1. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Las Especificaciones técnicas del Almuerzo Escolar, fueron elaboradas teniendo en cuenta las directrices emanadas en la Ley N° 5210 de "Alimentación Escolar y Control Sanitario" la cual establece que la alimentación de los estudiantes deberá basarse en una dieta saludable y adecuada; comprender el uso de alimentos variados, inocuos utilizando los grupos de alimentos establecidos en las Guías Alimentarias del Paraguay y reflejadas en la Olla Nutricional. Los alimentos a ser servidos deben ser de reciente elaboración debiendo asegurarse la inocuidad y la calidad para su consumo. Deben ser procesados, envasados y transportados en condiciones adecuadas de higiene, a fin de evitar los peligros físicos, químicos o biológicos que pongan en riesgo la salud de los estudiantes.

A.1. ASPECTOS NUTRICIONALES El valor calórico total (VCT) se deberá fraccionar en 5 comidas diarias basadas en la siguiente distribución porcentual:

Cuadro 1. Distribución porcentual del Valor Calórico total Desayuno 20% VCT Colación 15% VCT Almuerzo 25% VCT Merienda 15% VCT Cena 25% VCT Fuente: OMS, Ginebra 1985 La distribución porcentual actualmente se encuentran en proceso de revisión y actualización.

Se contemplará en cada menú definido en cada momento de alimentación una variación de +- 10% sobre las calorías estipuladas.

La distribución de aporte calórico por rango etáreo, de acuerdo al VCT promedio establecido y se detalla a continuación:

Cuadro 2. Distribución de aporte calórico por rango etáreo.

Nivel educativo Aporte Calórico Total 25% (Almuerzo) Nivel Inicial (pre jardín, jardín y preescolar de la Educación Inicial) 1350 kcal 312 kcal +/- 30 kcal Edad escolar (1° al 6° grado de la EEB) 1800 kcal 450 kcal +/- 50 kcal Adolescentes (7° al 9° grado de la EEB, y 1° al 3° curso de la Educación Media) 2275 kcal 568 kcal +/- 56 kcal Fuente: Guías Alimentarias del Paraguay

A.2. COMPOSICIÓN Y PORCIÓN DEL MENÚ Las preparaciones culinarias a ser servidas deben ser elaboradas en el día y deberán incluir: • Plato principal y guarnición cuando corresponda. • Ensalada. • Postre.

a) Plato principal, que podrá contener: • Una preparación única (guisados, caldos, estofados), • El agregado de una guarnición cuando el menú así lo requiera (puré de papas/calabaza/zapallo, arroz blanco, fideo, polenta, mandioca y/o batata). • Se podrá utilizar en las preparaciones culinarias, hierbas aromáticas, como orégano, laurel, perejil, cilantro, cebollita de hoja, romero, entre otras; considerando que favorecen las características organolépticas del plato terminado, pero no contribuye sustancialmente al aporte energético.

El esquema del plato principal responde a las características citadas a continuación:

Tabla 1. Características generales para el plato principal Fuente de proteína Formas de cocción Acompañados de (Guarnición)
Frecuencia de consumo
Carne vacuna (sin grasa visible)
Caldos* Guisado* Estofado* Horneado Grillé
Puré de Papa/calabaza/zapallo Fideo Arroz Harina de maíz Mandioca/Batata
1 a 2 veces por semana. En caso de las menudencias 1 vez a la semana.
Carne de ave (sin grasa visible ni piel y huesos) Menudencias (hígado y mondongo) Legumbres (todas las variedades) Carne de pescado (sin escamas y sin espinas)
1 vez a la semana.
*Exclusivamente para las menudencias.

b) Ensalada Debe ser servida en un recipiente independiente del plato principal y estará compuesta obligatoriamente por al menos 2 hortalizas. Esta combinación podrá contener según disponibilidad local: lechuga, berro, rúcula, tomate, repollo, choclo, zanahoria, arveja, remolacha, pepino, chaucha, rabanito, cebolla, brócoli, coliflor y variedad de zapallos. Se debe tener en cuenta que los ingredientes para las ensaladas deberán ser variados, evitando repetir el mismo ingrediente en días consecutivos. Las ensaladas pueden estar aderezadas con sal, aceite vegetal, y/o limón, y/o vinagre, y/o especies aromáticas (albahaca, perejil, orégano, cilantro, entre otros). En caso de escasa o nula producción de alguna hortaliza que compone la ensalada del día, se podrán reemplazar por otra de las citadas anteriormente. Obs.: Tener en cuenta que cuando el menú principal contiene legumbres, ese día evitar la combinación con ensaladas que

contenga repollo, coliflor y brócoli, ya que ambos alimentos son de difícil digestión.

