Asunción, 14 de noviembre de 2023.

Nota DGBE N° 148/2023

Señor
Ramon Alberto Sanabria Ruiz Diaz, Intendente
Municipalidad de Santa María de Fe
Departamento de Misiones

Con agrado me dirijo a usted para comunicar que, en relación a la solicitud de la Municipalidad de Santa María de Fe, sobre el "Proyecto de Almuerzo Escolar" con Expediente Xilema N° 308.325 de fecha 10 de noviembre de 2023, se ha realizado el análisis técnico en los términos de las documentaciones presentadas, el marco normativo vigente que regula la implementación del Programa de Alimentación Escolar del Paraguay (PAEP), por lo que se remite el ***Dictamen técnico de la Dirección de Alimentación Escolar Nº 42/2023, por el cual se autoriza del Proyecto Almuerzo Escolar,*** en tres (03) fojas útiles.

Sin otro motivo, le presento mis atentos saludos.

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCION GENERAL DE BIENESTAR ESTUDIANTIL
REPUBLICA DEL PARAGUAY

Myrian Núñez Cruzabie, Encargada de Despacho
Dirección General de Bienestar Estudiantil
Ministerio de Educación y Ciencias

Elaborado por: Javier Aguilar Revisado por: Arzacia Olmedo

MEMORÁNDUM DAE N° 202/2023

De : ***Robert Gayoso Mendoza, Director General***
Dirección General de Bienestar Estudiantil

: ***Andrea Milena Fernández, Directora***
Dirección de Alimentación Escolar

Fecha : 13 de noviembre de 2023

Referencia : **RESPONDER EXPEDIENTE XILEMA N°308.325/2023 – PROYECTO DE ALMUERZO ESCOLAR.**

Tengo el agrado de dirigirme a Usted, a fin de remitir el **Memorándum DGPAE N° 108/2023** del Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar dependiente de esta Dirección, en el que adjunta **Dictamen Técnico N° 42/2023**, por el cual se autoriza el **PROYECTO DE ALMUERZO ESCOLAR** para el ejercicio fiscal 2024 -2025, presentado por la **MUNICIPALIDAD DE SANTA MARÍA DE FÉ DEL DEPARTAMENTO MISIONES,** según expediente de referencia de fecha 10 de noviembre de 2023, para los fines pertinentes.

Atentamente.

Elaborado por: Erma Ocampo

Revisado por: Andrea Milena Fernández

MEMORÁNDUM DGPAE N°108/2023

A : **Andrea Milena Fernández,** Directora
Dirección de Alimentación Escolar

DE : **Melissa Desvars, Jefa**
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

FECHA : 13 de noviembre de 2023.

REFERENCIA: Expediente Xilema N°308.325 de fecha 10 de noviembre de 2023.

Tengo el agrado de dirigirme a Usted, a fin de remitir en adjunto para los fines pertinentes, el **Dictamen Técnico N°42/2023,** por el cual se AUTORIZA EL PROYECTO DEL ALMUERZO ESCOLAR ejercicio fiscal 2024-2025, presentado por la Municipalidad de Santa María de Fe a través del expediente de referencia.

Atentamente.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
Dirección de Alimentación Escolar
MESA DE ENTRADA
Xilema N°: 308.325
Recibido por: Erma
Fecha: 13-11-23 Hora: 10:50

Elaborado por: Cassandra Becker **Revisado por: Melissa Desvars**

DICTAMEN TÉCNICO DGPAE N°42/2023

Referencia: Expediente Xilema N° 308.325
de fecha 10 de noviembre de 2023.

1. Antecedentes

El **Sr. Ramón Alberto Sanabria Ruíz Díaz,** Intendente de la Municipalidad de Santa María de Fe del departamento de Misiones, presenta el proyecto de Almuerzo Escolar para proveer a los estudiantes de las instituciones educativas del distrito a su cargo, y solicita autorización para la implementación de este.

