta con hojas foliadas del 1 (uno) al 40 (cuarenta) respectivamente, según el siguiente detalle:

Instituciones Beneficiarias	Matriculados	Tiempo de Provisión			
		Año	Total Días	Modalidad	Días
02	271	2018	141 días	Alimentos preparados en las escuelas.	Lunes a viernes

Asi mismo, mencionar que 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, los procesos de contratación ni la modalidad de servicio seleccionado por la contratante, 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. Se remitirá al órgano de control correspondiente en caso de detectar variaciones en el cumplimiento del mismo.

Por último, se exhorta agotar los medios y las gestiones administrativas necesarias; a fin de brindar la alimentación escolar todos los días del calendario escolar, para dar cumplimiento al objetivo de esta política pública.

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

Lic. Claudia Benitez, Técnica Nutricionista
Departamento de Gestión de PAE

Lic. Fátima Estigarribia, Jefa
Departamento de Gestión de PAE

Lic. Milena Fernández, Directora
Dirección de Alimentación Escolar

Abog. Bernardo Enciso, Encargado de Despacho
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
Ministerio de Educación y Ciencias

Departamento Gestión de Programas de Alimentación Escolar - **Dirección de Alimentación Escolar**
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 Int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
Asunción - Paraguay
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

MUNICIPALIDAD DE ITACURUBÍ DE LA CORDILLERA
Mcal. Estigarribia c/ Cap. Aguilera
Telefax: (0518) 20 010
Email: munitacurubi@gmail.com
Web: www.mitacurubi.gov.py
Jardín de la República – Paraguay

Itacurubí de la Cordillera, 20 de marzo de 2.018

Señores
Dirección de Alimentación escolar
Asunción – Paraguay

En nombre y en representación de la Municipalidad de Itacurubí de la Cordillera, tengo el agrado de dirigirme a Ustedes, con el fin de remitir el formulario del **PROYECTO PARA LA APROBACION DEL ALMUERZO ESCOLAR para el Ejercicio 2018.**

Al respecto las instituciones seleccionas tienen directa relación con la micro-planificación 2018 acordada con los directores de las instituciones beneficiadas, además cabe resaltar que la Escuela Básica N° 47 Prof. Pedro Aguilera, y la Esc. Básica N° 103 Prof. Mercedes Muños de Infante Rivarola, cuentan con la modalidad de doble escolaridad.

Sin otro en particular y en espera de una pronta respuesta para poder dar inicio al llamado para su adjudicación, me despido atentamente.

Don Felipe Saúl Cristaldo
Intendente Municipal

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
Dirección General de Gestión Sociocomunitaria y Equidad Educativa
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Expediente Nº: 103177
Recibido por:
Fecha: 27-03-18 Hora:

Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA TEMBIKUAA MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL
Jajapo ñande rapichá la Aga guive
Construyendo el futuro hoy

Formulario N° 01: PROYECTO DEL SERVICIO DE ALMUERZO ESCOLAR – 2018

1. IDENTIFICACION DE LA GOBERNACION O MUNICIPIO

Departamento/Distrito*: Itacurubí de la Cordillera

Dirección del local de la Municipalidad*: Ruta 2 Mcal Estigarribia km 87.5 **Tel*: 0518 - 20010**

Nombre del Gobernador/ Intendente*: Felipe Saúl Cristaldo

Tel*: **Celular*: 0981472502**

Correo electrónico*: munitacurubi@gmail.com

Responsable de la alimentación escolar: Este Municipio no cuenta con presupuesto en el rubro, teniendo en cuenta que la ley por el cual se rige el FONACIDE, no contempla el pago de salarios
Tel*: **Celular*:**

Correo electrónico*:

Responsable nutricionista*: Este Municipio no cuenta con presupuesto en el rubro, teniendo en cuenta que la ley por el cual se rige el FONACIDE, no contempla el pago de salarios**N° de Registro Profesional*:**

Tel*: **Celular*:**

Correo electrónico*:

Cantidad de instituciones seleccionadas*: 02 (dos)

Cantidad de beneficiados*: 300 (trescientos)

Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días)*: 141 (ciento cuarenta y uno)