c) Postre: El esquema de los postres responde a las características citadas a continuación: Tabla 2. Aspectos generales a tener en cuenta para los postres La variedad y frecuencia debe ser obligatoriamente respetada con relación a las frutas Postre/Opciones Variedad Frecuencia Frutas o ensalada de frutas Al menos 2 frutas diferentes por semana, según disponibilidad estacional Diaria o al menos 3 veces en la semana Compota de frutas Según disponibilidad estacional Cualquiera de las opciones, 1 a 2 veces por semana Dulces Según disponibilidad Postres con leche Según disponibilidad • La ensalada de frutas deberá contener por lo menos 3 variedades de frutas.

Opciones de postres que podrán ser utilizados en forma de reemplazo a los establecidos en el menú cíclico: Tabla 3. Cuadro de intercambio de postres Postre Opciones Cantidad Frutas Ensalada de frutas 100 g
Banana con miel
Estos postres son intercambiables entre sí.
1 banana con 2 cucharitas de miel (12 ml)
Dulce de batata/ membrillo
30 g
Dulce de mamón/ calabaza o similares
50 g
Compota de frutas 100 g Alimento a base de maní (barra de maní) Maní con miel 20 g de maní con 15ml de miel
Arroz con leche
Candial Crema Mazamorra
60 g
100 g

Para servir las raciones correspondientes a las preparaciones de plato principal, ensalada y postre, se deberá utilizar utensilios como cucharones de diferentes tamaños y pinzas, según lo especificado a continuación: - Para sopas y caldos, guisados y estofados: cucharones con capacidad de 200 ml; - Para salsas con guarniciones (como arroz, polenta, fideos, purés, entre otros): cucharones con capacidad de 100 ml; - Para los fideos tipo espagueti, tallarín, cintas y ensaladas de todo tipo: pinzas. - Para postres: cucharones de 50 ml.

Horario de provisión del almuerzo escolar Para el servicio de almuerzo escolar se establece el siguiente horario:

Horario del servicio del almuerzo escolar
11:00 a 13:00 horas

A.3. MENÚ CÍCLICO Para la elaboración del menú se deberá aplicar un esquema de Menú Cíclico establecido para cuatro semanas, con el objeto de evitar la repetición de platos de comida, simplificar la preparación del menú, optimizar las compras y la provisión de insumos, facilitar el servicio y el entrenamiento del personal. Los alimentos que formarán parte del Menú Cíclico deberán ser elaborados en el día a ser servidos. La presentación de los alimentos deberá ser acorde a las posibilidades de masticación para la edad de los/as alumnos/as, en especial para las instituciones educativas especiales, habida cuenta que la alimentación es también un espacio de enseñanza y aprendizaje para los estudiantes.

A continuación, la convocante deberá indicar las opciones de menú cíclico a ser licitado.

Aspecto nutricional	
Aporte de Kcal por día (consignar la cantidad de Kcal del menú proveído por día)	**400 a 500 kcal.** **SEMANA 1:** Día 1: 470 kcal Día 2: 500 kcal Día 3: 450 kcal Día 4: 480 kcal Día 5: 500 kcal **SEMANA 2:** Día 1: 450 kcal Día 2: 480 kcal Día 3: 500 kcal Día 4: 500 kcal Día 5: 450 kcal **SEMANA 3:** Día 1: 470 kcal Día 2: 480 kcal Día 3: 500 kcal Día 4: 480 kcal Día 5: 500 kcal **SEMANA 4:** Día 1: 470 kcal Día 2: 500 kcal Día 3: 500 kcal

	Día 4: 450 kcal Día 5: 500 kcal
Composición del menú	
Horario de elaboración del menú	La elaboración del menú se realizara directamente en el mismo edificio escolar, específicamente en la cocina habilitada para el efecto de acuerdo al horario de los almuerzos para ser servidos inmediatamente del cocinado. El horario de elaboración será desde las 09:00 hs. AM En ningún caso los alimentos preparados podrán salir fuera de la institución para su consumo.
Horario de distribución	***Turno Mañana:*** **De 11: a 12:00hs.** ***Turno Tarde:*** **De 12:00 a 13:00hs.**
Constitución del menú (consignar si se compone de plato principal, acompañamiento o ensaladas y postre)	El menú consistirá en una ración de almuerzo escolar por cada alumno, que incluye: **-Plato principal.** **-Ensaladas.** **-Postre.**
Completar el menú cíclico, según el ejemplo del Anexo a	**VER ANEXO "a"**
Completar el recetario del menú, según el ejemplo del Anexo b	**VER ANEXO "b"**
Modalidad del almuerzo escolar (consignar si es por catering o elaborado en la institución educativa).	El oferente es responsable de todo el proceso de elaboración de los alimentos que incluye compra de los insumos necesarios y la preparación

	de las comidas principales, ensaladas y postres. La preparación de los alimentos se realizara en los predios de las Escuelas beneficiadas con el almuerzo escolar.