2. Consideraciones técnicas

Se realiza el análisis técnico del proyecto que forma parte de expediente, teniendo en cuenta los siguientes criterios:

Tabla 1. Aspectos a evaluar			
N°	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CUMPLE	NO CUMPLE
1.	Identificación		
1.1	Datos de la Gobernación/Municipio	✓	
1.2	Datos del responsable del proyecto	✓	
1.3	Datos del nutricionista	✓	
2.	Principales datos del proyecto de almuerzo escolar		
2.1	Cantidad de instituciones educativas seleccionadas	✓	
2.2	Cantidad de estudiantes beneficiados	✓	
2.3	Tiempo de provisión del servicio*	✓	
2.4	Fecha estimada de inicio de la provisión	✓	
2.5	Fecha estimada de finalización de la provisión	✓	
2.6	Presupuesto estimado para el servicio	✓	
2.7	Precio referencial	✓	
2.8	% de la agricultura familiar a implementar	✓	
3.	Identificación de las instituciones educativas seleccionadas		

Elaborado por: Cassandra Becker **Revisado por: Melissa Desvars**

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR Dpto. de Gestión de P.A.E.

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

3.1	Instituciones educativas seleccionadas se encuentran en la Microplanificación	✓	
3.2	Códigos completos	✓	
3.3	Fuente de financiación	✓	
4.	Requerimiento nutricional		
4.1	Distribución del aporte calórico por rango etáreo	✓	
5.	Composición del menú		
5.1	Horario de preparación del menú	✓	
5.2	Horario de distribución	✓	
5.3	Constitución del menú	✓	
5.4	Modalidad del servicio	✓	
6.	Menú cíclico		
6.1	Menú cíclico con la descripción de todos los componentes	✓	
7.	Recetario de menú cíclico		
7.1	Calorías del Menú, ingredientes, medidas en gramos para un comensal (una persona) y la forma de preparación del alimento.	✓	
8.	Calculo de insumos para el almuerzo escolar		
8.1	Planilla de cálculo de insumos	✓	
9.	Control de calidad		
9.1	Plan de monitoreo	✓	
9.2	Plan de capacitación	✓	
9.3	Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	✓	
10.	Modalidad del servicio		
	Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido (Catering)	Cumple	No Cumple
10.1	Condiciones mínimas del servicio requerido		
10.2	Procedimiento para la prestación del servicio		
10.3	Indicaciones generales		
10.4	Procedimiento para la entrega del almuerzo escolar		
	Alimentos preparados en las escuelas	Cumple	No Cumple
10.1	Mecanismo de recepción de los alimentos	✓	
10.2	Mecanismos de almacenamiento	✓	
10.3	Mecanismos de higiene	✓	

Elaborado por: Cassandra Becker **Revisado por: Melissa Desvars**

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

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR REPÚBLICA DEL PARAGUAY

10.4	Mecanismos de pre elaboración y elaboración	✓	
10.5	Mecanismos de distribución	✓	

3. Conclusiones

El análisis técnico se realiza en concordancia a los documentos que forman parte del expediente foliados del 1 (uno) al 27 (veintisiete); teniendo en cuenta lo establecido en la **Ley N°5210/14 de "Alimentación Escolar y Control Sanitario", su decreto reglamentario N° 2366/14** y el Manual de Procedimientos para los servicios de alimentación escolar, en instituciones educativas de gestión oficial, privada y privada subvencionada, establecido por el Ministerio de Educación y Ciencias y aprobado por **Resolución MEC N°965** del 16 de setiembre de 2022.

En ese sentido, considerando que lo solicitado cumple con los criterios de evaluación detallados en la Tabla 1 del punto 2 de este dictamen técnico, se autoriza el mismo (ver tabla 2) por única vez con una vigencia de 90 (noventa) días a partir de la fecha de emisión, a fin de realizar los procedimientos administrativos correspondientes.

Tabla 2. Resumen de la autorización solicitada en relación con el servicio de almuerzo escolar

Instituciones Beneficiarias	Cantidad de Matriculados	Tiempo de Provisión			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días	
3	256	2024	180	Lunes a viernes	Alimentos preparados en las escuelas
		2025	180		

Asimismo, se deslinda responsabilidad sobre la ejecución fuera del proyecto presentado, además de no poseer injerencia en cuestiones relativas al precio referencial, la fuente de financiamiento, los procesos de contratación, la modalidad de servicio seleccionada por la contratante y los datos omitidos en el Proyecto, el cual es exclusiva responsabilidad del encargado de la elaboración del mismo; se circunscribe el análisis a las especificaciones técnicas de carácter nutricional, a fin de garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los beneficiarios y a lo establecido en las normativas legales vigentes.

Elaborado por: Cassandra Becker **Revisado por: Melissa Desvars**

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.

En caso de detectar variaciones en el cumplimiento, se remitirá al órgano de control correspondiente.

Es el dictamen.