Presupuesto estimado para el servicio*: 302.402.100

Precio referencial por plato: 13.650

% de la agricultura familiar a implementar: 05%

**Son campos obligatorios*

Folio 2

2. 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. 1° y 2° Ciclo		E.E.B. 3° 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	0309003	2514	Esc. Bas N° 47 Prof. Pedro Aguilera	Centro	10	9	72	59											03
2		12210	Esc. Bás. N°103 Prof. Mercedes Miltos	San Jose	12	12	48	49											03
3																			
4																			
5																			
n																			
				Sub total	22	21	120	108											
				Total general	43		228												

3- ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Aspecto nutricional		
3.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	**Nivel Inicial**	**Edad escolar**
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal
Composición del menú		
3.2 Horario de preparación del menú	De 07: 00 hs a 10:00 hs	
3.3 Horario de distribución	Turno mañana: 11:00 a 12:00 hs Turno tarde: 12:00 a 13:00 hs	
3.4 Constitución del menú (completar con los componentes del menú)	Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales	
3.5 Completar el menú cíclico, ítem 4	Ver ítem 3	
3.6 Completar el recetario del menú, ítem 5	Ver ítem 4	
3.7 Modalidad del servicio del almuerzo escolar (especificar la modalidad seleccionada)	Alimentos preparadosen las escuelas	

Folio 04

4- MENÚ CÍCLICO

Referirse al documento ESTANDARIZACIÓN DE PREPARACIONES CULINARIAS PARA EL SERVICIO DEL ALMUERZO/CENA ESCOLAR,

SEMANA 1						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Vorivori de carne	Guiso de arroz con higado	So´oapu´a	Picadito de pollo con puré de papas	Caldo de pescado
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gr	200 gr	240 gr	70 gr picadito + 110 gr de puré	240 gr
	Edad Escolar	350 gr	300 gr	350 gr	100 gr picadito + 160 gr de puré	350 gr
Ensalada		Ensaladade Repollo, tomate y zanahoria	Ensalada de Remolacha, tomate, cebolla	Ensalada de Lechuga,tomate y zanahoria	Ensalada de Lechuga cebolla y zanahoria	Ensalada de berro, tomate, zanahoria
Postre		Fruta de estación banana	Fruta de estación mamón	Ensalada de frutas	Fruta de estación mandarina	Compota de fruta (manzana)

SEMANA 2						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Caldo de poroto con fideo	Polenta con salsa de carne	Estofado de pollo con papa	Salsa de carne de soja con arroz quesu	Salsa de pollo con fideo
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gr	70gr de salsa y 170gr de polenta	200 gr	100 gr salsa y 90gr arroz	70 gr salsa + 80 gr fideo
	Edad Escolar	350 gr	100gr de salsa y 250gr de polenta	300 gr	150 gr salsa y 130gr arroz	100gr salsa +120gr fideo
Ensalada		Ensalada de Lechuga, pepino y zanahoria	Ensalada de Berro, zanahoria y cebolla	Ensalada de Lechuga, pepino y zanahoria	Ensalada de Repollo, tomate, zanahoria	Ensalada de Berro, tomate y cebolla
Postre		Fruta de estación mandarina	Ensalada de frutas	Fruta de estación naranja	Maní con miel	Arroz con leche

Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBOE HA TEMBIKUAA MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL
Jajepyhanda rapoja ha hugwive
Construyendo el futuro hoy

SEMANA 3						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Soyo	Guiso de fideo con pollo	Guiso de arroz con poroto	Chupín de pescado	Guiso de mandioca con carne
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gr	200 gr	200 gr	120gr	170 gr
	Edad Escolar	350 gr	300gr	300 gr	180gr	250 gr
Ensalada		Ensalada de Repollo, Pepino Zanahoria	Ensalada de Lechuga, Zanahoria Cebolla	Ensalada de Berro, Zanahoria Cebolla	Ensalada de Remolacha Tomate Cebolla	Ensalada de Repollo, Tomate Zanahoria
Postre		Fruta de estación banana	Ensalada de frutas	Dulce de membrillo	Fruta de estación mamon	Fruta de estación piña