2. CONTROL DE CALIDAD

Describir el sistema de calidad a ser implementado (controles, fiscalizaciones, monitoreos), según corresponda.	- El control de calidad del almuerzo consumido por los/as niños/as será verificado por personal técnico calificado con título de Grado, como Licenciado en Ciencia y Tecnología de Alimento y/o Nutricionista, a ser contratado por la Gobernación de Ñeembucú. -La capacitación del personal responsable de la elaboración del alimento y del menú estará a cargo del técnico de la empresa adjudicada. -La empresa adjudicada estará sujeta al control que será realizado en cualquier momento, a fin de avalar el cumplimiento de las especificaciones técnicas exigidas en el pliego de bases y condiciones, quedando bajo total responsabilidad de la empresa oferente mantener la calidad del almuerzo a ser entregados. El profesional técnico calificado recolectará muestras al azar para la verificación de la calidad (cumplimiento de las condiciones fisicoquímicas y/o microbiológicas aceptables, de acuerdo a las normas vigentes en materia de alimentos) de la comida. - En caso de no haber conformidad por parte de los técnicos calificados, el producto será rechazado y la empresa deberá reemplazarlo inmediatamente en su totalidad por otro que cumpla con las especificaciones técnicas requeridas. -La Gobernación de Ñeembucú a través de un funcionario a ser designado, verificará el cumplimiento de todo lo solicitado en el Pliego de Bases y Condiciones y podrá, cuando

	así lo creyera conveniente, pedir cambios pertinentes.

Anexo c
Descripción de la modalidad empleada

5.1 Generalidades

El Sistema de entrega es: **Elaborado en la Institución Educativa (Cocina – Comedor Escolar).**

5.2 El proveedor debe disponer de un equipo de funcionarios técnicos, por lo menos un profesional Nutricionista, para el acompañamiento en todas las Instituciones educativas, para entrenamiento de cómo utilizar los productos de la mejor forma, y brindar capacitación al personal en cuanto a higiene y preparación de los alimentos.

5.3 Además deberá contar en cada escuela con una cocinera que elaborará los alimentos y servir los mismos. Cada encargada de cocina debe estar equipada de blanco con chaqueta, pantalón y cofia, deberán llevar el pelo recogido. El en caso de instituciones que sobrepase la cantidad de 100 alumnos, se debe tener en cuenta a dos personas en el servicio de cocina.

5.4 El proveedor deberá contar con el equipamiento básico para una cocina en cada escuela, con los equipos, utensilios, e insumos necesarios para la elaboración de los alimentos de acuerdo al menú, como así también los productos necesarios para la higiene tanto de los alimentos como de los utensilios (por lo menos una cocina a Gas o eléctrica con la provisión de gas durante los días asignados; ollas, cucharones, cuchillos, licuadora, etc.), deberán contar también con mesas adecuadas para que los alumnos almuercen cómodamente.

5.5 La entrega de los alimentos será diaria y deberá llevarse a cabo durante los días hábiles escolares (de lunes a viernes), correspondiente a los cinco (5) días hábiles de clase comprendidas en la semana.

5.6 En caso de asueto, feriado o cualquier otro motivo conocido y probado en virtud del cual las clases estén suspendidas, el proveedor no estará obligado a proveer los alimentos, ni la institución a recibirlo.

5.7 El periodo de vigencia del contrato será desde el primer día hábil siguiente a la firma del contrato, hasta la entrega total de las raciones.

5.8 La Gobernación de Ñeembucú se reserva el derecho de realizar los controles de salubridad que crea necesarios.

6. CONSIDERACIONES GENERALES DE APLICACIÓN OBLIGATORIA PARA LA PREPARACION DE LOS ALIMENTOS

6.1 Los alimentos deben ser inocuos y aptos para el consumo humano, deben ser procesados, envasados y transportados en condiciones que no produzcan, desarrollen o agreguen sustancias físicas, químicas o biológicas que pongan en riesgo la salud de los consumidores.

6.2 La presentación de los alimentos debe ser acorde a las posibilidades de masticación para la edad de los/as niños/as. Las carnes (vacuna o de pollo), deben estar cortadas en trozos

pequeños, la carne debe provenir de cortes magros y el pollo no debe contener huesos, piel ni cartílagos.