Lic. Nut. Cassandra Becker
Registro Profesional N°: 1.473
Fecha: lunes, 13 de noviembre de 2023

Aprobado por: Lic. Melissa Desvars, Jefa
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar
Dirección de Alimentación Escolar

En cumplimiento de los procedimientos correspondientes, se remite el presente dictamen técnico a la Dirección General de Bienestar Estudiantil, para la comunicación a la parte interesada.

Lic. Andrea Milena Fernández, Directora
Dirección de Alimentación Escolar

Elaborado por: Cassandra Becker **Revisado por: Melissa Desvars**

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Dpto. Misiones - República del Paraguay
Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491Tel.: 0781 – 283214
Correo: munisantamaria@hotmail.com

Santa María de Fe, 10 de noviembre de 2023.

Sr. Robert Gayoso.
Dirección General de Bienestar Estudiantil.

Me dirijo a Usted en representación de la Municipalidad de Santa María de Fe y por su intermedio a donde corresponda, con el fin de solicitar la autorización correspondiente para el proyecto de provisión de almuerzo escolar año lectivo 2024 y 2025. Proyecto que será licitado en la modalidad de Licitación Pública Nacional - Ad referéndum.

Adjuntamos planilla de las instituciones a ser beneficiadas en la siguiente hoja.

Sin otro particular, y en espera de una respuesta favorable al pedido, me despido deseándole éxitos en sus funciones

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE
INTENDENCIA MUNICIPAL
MISIONES - PARAGUAY

Prof. Ramón **A. Sanabria**
Intendente Municipal

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
REPÚBLICA DEL PARAGUAY

1|27

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Dpto. Misiones - República del Paraguay
Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491Tel.: 0781 – 283214
Correo: munisantamaria@hotmail.com

- **Identificación de las instituciones educativas a ser beneficiadas.**

ALMUERZO ESCOLAR																																									
	IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA									CANTIDAD DE ESTUDIANTES																															
										Educación Inicial								Educación Escolar Básica						Educación Media																	
Nº	Código de Establecimiento Escolar	Código de Institución	Nombre de la Institución	Tipo de Gestión	Cuenta con jornada escolar extendida	Localidad o Barrio	Zona	Nombre de la comunidad indígena (si se encuentra ubicada en una)	Nombre del asentamiento (si se encuentra ubicada en uno)	Maternal		Pre-jardin		Jardin		Pre escolar		1º ciclo		2º Ciclo		3º Ciclo		Bachiller Cientifico		Bachiller Tecnico		Formacion Profesional Media		Formacion Profesional Vocacional		Educacion		CANTIDADES	Fuente de Financiamiento	DISTRITO
										H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M			
1	0806016	5789	Escuela Básica Nº7174 SAN JORGE	OFICIAL	NO	SAN JORGE	RURAL			0	0	0	0	0	4	1	6	9	4	7	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	37	FONACIDE	Misiones
2	0806005	5778	Escuela Básica Nº 3668 EZEQUIEL GIMENEZ	OFICIAL	NO	SAN ANTONIO	RURAL			0	0	0	0	0	1	2	2	1	5	9	6													26	FONACIDE	
3	0806019	5795	Escuela Básica Nº 6014 AIME BONPLAD	OFICIAL	NO	SANTA MARIA	URBANA			0	0	4	13	4	9	10	10	30	38	41	34													193	FONACIDE	Santa Maria
Total																																		256		

2127

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
REPÚBLICA DEL PARAGUAY

DIRECCIÓN GENERAL DE BIENESTAR ESTUDIANTIL
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY – PAEP

Formulario N° 01: Proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar

1. Identificación de la Gobernación o Municipalidad	
Departamento*: Misiones	**Distrito*: Santa María de Fe**
Dirección del local de la Municipalidad: Gral. Caballero esq. Pbro. Molas N°491.	
N° de teléfono de línea baja*: 0782.232.446	
Nombre del Gobernador/ Intendente*: Sr. Ramón Alberto Sanabria Ruiz Diáz.	
N° de celular: 0985.702180	
Dirección de correo electrónico*: uocsantamariadefe@hotmail.com	
Nombre del/la Nutricionista*: Lic. Soledad Aquino	
Nº de Registro Profesional*: 2968	**N° de celular*: 0985 - 842004**
Dirección de correo electrónico*: aquinosoledad588@gmail.com	
2. Principales datos del proyecto de almuerzo escolar	
Cantidad de instituciones educativas beneficiadas*: 3 (TRES)	
Cantidad de estudiantes beneficiados*: 256	
Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días) *: 180 días para año 2024 y 180 días para año 2025	
Fecha estimada de inicio de la provisión 2024*: FEBRERO 2024 **Fecha estimada de finalización de la provisión 2024*: NOVIEMBRE 2024**	
Fecha estimada de inicio de la provisión 2025*: FEBRERO 2025 **Fecha estimada de finalización de la provisión 2025*: NOVIEMBRE 2025**	
Presupuesto estimado para el servicio 2024*: 536.417.280 GS **Presupuesto estimado para el servicio 2025*: 536.417.280 GS**	
Precio referencial por plato*: 11.641 GS	
Porcentaje de la agricultura familiar a implementar*: 10 % *Decreto N° 9270/2018 establece como mínimo 10%*	