SEMANA 4						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Vorivori de carne	Estofado de pollo con papa	Revuelto de mandioca	Polenta con salsa de carne	Picadito de pollo con puré de papas
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240g	200 gr	170 gr	70gr de salsa y 170gr de polenta	70 gr picadito + 110 gr de puré
	Edad Escolar	350g	300 gr	250 gr	100gr de salsa y 250gr de polenta	100 gr picadito + 160 gr de puré
Ensalada		Ensalada deLechuga, Tomate Cebolla	Ensalada deRepollo, Pepino Zanahoria	Ensalada de Lechuga, pepino y zanahoria	Ensalada de Berro, zanahoria y cebolla	Ensalada de Lechuga, cebolla y zanahoria
Postre		Fruta de estación Piña	Compota de fruta (manzana)	Fruta de estación Melón	Ensalada de frutas	Mani con miel

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
EdificioBeckelman, 6to. PisoTelef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentaciónescolar.py@gmail.com
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

OBSERVACION: El menú cíclico es la distribución normatizada de los menús para un periodo de tiempo de 20 días, con el objetivo de brindar variabilidad. Para los proyectos locales se considerara la posibilidad de utilizar minimamente dos semanas de menú cíclico, y excepcionalmente se podrá realizar la repetición de los platos, bajo autorización de la Intendencia.

3. RECETARIO DEL MENÚ

Referirse al documento ESTANDARIZACIÓN DE PREPARACIONES CULINARIAS PARA EL SERVICIO DEL ALMUERZO/CENA ESCOLAR, aprobado por Resolución DNCP N° 2459/2017; en la cual se encuentran estandarizadas las recetas de los platos culinarios.

Plato Principal

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Semana 1 **Lunes** **Vori vori de carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 398 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g 10 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. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada 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 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 orégano.
Semana 1 Martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 2 **Guiso de arroz con hígado** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 350 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	**Guiso** Hígado Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Agua de maceración** Agua potable Vinagre Sal yodada Ajo Orégano	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,3g 0,5g 0,2g c/n 100 ml 50 ml 0,5 g 0,2 g 0,2 g	55g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n 100 ml 50 ml 0,5 g 0,2 g 0,2 g	**Agua de maceración:** Mezclar agua, sal yodada, vinagre, orégano y ajo picado. **Guiso:** Pelar y desgrasar el hígado, colocar en un recipiente con el agua de maceración por 5 a 10 minutos, luego desechar el agua. Cortar el hígado en trozos pequeños. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear el hígado con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el arroz, revolver un poco y luego agregar el agua y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)
Semana 1 Miércoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 3 **So´oapu´a** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 306 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Cebolla	80 g 60 g 30 g 20 g 10 g 10 g	70 g 32 g 29 g 20 g 9 g 8 g	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.

Folio 8

Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Locote Harina de maíz Aceite Orégano Sal yodada Ajo Laurel Agua potable	5 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	5 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	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.
Semana 1 **Jueves**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 4 **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	60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	42 g 39 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 134 g 50 ml 5 g 0,5 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.

	Sal yodada Agua potable			
Semana 1 Viernes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 5 **Caldo de pescado** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 273 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Papa Pescado sin escamas ni espinas Zapallo Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita en hoja Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	150 g 60 g 60 g 25 g 20 g 20 g 10 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	101 g 60 g 32 g 24 g 16 g 20 g 9 g 8 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Cortar el pescado en trozos iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pescado en aceite con ajo. Una vez sellado agregar cebolla, tomate, locote, zanahoria y sal yodada, cocinar hasta que estén tiernas. Agregar agua potable caliente, el zapallo y la papa. Por último, la cebollita de hoja y laurel, cocinar hasta que esté listo. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay.
Semana 2 Lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 6 **Caldo de poroto con fideo** **Rendimiento:** 1 porción	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Fideo nido Queso Paraguay Cebolla Locote	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml	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.