6.3 Las verduras que formaran parte de las ensaladas, deberán estar cuidadosamente lavadas, no deberán contener arena, insectos ni materias extrañas, y deberán estar cortados en trozos pequeños y acondicionados en recipientes no tóxicos para alimentos en raciones individuales por niño.

6.4 Las frutas, deberán estar cuidadosamente lavadas, no deberán contener arena, insectos, ni materias extrañas.

6.5 Solo deberá utilizarse sal yodada, pero deberá evitarse su uso excesivo en la preparación de los platos principales y las ensaladas.

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. *Remitirse al Recetario Estándar de preparaciones culinarias para la elaboración de las ensaladas, teniendo en cuenta además las recomendaciones establecidas para las mismas. **Remitirse a la Tabla 3. Cuadro de intercambio de postres.

Las Preparaciones de los Menús se adjuntan en archivo separado alzadas en el SICP bajo la denominación de "Especificaciones Técnicas"

A.4. CÁLCULO DE CANTIDAD DE INGREDIENTES PARA EL ALMUERZO ESCOLAR En este apartado el oferente completará la planilla de ingredientes a ser utilizado para la elaboración de cada menú según la formulación del Recetario Estándar de preparaciones culinarias. Anexo III.

A.5. ESPECIFICACIONES DE VIDA ÚTIL El menú cíclico deberá ser elaborado, envasado y distribuido, de tal manera que se garantice su vida útil en óptimas condiciones generales. No se aceptarán alimentos cuyas características organolépticas se encuentren alteradas.

A.6. ASPECTOS ORGANOLÉPTICOS No se aceptarán ingredientes y preparaciones culinarias cuyas características organolépticas se encuentren alteradas. Aspecto: característico al menú (plato principal, ensalada, postre) Color: característico, excepto de olores extraños. Sabor: agradable, exento de sabores extraños.

A.7. TEMPERATURAS DEFINIDAS PARA EL ALMUERZO ESCOLAR

Preparación culinaria Temperatura adecuada Plato principal ≥65 °C Ensalada ≤5 °C Postre Postres a base de leche ≤5 °C. Frutas, turrones, entre otros: temperatura ambiente

A.8. CONTROL DE CALIDAD Las preparaciones del plato principal, ensalada y postre, deberán ser transportadas y distribuidas en condiciones adecuadas, de tal forma que ofrezcan las garantías de inocuidad para la salud de los estudiantes. Durante la ejecución del contrato los alimentos incluidos en el almuerzo escolar estarán sujetos a controles aleatorios por parte de la contratante, así como de la autoridad sanitaria competente. La toma de muestras podrá ser realizada en la empresa distribuidora o en las instituciones educativas por la autoridad sanitaria competente. Los costos de los análisis físico-químicos como microbiológicos serán asumidos por el Proveedor, sin costo alguno para la Contratante. Los equipamientos y utensilios deberán ser adecuados y mantenerse en perfectas condiciones durante la vigencia del contrato, pudiendo la Contratante realizar los controles que correspondan según normativas vigentes. En caso de constatarse incumplimientos con relación a parámetros fisicoquímicos o microbiológicos establecidos en normativas vigentes, se actuará conforme a lo establecido en el contrato y la normativa vigente aplicable. La fiscalización básica del servicio estará a cargo del encargado de Alimentación Escolar designado en cada institución educativa, debiendo informar a las instancias correspondientes sobre cualquier irregularidad en

que incurra el proveedor.

A.9. REGISTROS SANITARIOS La empresa deberá contar con el Registro de Establecimiento-RE, vigente otorgado por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición - INAN en la Categoría 25, obrante la vigencia del contrato. En caso de consorcios, el o los miembros del mismo encargado/s de la elaboración de los alimentos, deberá cumplir con este requisito.

Al momento de la adjudicación, para la firma del contrato, en el caso de que la empresa adjudicada no esté asentada en la localidad deberá presentar el registro del establecimiento-RE de un depósito de almacenamiento o distribución asentado en el distrito o departamento donde proveerá. La empresa deberá contar con la constancia de inscripción expedida por el INAN donde se detalla la identificación de las instituciones educativas en las cuales elaborará el almuerzo escolar. Todos los alimentos envasados a ser utilizados para el Almuerzo Escolar deberán contar con el Registro Sanitario de Producto Alimenticio (RSPA) vigente. A tal efecto, la convocante se reserva el derecho a realizar las verificaciones correspondientes.