**Son campos obligatorios*
Obs. Para elaborar los precios referenciales se deben considerar las normativas vigentes establecidas por la Dirección Nacional de Contrataciones Públicas

Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

3/27

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
PARAGUAY

PARAGUÁI TEKOMBO'E HA TEMBIKUAA
MOTENONDEHA

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

3. Identificación de las instituciones educativas a ser beneficiadas

ALMUERZO ESCOLAR

	IDENTIFICACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA										CANTIDAD DE ESTUDIANTES																													
											Educación Inicial								Educación Escolar Básica						Educación Media															
																			1º ciclo		2º Ciclo		3º Ciclo		Bachiller Científico		Bachiller Técnico		Formación Profesional Media		Formación Profesional Vocacional		Educación Inclusiva					
Nº	Código de Establecimiento Escolar	Código de Institución	Nombre de la Institución	Tipo de Gestión	Cuenta con jornada escolar extendida	Localidad o Barrio	Zona	Nombre de la comunidad indígena (si se encuentra ubicada en una)	Nombre del asentamiento (si se encuentra ubicada en uno)	Maternal		Prejardín		Jardín		Pre escolar																				CANTIDADES	Fuente de Financiamiento	DISTRITO
										H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M				
1	0806016	5789	Escuela Básica Nº7174 SAN JORGE	OFICIAL	NO	SAN JORGE	RURAL			0	0	0	0	0	4	1	6	9	4	7	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	37		FONACIDE	Misiones
2	0806005	5778	Escuela Básica Nº 3668 EZEQUIEL GIMENEZ	OFICIAL	NO	SAN ANTONIO	RURAL			0	0	0	0	0	1	2	2	1	5	9	6															26		FONACIDE	Santa María
3	0806019	5795	Escuela Básica Nº 6014 AIME BONPLAD	OFICIAL	NO	SANTA MARIA	URBANA			0	0	4	13	4	9	10	10	30	38	41	34															193		FONACIDE	
Total																																				256			

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA
INTERVENCIÓN MUNICIPAL

HOSP S SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

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

4127

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

4. Requerimiento nutricional		
4.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	**Nivel Inicial**	**Edad escolar**
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal

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

6. Menú Cíclico

SEMANA 1					
Días de la semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Salsa de carne con arroz	Polenta con salsa de pollo	Caldo de poroto con fideo	Estofado de pollo con papa	Guiso de mandioca con carne
Porción para Nivel Inicial	70 gr salsa + 50 gr arroz	70 gr salsa + 170 gr polenta	240 gramos	200 gramos	170 gramos
Porción para Nivel EEB (1° y 2° ciclo)	100 gr salsa + 250 gr arroz	100 gr salsa + 250 gr polenta	350 gramos	300 gramos	250 gramos
Ensalada	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre	Crema	Ensalada de frutas	Fruta cítrica	Dulce de mamón/ calabaza	Banana

SEMANA 2					
Días de la semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Vori vori de pollo	Guiso de fideo con carne	Caldo de poroto con arroz	Picadito de carne con papa	Guiso de arroz con pollo
Porción para Nivel Inicial	240 gramos	200 gramos	240 gramos	200 gramos	200 gramos
Porción para Nivel EEB (1° y 2° ciclo)	350 gramos	300 gramos	350 gramos	300 gramos	300 gramos
Ensalada	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre	Banana	Ensalada de frutas	Fruta cítrica	Arroz con leche	Banana

Lic. Soledad Amino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2[illegible]