Folio 10

	Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	15 g 10 g 2 ml 0,5 g	14 g 10 g 2 ml 0,5 g	aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar la leche.
Semana 2 Miércoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 8 **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	34 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 último agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.
Semana 2 Jueves	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 9 **Salsa de carne de soja con arroz quesú**	**Salsa de carne de soja:** Proteína texturizada de soja Tomate	25 g 70 g	25 g 69 g	**Salsa de carne de soja** Hidratar la carne de soja texturizada con agua hirviendo y dejar reposar 5 a 10

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 277 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:100 g salsa + 90 g arroz Edad escolar:150 g salsa + 130 g arroz	Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz quesú** Arroz Queso Paraguay Aceite Sal yodada Agua potable	15 g 10 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 15 g 2 ml 0,5 g c/n	14 g 8 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	minutos. Luego pasar por un colador y enjuagar suavemente con agua fría para dejarla finalmente en un recipiente. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente con aceite cebolla, tomate, locote, ajo y cebollita de hoja, cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar la carne de soja con el agua hervida. Y terminar la cocción. **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.
Semana 2 Viernes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 10 **Salsa de pollo con fideo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 292 kcal **Peso por porción:**	**Salsa de pollo** Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel 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	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 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

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Nivel inicial: 70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	**Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	 40 g 0,5 g c/n	 40 g 0,5 g c/n	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.

Semana 3 Lunes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 11 **Soyo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 297 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada	 60 g 60 g 30 g 20 g 20 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g	 52 g 32 g 29 g 20 g 16 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego y agregar el queso y orégano.

	Agua potable	c/n	c/n	
Semana 3 Martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 12 **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)
Semana 3 Miércoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menu 13 **Guiso de arroz con poroto** **Rendimiento:** 1 porción	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote	70g 40g 20g 15g 15g 10g 5ml	69g 40g 20g 15g 14g 8g 5ml	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

Energía: 317 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	5g 0,5g 0,5g c/n	5g 0,5g 0,5g c/n	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.
Semana 3 Jueves	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 14 **Chupín de pescado** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 269 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 120 gramos Edad escolar: 180 gramos	Papa Tomate Pescado sin escamas ni espinas Leche fluida Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	200 g 70 g 60 g 20 ml 20 g 20 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 69 g 42 g 20 ml 18 g 16 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Cortar el pescado en trozos iguales. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas. 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.
Semana 3 Viernes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

Folio 16

Menu 15 **Guiso de mandioca con carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	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 estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente cocinada y picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente. Agregar agua si es necesario.
Semana 4 lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Menú 16 **Vorivori de carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 398 kcal **Peso por porción:** Nivel	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada 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 aprox. Agregar zapallo y cocinar hasta que se

inicial:240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	0,2 g c/n	0,2 g c/n	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.

Semana 4 Martes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 17 **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 último agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.

Semana 4 Miércoles	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 18 **Revuelto de mandioca** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 339 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	Mandioca Huevo* Queso Paraguay Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	200 g 50 g 20 g 20 g 10 g 5 g 3 ml 0.5 g 0.5 g c/n	116 g 50 g 20 g 18 g 8 g 5 g 3 ml 0.5 g 0.5 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando. **Revuelto:** Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada en trozos pequeños. Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule). *50 g de huevo corresponde a 1 unidad

Semana 4 JUEVES	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 19 **Polenta con salsa de carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 356 kcal	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada	70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0.5 g 0.5 g 0.2 g c/n	69 g 52 g 9 g 8 g 3 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. 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.

Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 170g polenta Edad escolar: 100g salsa + 250g polenta	Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	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 maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar la leche.

Semana 4 VIERNES	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 20 **Picadito de pollo con puré de papas** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 285 kcal **Peso por porción:** Nivel	**Picadito de pollo** Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua	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.

Folio 25

inicial:70 g picadito + 110 g puré Edad escolar:100 g picadito + 160 g puré	potable **Puré de papas** Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	 134 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	**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.

Ensaladas

Semana 1 - Lunes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 1 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 55 g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los 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 del mismo.

Semana 1 Martes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 2 **Rendimiento:** 1 porción	Remolacha Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 19 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.

Energía: 46 kcal **Peso por porción:** 50 g				Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Semana 1 Miercoles	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 3 **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.

Semana 1 Jueves	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 4 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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.

Semana 1 Viernes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación

Ensalada 5 **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.
Semana 2 **Lunes**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Semana 2 **Martes**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 7 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 41 kcal	Berro Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 16 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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Folio 23

41 kcal **Peso por porción:** 45 g				aceptabilidad de la misma.