A.10. CONDICIONES MÍNIMAS DEL SERVICIO REQUERIDO La contratada es responsable de elaborar los alimentos conforme al menú establecido en el Pliego de Bases y Condiciones, de la entrega de los ingredientes a las instituciones educativas, de la distribución de raciones a los estudiantes dentro de las instituciones educativas, así como de la limpieza de todo lo utilizado de manera diaria, según corresponda.

A.10. CONTRATACIÓN DEL PERSONAL DE LA ZONA La empresa adjudicada deberá contratar personal de la zona como mínimo por el porcentaje indicado por la contratante en los Datos de la Licitación. La dicha exigencia no podrá exceder del veinte por ciento (20%) del total de personal necesario. Se entenderá personal de la zona, el que se encuentre domiciliado dentro del territorio del Municipio o de la Gobernación convocante según el caso.

A.11. PROCEDIMIENTO PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO • Llevar los ingredientes para la preparación del menú a cada institución educativa, según la cantidad estipulada en el PBC. • Almacenar correctamente cada ingrediente de acuerdo a su naturaleza y características (a temperatura ambiente, refrigerada o congelada, según corresponda). • Preparar el menú correspondiente a cada día según las BPM, debiendo los encargados de la preparación contar con los atuendos necesarios y en buenas condiciones de higiene (delantales, gorros, entre otros). • Distribuir el almuerzo/cena escolar a los estudiantes, utilizando utensilios como platos y cubiertos (cuchara). • Retirar todos los utensilios y enseres para su correspondiente limpieza, luego de finalizado el servicio. B) INFRAESTRUCTURA Y EQUIPAMIENTO

B.1.Infraestructura mínima La planificación de los espacios debe permitir la elaboración de alimentos mediante un flujo lineal (no debe entrecruzarse el flujo del área sucia con el producto terminado) y optimizar los recursos disponibles para cumplir de manera satisfactoria todas las operaciones (desde la recepción de los ingredientes hasta la distribución del alimento terminado), permitir una limpieza adecuada, que a su vez facilite el control de las mismas. Estas áreas deberán estar situadas preferiblemente en zonas exentas de olores, humo, polvo, plagas y otros contaminantes y no expuestas a inundaciones.

Características generales • Los pisos deberán ser de materiales resistentes al tránsito, lavables, sin grietas y de fácil limpieza y desinfección. Deben estar en buenas condiciones de conservación y preferentemente nivelados. • Las paredes, deberán ser de materiales no absorbentes y lavables, lisas, sin grietas, de fácil limpieza y desinfección, preferentemente de color claro, • Los techos deberán ser de material que impida la acumulación de suciedad, reduzca al mínimo la condensación y la formación de mohos, y de fácil limpieza. • Las ventanas, puertas y otras aberturas deberán ser de fácil limpieza y estar en buenas condiciones de conservación, deberán estar provistas de protección antiplagas (telas metálicas). • Deberá contar con un sistema de red de agua potable para la realización de las operaciones de producción, cocción y limpieza de los utensilios. Caso contrario, utilizar métodos recomendados en las Guías Alimentarias del Paraguay para potabilizar el agua a ser utilizada. • Deberá disponer de un sistema eficaz de evacuación de aguas residuales, de manera que se evite la contaminación del abastecimiento de agua potable. • Deberá proveerse instalaciones adecuadas y convenientemente situadas para lavarse y secarse las manos siempre que así lo exija la naturaleza de las operaciones. • Deberá tener iluminación natural y/o artificial (lámparas de luz fluorescente o incandescente con protección) suficiente que posibiliten la realización de las tareas y no comprometa la higiene de los alimentos. • Las instalaciones eléctricas deberán ser empotradas o exteriores y en este caso estar perfectamente recubiertas por caños aislantes y adosadas a paredes, techos o al piso, no permitiéndose cables colgantes sobre las zonas de manipulación, distribución y consumo de alimentos. • Deberá contar con una ventilación adecuada. Las ventanas y otras aberturas deben estar provistas de las protecciones y sistemas para evitar el ingreso de agentes contaminantes.

• Deberá disponerse de basureros con tapas y bolsas para la correcta disposición final de los residuos.

B.2. Equipamientos básicos mínimos que debe ser montado en la institución educativa. • Heladeras y congeladores. • Cocina o Fogón. • Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por sí misma un agente contaminante). • Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios, de materiales no contaminantes. • Piletas de lavado. • Utensilios para la preparación de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillos, cucharones, tenedores, tabla diferenciadas para cortar carne y verduras, bol, bandejas, entre otros), se debe minimizar la utilización de utensilios de madera. • Utensilios para el servicio (platos, cucharas, vasos), aptos para entrar en contacto con alimentos. • Basureros con bolsa y tapa. • Mesas y sillas.