SEMANA 3					
Días de la semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Vori vori de carne	Picadito de pollo con puré de papas	Salsa de legumbres con arroz quesú	Tallarín con salsa de pollo	Guiso de arroz con carne
Porción para Nivel Inicial	240 gramos	70 gr picadito + 110 grpuré	70 gr Salsa + 100 gr Arroz	70 gr Salsa + 80 gr Fideo	200 gramos
Porción para Nivel EEB (1° y 2° ciclo)	350 gramos	100 gr picadito + 160 gr puré	100 gr Salsa + 130 gr Arroz	100 gr Salsa + 120 gr Fideo	300 gramos
Ensalada	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre	Crema	Dulce de mamón/ calabaza	Fruta cítrica	Banana	Ensalada de frutas

SEMANA 4					
Días de la semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Locro	Polenta con salsa de pollo	Guiso de arroz con poroto	Tallarín con salsa de carne	Picadito de pollo con papa
Porción para Nivel Inicial	240 gramos	70 gr salsa + 170 gr polenta	200 gramos	70 gr Salsa + 80 gr Fideo	200 gramos
Porción para Nivel EEB (1° y 2° ciclo)	350 gramos	100 gr salsa + 250 gr polenta	300 gramos	100 gr Salsa + 120 gr Fideo	300 gramos
Ensalada	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre	Ensalada de frutas	Banana	Fruta cítrica	Arroz con leche	Banana

OBSERVACION: El menú cíclico es la distribución normalizada de los menús para un periodo de tiempo de 20 días, con el objetivo de brindar variabilidad.
Cualquier modificación al menú cíclico, deberá contar con la autorización de la contratante con la Justificación del mismo; solicitando en un plazo de 24 horas antes vía nota.

7. Recetario del menú cíclico

Platos Principales				
Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Salsa de carne con arroz Rendimiento: 1 porción	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla	 70 g 60 g 20 g 15 g	 69 g 50 g 16 g 14 g	**Salsa de carne:** - Limpiar la carne, dejarla libre de ligamentos y cortarla en cubos. - Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.

Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

Energía: 304 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial 70 g salsa + 90 g arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g arroz	Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz** Arroz Aceite Sal yodada Agua potable	10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	- Sellar la carne en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. - Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate, zanahoria y laurel. - Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **Arroz** - Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. - Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
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	**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** - Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y cortar las verduras. - Sellar el pollo con ajo y aceite. - Una vez sellado agregar tomate y laurel, luego las demás verduras por último agregar 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. Sellar en aceite con sal yodada. - Agregar agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. - Por último, agregar queso Paraguay desmenuzado y mezclar bien. Retirar del fuego.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Caldo de poroto con fideo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 271 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial	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. - Luego agregar el fideo y cocinar por aproximadamente 8 minutos. - Retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada.

LIC. ANA SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2368

240 gramos Edad escolar 350 gramos				*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	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	134 g 52g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	- Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y cortar las verduras. - Sellar el pollo con el ajo, una vez sellado agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. - Agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas. Por último, agregar la cebollita de hoja picada y sal yodada.
Menú 5	**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	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, dejarla libre de ligamentos y cortarla en cubos. - Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. - Saltear la carne con 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.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vori vori de pollo **Rendimiento:** 1 porción	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate	80 g 60g 40g 25g	56g 32g 40g 24g	- Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

Energía: 351 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	- Sellar el pollo 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 y 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 de maíz (vori) al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de fideo con carne Rendimiento: 1 porción Energía: 316 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Tomate Carne vacuna magra Fideo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	70g 60g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	69g 50g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	- Limpiar la carne, dejarla libre de ligamentos y cortarla en cubos. - Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. - Saltear la carne con aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con sal yodada y laurel. - 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 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Caldo poroto con arroz Rendimiento: 1 porción Energía: 266 kcal Peso por porción: Nivel inicial:	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.S.F. SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

9/27

240 gramos Edad escolar 350 gramos				*Observación*: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura ambiente o una hora antes en agua caliente.
Menú 9	**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	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, dejarla libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y cortar las verduras. - Sellar la carne con ajo, una vez sellada agregar cebolla, locote, zanahoria y tomate. Agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. - Por último, agregar papa, arvejas y cebollita de hoja picada, cocinar hasta que estén blandas.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 348 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial 200 gramos Edad escolar 300 gramos	Tomate Pechuga de pollo Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	70g 60g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	69g 48g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	- Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. - Saltear el pollo con aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con sal yodada y laurel. 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)
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vori Vori de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 398 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Cebolla Locote	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g	- Limpiar la carne, dejarla 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