Semana 2 Miércoles	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 8 **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.

Semana 2 Jueves	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 9 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 55 g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los 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 del mismo.

Semana 2	Ingredientes	Peso	Peso	Preparación

Viernes		Bruto	Neto	
Ensalada 10 **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.
Semana 3 Lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 11 **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.
Semana 3 Martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 12 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Fol. 025

Semana 3 Miercoles	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 13 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 41 kcal **Peso por porción:** 45 g	Berro Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 16 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.

Semana 3 Jueves	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 14 **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **46 kcal** **Peso por porción:** **50 g**	Remolacha Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 19 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.

Semana 3 Viernes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 15 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por**	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los 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 del mismo.

Fol. 226

porción: 55 g				
Semana 4 lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 16 **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.
Semana 4 Martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 17 **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.
Semana 4 Miercoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 18 **Rendimiento:**	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.

1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 60 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Servir.
Semana 4 JUEVES	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 19 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 41 kcal **Peso por porción:** 45 g	Berro Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 16 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.
Semana 4 VIERNES	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada 20 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 42 kcal	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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.

Folio 28

Peso por porción: 56 g				

Postres

Semana 1 Lunes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

Semana 1 Martes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 60 kcal	Mamón	200 g	100 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

Semana 1 Miercoles	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de frutas 2 **Rendimiento:** 1 porción	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.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Energía: 62 kcal **Peso por porción:** 100 g				
Semana 1 Jueves	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Semana 1 Viernes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Compota de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 118 kcal **Peso por porción:** 100 g	Agua potable Fruta de estación (manzana) Azúcar Zumo de limón Canela	200 ml 140 g 5 g 1 ml 0,5g	200ml 129 g 5 g 1 ml 0,5g	Colocar en un recipiente el agua, el azúcar y las gotas de limón. Hervir a fuego medio hasta que el azúcar se disuelva poco a poco y se forme el almíbar. Lavar, pelar y cortar en cubos la fruta. Añadir la fruta y la canela al almíbar, mezclar bien. Cocinar hasta que la fruta esté blanda. Retirar del fuego, enfriar y luego servir. <u>Observación:</u> se puede reemplazar la manzana de 140g por pera de 180g.
Semana 2 Lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Folio 30

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 50 kcal				
Semana 2 martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas 1 **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.
Semana 2 Miércoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Semana 2 Jueves	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Maní con miel **Rendimiento:** 1 porción	Maní tostado sin sal Miel	20 g 15 ml	20 g 15 ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Energía: 160 kcal **Peso por porción:** 35 g				
Semana 2 Viernes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Arroz con leche **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 115 kcal **Peso por porción:** 100 g	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela Piel de naranja o limón	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente. Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Semana 3 Lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	100 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Martes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Folio 32

Ensalada de frutas 1 **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.
Semana 3 Miercoles	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de *membrillo/* batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	**Dulce de *membrillo/* batata**	30 g	30 g	Servir el dulce.
Semana 3 Jueves	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 60 kcal	Mamón	200 g	100 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Semana 3 Viernes	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación **Rendimiento:**	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

Folio 33

1 porción **Energía:** **53 kcal**				
Semana 4 **lunes**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 53 kcal	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Semana 4 **Martes**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Compota de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 118 kcal **Peso por porción:** 100 g	Agua potable Fruta de estación (manzana) Azúcar Zumo de limón Canela	200 ml 140 g 5 g 1 ml 0,5g	200ml 129 g 5 g 1 ml 0,5g	Colocar en un recipiente el agua, el azúcar y las gotas de limón. Hervir a fuego medio hasta que el azúcar se disuelva poco a poco y se forme el almíbar. Lavar, pelar y cortar en cubos la fruta. Añadir la fruta y la canela al almíbar, mezclar bien. Cocinar hasta que la fruta esté blanda. Retirar del fuego, enfriar y luego servir. <u>Observación:</u> se puede reemplazar la manzana de 140g por pera de 180g.
Semana 4 **Miercoles**	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Folio 34

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 50 kcal				
Semana 4 lunes	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensaladá de frutas 1 **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.
Semana 4 VIERNES	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Maní con miel **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 160 kcal **Peso por porción:**	Maní tostado sin sal Miel	20 g 15 ml	20 g 15 ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.