C) INDICACIONES GENERALES

1. El menú establecido en el presente PBC debe ser respetado y no podrá sufrir ninguna variación sin autorización previa de la convocante (para lo cual se deberá tener en cuenta las características socioculturales y la disponibilidad de ingredientes característicos del territorio donde se proveerá). 2. Los Oferentes deberán incluir en el costo de la oferta, el personal necesario para la elaboración de los alimentos, el traslado, estiba, desestiba y distribución de los ingredientes a las instituciones educativas que comprenden su Cronograma de provisión, teniendo en cuenta la distancia del lugar de entrega. 3. De no cumplirse con los plazos máximos de entrega establecidos, se iniciarán los trámites administrativos a los efectos de la aplicación de multas y eventualmente de recisión del contrato, como así también la comunicación del incumplimiento del Contrato a las instancias correspondientes, conforme a las normativas legales vigentes.

D) PROCEDIMIENTOS PARA ENTREGA DE LOS MENUS

a) La convocante establecerá el cronograma para la preparación de los platos que comprenden el menú cíclico establecido en estas bases y condiciones. b) Una vez adjudicado el llamado, la convocante expedirá la orden de compra a la empresa adjudicada conforme a lo establecido en el menú cíclico. c) Una vez recepcionada la Orden de Compra la adjudicada realizará las entregas de los ingredientes para la elaboración del menú cíclico. d) Una vez que la adjudicada realice la preparación y provisión de alimentos deberá remitir vía nota a la Contratante las documentaciones (Facturas, Notas de Remisión, Actas de Recepción de Entrega y Notas de Recepción Institucional), con la firma del/de los funcionario/s de las instituciones que hayan recepcionado los ingredientes para la elaboración del almuerzo/cena escolar, a los efectos de certificar los datos (Cantidades y Firmas) de los mismos. De no contar con reparos, dichas documentaciones proseguirán con los trámites administrativos correspondientes.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS MECÚ CÍCLICO

2. IDENTIFICACIÓN DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS SELECCIONADAS

Código de local	Código de la Institución	Nombre de la Institución Educativa	Cantidad de Beneficiarios por ciclo	Distrito	Dirección y N° de Teléfono	Nombre del Director/a	Fuente de Financiación
	8824	Esc. Bás. N° 92 San Miguel	146	Pilar	0975719443	Prof. Juana Ojeda Marecos	**FF 10- FF30**
		Total	146				

3. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Aspecto nutricional			
3.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	**Nivel Inicial**	**Edad escolar**	**Adolescente**
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal	568 kcal +/- 56 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 preparados en las escuelas		

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de Pag.

4. MENÚ CÍCLICO

Referirse al documento ESTANDARIZACIÓN DE PREPARACIONES CULINARIAS PARA EL SERVICIO DEL ALMUERZO/CENA ESCOLAR, aprobado por Resolución DNCP N° 2459/2017; para la elaboración del menú cíclico.

SEMANA 1						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Soyo	Polenta con salsa de pollo	Caldo de poroto con fideo	Estofado de pollo con papa	Guiso de arroz con carne
Cantidad por ración	Nivel Inicial	240 gramos	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	240 gramos	200 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	350 gramos	100 gramos salsa + 250 gramos polenta	350 gramos	300 gramos	300 gramos
	Adolescentes	440 gramos	130 gramos salsa + 315 gramos polenta	440 gramos	380 gramos	380 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Dulce de mamón	Fruta	Ensalada de Fruta	Barrita de maní	Fruta

SEMANA 2						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Picadito de pollo con puré de papa	Polenta con salsa de carne	Caldo de poroto con arroz	Tallarín con salsa de carne	Revuelto de Mandioca
Cantidad por ración	Nivel Inicial	70 gramos Picadito + 110 gramos Puré	70 gramos Salsa + 170 gramos Polenta	240 gramos	70 gramos Salsa + 80 gramos Fideo	170 gramos
	Edad Escolar	100 gramos Picadito + 160 gramos Puré	100 gramos Salsa + 250 gramos Polenta	350 gramos	100 gramos Salsa + 120 gramos Fideo	250 gramos
	Adolescentes	130 gramos Picadito + 200 gramos Puré	130 gramos Salsa + 315 gramos Polenta	440 gramos	130 gramos Salsa + 150 gramos Fideo	320 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Dulce de mamón	Fruta	Fruta cítrica	Dulce de batata	Fruta

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de Calidad

SEMANA 3						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Guiso de Fideo con pollo	Picadito de carne con papa	Salsa de legumbres con arroz blanco	Vori Vori de carne	Albóndigas de pollo con arroz
Cantidad por ración	Nivel Inicial	200 gramos	200 gramos	70 gramos Salsa + 100 gramos Arroz	240 gramos	70 gramos Salsa(3 bolitas) + 90 gramos de arroz
	Edad Escolar	300 gramos	300 gramos	100 gramos Salsa + 130 gramos Arroz	350 gramos	100 gramos Salsa (4 bolitas) + 130 gramos Arroz
	Adolescentes	380 gramos	380 gramos	130 gramos Salsa + 170 gramos Arroz	440 gramos	130 gramos Salsa (5 bolitas) + 160 gramos Arroz
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Crema	Fruta	Fruta cítrica	Fruta	Dulce de mamón

SEMANA 4						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Locro	Salsa de pollo con fideo	Guiso de poroto con arroz	Vori vori de pollo	Guiso de mandioca con carne
Cantidad por ración	Nivel Inicial	240 gramos	70 gramos Salsa + 80 gramos Fideo	200 gramos	240 gramos	170 gramos
	Edad Escolar	350 gramos	100 gramos Salsa + 120 gramos Fideo	300 gramos	350 gramos	250 gramos
	Adolescentes	440 gramos	130 gramos Salsa + 150 gramos Fideo	380 gramos	440 gramos	320 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Ensalada de frutas	Dulce de batata	Fruta cítrica	Fruta	Fruta

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.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

5. 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
Soyo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 297 Kcal **Peso por Porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	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 c/n	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 c/n	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.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 Adolescentes: 130g salsa + 315g 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 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 5

Caldo de poroto con fideo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 271 Kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 gramos	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Fideo nido 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. Añadir la porción de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 20 minutos aproximadamente y servir el plato. 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	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Estofado de pollo con papa **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 257 Kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos Adolescentes: 380 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.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 340 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos Adolescentes:	Carne magra Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	52g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. 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 arroz, revolver un poco y luego Agregar el agua y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

380 gramos				
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 Adolescentes: 130 g picadito + 200 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 200 g 50 ml 5 g 0,5 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 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.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 Adolescentes: 130g salsa + 315g polenta	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra 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 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 maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar la leche.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

Caldo de poroto con arroz **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 266 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 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. <u>Observación:</u> si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 Adolescentes: 130g salsa + 150g 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 40 g 0,5 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 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Revuelto de mandioca **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 339 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 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

Edad escolar: 250 gramos Adolescentes: 320 gramos				que el mismo este totalmente cocido (coagule). *50 g de huevo corresponde a 1 unidad
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de fideo con pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 308 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos Adolescentes: 380 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 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Picadito de carne con papa **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 319 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos Adolescentes: 380 gramos	Papa Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200 g 60 g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 52 g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar las verduras Sellar la carne con el ajo, una vez sellada agregar la cebolla, el locote, zanahoria y el tomate, y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes Por último, agregar las papas, las arvejas y la cebollita de hoja, cocinar hasta que estén blandas.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de legumbres con arroz quesú **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 304 kcal	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g	**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**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz Adolescentes: 130g salsa + 170g de arroz	Agua potable **Arroz quesú** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	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.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vori vori de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 398 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 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.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Albóndigas de pollo con arroz **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 324 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70 g salsa (3 bolitas) + 90 g de arroz Edad escolar: 100 g salsa (4 bolitas) + 130 g de arroz	**Albóndigas de pollo:** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Galleta molida Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz** Arroz Aceite Ajo	 70 g 60 g 15 g 10 g 10 g 3ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g	 69 g 42 g 14 g 10 g 8 g 3ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g	**Albóndigas** Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Procesarlo. Mezclar el pollo con galleta molida y el diente de ajo. Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas de tamaño uniforme. Reservar. **Salsa** Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear cebolla, ¼ diente de ajo y locote en aceite y luego agregar tomate, con los demás vegetales y cocinar hasta formar una salsa. Incorporar las albóndigas, laurel y el agua hervida hasta cubrir toda la preparación. Una vez cocinadas apagar el fuego y agregar el orégano. **Arroz** Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 10

Adolescentes: 130 g salsa (5 bolitas) + 160 g de arroz	Sal yodada Agua potable	0,5 g c/n	0, 5g c/n	hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Locro **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 343 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Locro Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 5 ml 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 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura ambiente 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 picar todos los vegetales. Reservar. Cortar la carne en trozos iguales. Reservar. Saltear cebolla, tomate, locote, laurel, ajo. Agregar el locro y agua caliente. Hervir hasta que este blando. Luego agregar los trozos de carne, zapallo, zanahoria y dejar hervir por 15 minutos aprox. Por último, agregar cebollita de hoja, cilantro y sal yodada.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de pollo con fideo **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 Adolescentes: 130 g salsa + 150 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 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con poroto **Rendimiento:** 1 porción	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay	70g 40g 20g 15g	69g 40g 20g 15g	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