Folio 35

35 g			

CONTROL DE CALIDADY PARTICIPACIÓN SOCIAL

Describir el sistema de calidad a ser implementado	
Plan de Monitoreo	**CONTROL DE CALIDAD:** Se realizará todos los controles de calidad que sean convenientes, estos controles se realizarán a *través del nutricionista responsable* para asesorar y verificar que los alimentos suministrados se encuentren en perfecto estado de higiene. Las personas responsables de la elaboración de las comidas controlarán las condiciones organolépticas de los alimentos en las instalaciones educativas beneficiadas con el almuerzo escolar. Si durante el monitoreo de las condiciones organolépticas de los alimentos se encontrase indicios de la alteración de los alimentos, podrán solicitar al proveedor el cambio de toda la partida proveída a esa institución escolar. La contratante podrá requerir al *proveedor* que realice pruebas cuando las considere necesarias para verificar las características técnicas y normas establecidas en el pliego y contrato respectivo. En caso de que los resultados de ensayos fisicoquímicos y/o microbiológicos, arrojen valores fuera de los considerados como aceptables, se podrá suspender el servicio
Plan de capacitaciones	Se realizará capacitaciones dirigidas a las cocineras como mínimo cada 2 (dos) mesesreferente a temas como Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), Alimentos inocuos, sanos y saludables, Zona de Temperatura de Peligro (ZTP), *Almacenamiento* y Conservación, etc.
Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	Se realizara la difusión del proyecto a través del Portal Web Institucional www.mitacurubi.gov.py y a través de medios de comunicación locales.

701036

4. MODALIDAD DEL SERVICIO

1. **Alimentos preparados en las escuelas" (cocinando en las escuelas)[1]:**

Descripción de la modalidad empleada

a) La presentación de los alimentos debe ser acorde a las posibilidades de masticación para
la edad de los niños/as: las carnes (vacuna o pollo) deben estar cortadas en trozos pequeños, la carne vacuna debe provenir de cortes magros y el pollo no debe contener huesos, piel, ni cartílagos. Las verduras que forman parte de la ensalada deberán estar cuidadosamente lavadas, y cortadas en trozos pequeños.

b) Solo deberá utilizarse sal yodada y deberá evitarse el uso excesivo en la preparación de los alimentos.

c) La empresa contratada podrá realizar una variación en el orden de los menús propuestos, solo en caso de falta de disponibilidad de un ingrediente en el mercado, debiendo solicitar autorización previa a la Municipalidad de Itacurubi de la Cordillera, y podrá llevarlo a cabo una vez obtenida el visto bueno de la Municipalidad.

d) Los personales encargados de la distribución de los alimentos a c/u de los niños/as deberán portar delantal o guardapolvo, gorro con nombre de la empresa, porta nombres y calzados cerrados apropiados; deberán llevar el pelo recogido, guantes de látex descartables, tapaboca.

Deberán tener en cuenta las buenas prácticas y usos en el manejo de los alimentos.

1.2. Recepción de Mercadería: la recepción de la misma se hará en las distintas Instituciones Educativas, teniendo en cuenta lo siguiente:

- Controlar el aspecto higiénico tanto externo como interno de la unidad. Deberá hallarse en perfectas condiciones higiénico – sanitarias.
- Observar que la mercadería trasportada se encuentre correctamente almacenada, de acuerdo al tipo de producto de que se trate .Ej:
- Bananas, tomates, cebollas etc. en cajones de maderas correctamente ordenadas.
- *Manzanas en cajas de cartón ateadas y con separadores individuales de cartón.*
- Enlatados en latas intactas, no abolladas, no hinchadas, no oxidadas, y limpias

[1] Es cuando la preparación del menú se realiza en el predio de la institución educativa, en un área definida que debe ser adecuada y equipada mínimamente para la manipulación higiénica de los alimentos. Esta modalidad a su vez, puede ser a través de una empresa, la cual debe de proveer todo lo relacionado para la implementación de la alimentación; o a través de la provisión directa de los insumos a partir de los gobiernos locales u otras instituciones.