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Tomo 11

Energía: 317 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos Adolescentes: 380 gramos	Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	15g 10g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	14g 8g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	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.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vori vori de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 351 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos Adolescentes: 440 gramos	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. 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 queden blandos. Luego agregar el tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel. Continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos. Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos. Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa. Agregar las bolitas del vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de mandioca con carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos Adolescentes: 320 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.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 2

Ensaladas

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 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.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

Menú 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 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.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**	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

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN GENERAL DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 14

44 kcal **Peso por porción:** 55 g				recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 15

Menú 14	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.

Menú 15	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.

Menú 16	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.

Menú 17	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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.

Menú 18	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite	30 g 20 g 10 g 3 ml	28 g 19 g 8 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. Servir.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 16

Energía: 39 kcal **Peso por porción:** 60 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.

Postres

Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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 azúcar 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.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación	Mamón	200 g	100 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 17

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 60 kcal				
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Barra de maní **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 152 kcal	Alimento a base de maní (Barra de maní)			Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.
Menú 5	**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.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de mamón/ calabaza **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	**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

Folio 18

99 kcal **Peso por porción:** 50 g				por aproximadamente 40 minutos. Una vez frío servir.
Menú 7	**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.
Menú 8	**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
Menú 9	**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.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 50 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de Inf.

Menú 11	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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 azúcar 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.
Menú 12	**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.
Menú 13	**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
Menú 14	**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.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

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.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **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.
Menú 17	**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.
Menú 18	**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
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

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.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 50 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

6. CONTROL DE CALIDAD

Describir el sistema de calidad a ser implementado	
Plan de Monitoreo	Controlar la correcta provisión de la alimentación escolar. Participación en los procesos de implementación de alimentación escolar desde la preparación en la Institución Educativa, la recepción, manipulación, higiene y distribución correcta de los alimentos. Controlar la recepción de insumos, verificar la elaboración del alimento, la cantidad respecto a la matrícula y la calidad de alimento, en el caso del almuerzo escolar. Monitorear la distribución correcta de las porciones según el alimento establecido y la entrega equitativa de los alimentos a cada alumno de la Institución escolar.
Plan de capacitaciones	Se realizara cursos y charlas para la correcta recepción y manipulación de los insumos. Capacitación sobre cómo realizar la distribución correcta de las porciones

	según el alimento establecido y para la entrega equitativa de los alimentos a cada alumno. Se realizara cursos y charlas sobre higiene y distribución correcta de los alimentos. Charlas de concienciación sobre el uso correcto de los higiénicos, lavamanos, utensilios de limpieza, entre otros. Organizar equipos de trabajo para acompañar los momentos de alimentación de los estudiantes como un espacio educativo para la incorporación de prácticas alimentarias saludables.

7. MODALIDAD DEL SERVICIO

Describirla modalidad seleccionada según corresponda:

La modalidad empleada será el Sistema de Alimentos preparados en las escuelas
La preparación del menú se realiza en el predio de la Institución Educativa, en un aérea definida que debe ser adecuada y equipado mínimamente para la manipulación higiénica de los alimentos.
Esta modalidad será a través de una empresa que se realizara por el método licitatorio, la cual proveerá 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.
Los equipos que se dispondrá para el almacenamiento:

- Heladera.
- Freezer.
- Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios. Los mismos deben ser materiales que no contaminen a los alimentos almacenados.

Los equipos a ser utilizados para la preparación:

- Cocina Industrial o fogón de material con horno y plancha de hierro
- Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por sí misma un agente de contaminación.
- Piletas de lavado para cacerolas
- Utensilios para la preparación de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillo, cucharones,

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
FOLIO 23

tenedor, tabla para cortar carne y verduras, bol, bandeja y otros), según necesidad.

- Utensilios para el servicio (platos, tenedores, cucharas, vasos, etc.) según necesidad, no toxico para alimento según corresponda.
- Tachos grandes p/ basura o basureros con bolsa y tapa.
- Mesas y Sillas.

Personal capacitado para la elaboración de los menús:

- Un Profesional encargado del aérea de Nutrición y Alimentación (un profesional técnico por cada 3.000 estudiantes).
- Un Cocinero/a (un cocinero/a por cada 100 estudiantes).
- Un Auxiliar de cocina (un auxiliar por cada 100 estudiantes).
- Un personal de limpieza (uno por Institución Educativa).

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE
Folio 24