- Controlar la aptitud de los caracteres organolépticos (color, olor, textura y sabor)

No se permitirá

- Circular con el torso desnudo en el momento de entregar las mercaderías - Fumar en el lugar de recepción de mercaderías.
- La permanencia y/o trabajo de menores (alumnos de la institución) en el área de recepción.

1.3. Almacenamiento y Conservación de los Alimentos: La conservación se deberá efectuar en condiciones necesarias, tales que impidan la contaminación y/o *proliferación de microorganismos y protejan el alimento de la alteración inmediata.*

Los alimentos que requieran algún mecanismo de conservación deben ser manejados como productos frescos una vez que han sido abiertos, descongelados, o reconstituidos.

Para las buenas prácticas de almacenamiento se deberán tener en cuenta lo siguiente:

a. **Contarán** con áreas de almacenamiento adecuado al tipo de materia prima como estantes de chapa para los alimentos no perecederos, frezzer con regulador de temperatura, para los alimentos de alto riesgo que precisan de frio.
b. Área de almacenamiento exclusivo para los productos químicos (productos de limpieza y desinfección), para evitar contaminación química de los alimentos.
c. Embalar adecuadamente y rotular con fecha de vencimiento.
d. Organizar el sistema de rotación de materia prima, aplicando la regla PEPS (primero entra, primero sale), para esto también es necesario rotular los alimentos

y productos alimenticios.

e. Transvasar las materias primas recibidas, para ello es necesario frascos de vidrios herméticos para el almacenamiento y conservación.
f. Se respetará las condiciones de almacenamiento necesarias para cada fin, contemplando materiales de estanterías, la circulación de aire, humedad, temperatura para cada alimento y permanente limpieza y desinfección de los recintos.

Folio 38

1.4. Personal de servicio: Por cada 150 niños se contrataron 1 cocinera, 1 auxiliar de cocina y 1 personal para la limpieza del espacio y los utensilios exclusivamente. Para cantidades menores a 50 niños, se contrataron 1 cocinera y 1 persona que luego de cumplir el papel de auxiliar de cocina inmediatamente procede a la limpieza del espacio y de los utensilios.

Firma del Responsable del Proyecto: _____ Aclaración: _____

Firma del Nutricionista: _____ Aclaración: _____

Registro Profesional N:

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

efectuar en condiciones necesarias, tales que impidan la contaminación y/o proliferación de microorganismos y protejan el alimento de la alteración inmediata.

Los alimentos que requieran algún mecanismo de conservación deben ser manejados como productos frescos una vez que han sido abiertos, descongelados, o reconstituidos.

Para las buenas prácticas de almacenamiento se deberán tener en cuenta lo siguiente:

a. **Contarán** con áreas de almacenamiento adecuado al tipo de materia prima como estantes de chapa para los alimentos no perecederos, frezzer con regulador de temperatura, para los alimentos de alto riesgo que precisan de frio.
b. Área de almacenamiento exclusivo para los productos químicos (productos de limpieza y desinfección), para evitar contaminación química de los alimentos.
c. Embalar adecuadamente y rotular con fecha de vencimiento.
d. Organizar el sistema de rotación de materia prima, aplicando la regla PEPS (primero entra, primero sale), para esto también es necesario rotular los alimentos y productos alimenticios.
e. Transvasar las materias primas recibidas, para ello es necesario frascos de vidrios herméticos para el almacenamiento y conservación.
f. Se respetará las condiciones de almacenamiento necesarias para cada fin, contemplando materiales de estanterías, la circulación de aire, humedad, temperatura para cada alimento y permanente limpieza y desinfección de los recintos.

1.4. Personal de servicio: Por cada 150 niños se contrataron 1 cocinera, 1 auxiliar de cocina y 1 personal para la limpieza del espacio y los utensilios exclusivamente. Para cantidades menores a 50 niños, se contrataron 1 cocinera y 1 persona que luego de cumplir el papel de auxiliar de cocina inmediatamente procede a la limpieza del espacio y de los utensilios.

PROF. EUSEBIO D. TORRES
SECRETARIO GENERAL

LEON SAUL CRISTALDO
INTENDENTE MUNICIPAL

701040