INES SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2969

Peso por porción: Nivel inicial 240 gramos Edad escolar 350 gramos	Queso Paraguay Aceite Crégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	hasta que estén blandos, luego agregar tomate. - Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente y 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 (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. - Agregar las bolitas de maíz (vori) al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Picadito de pollo con puré de papa **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 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 blandos. - Luego agregar tomate, sal yodada, laurel 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. - Por último, agregar el perejil picado. 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 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de legumbres con arroz quesu **Rendimiento:** 1 porción	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla Locote	 70 g 20 g 15 g 10 g	 69 g 20 g 14 g 8 g	**Salsa de legumbres:** - Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. - Saltear ajo y demás vegetales en aceite, y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.

Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

Energía: 304 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz quesu** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	- Incorporar poroto y laurel con el agua hervida. Y terminar la cocción. **Arroz quesu** - Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. - Por último, agregar queso Paraguay desmenuzado y mezclar muy bien. - 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**
Tallarín con salsa de pollo Rendimiento: 1 porción Energía: 292 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 80 g fideo Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de pollo** Pechuga de 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, zanahoria 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 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con carne Rendimiento: 1 porción Energía: 340 kcal Peso por porción:	Carne vacuna magra Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g	52g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g	- Limpiar la carne, dejarla libre de ligamentos y cortarla en cubos. - Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con sal yodada y laurel. Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el arroz, revolver un poco y luego agregar el agua y cocinar hasta que se

U.O.C. SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

12/27

Nivel inicial 200 gramos Edad escolar 300 gramos	Agua potable	c/n	c/n	ablande el arroz.(15 minutos aproximadamente)
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	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. - Limpiar la carne, dejarla libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones 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 aproximadamente. Por último, agregar cebollita de hoja y sal yodada.
Menú 17	**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	**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** - Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y cortar las verduras. - Sellar el pollo con ajo y aceite. - Una vez sellado agregar tomate y laurel, luego las demás verduras por último agregar 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. Sellar en aceite con sal yodada. - Agregar agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. - Por último, agregar queso paraguay desmenuzado y mezclar bien. Retirar del fuego.
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con poroto	Tomate Arroz	70g 40g	69g 40g	- Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.

LICEO SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 317 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial 200 gramos Edad escolar 300 gramos	Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	20g 15g 15g 10g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	20g 15g 14g 8g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	- Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. - Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos. - Por último, agregar la cebollita de hoja y el queso Paraguay desmenuzado. - *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**
Tallarín con salsa de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 337 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial 70g salsa + 80 g fideo Edad escolar 100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo tallarín Sal yodada Agua potable	70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	69 g 52 g 20 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Salsa de carne:** - Limpiar la carne, dejarla libre de ligamentos y grasa. - Cortar en porciones iguales. - Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. - Sellar la carne en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. - Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate, zanahoria 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 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Picadito de pollo con papa **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 311 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial 200 gramos	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada	200 g 60 g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g	134 g 52 g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g	- Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. - Lavar, pelar y cortar las verduras. - Sellar el pollo con ajo, una vez sellado agregar cebolla, locote, zanahoria y tomate, y agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes - Por último, agregar papa, arvejas y cebollita de hoja picada, cocinar hasta que estén blandas.

UNIDAD SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

Edad escolar 300 gramos	Agua potable	c/n	c/n	-

Ensaladas				
Ensalada 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 55 gramos	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 rallar la zanahoria - Lavar y picar 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 del mismo.
Ensalada 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 46 kcal **Peso por porción:** 50 gramos	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.
Ensalada 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 60 gramos	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y rallar la zanahoria. - Lavar y cortar los demás vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 55 gramos	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.

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

Ensalada 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 37 kcal Peso por porción: 50 gramos	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y rallar la zanahoria. - Lavar y cortar los demás vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 43 kcal Peso por porción: 55 gramos	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.
Ensalada 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 52 kcal Peso por porción: 55 gramos	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. - Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 60 gramos	Lechuga Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y cortar los vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción	Repollo Remolacha Zanahoria	30 g 30 g 10 g	24 g 20 g 8 g	- Lavar y rallar la remolacha y la zanahoria. - Lavar y picar el repollo.

LICEO SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

Energía: 44 kcal Peso por porción: 55 gramos	Aceite Sal yodada	3 ml 0,5 g	3 ml 0,5 g	- Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 46 kca Peso por porción: 50 gramos	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.
Ensalada 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 55 gramos	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 rallar la zanahoria - Lavar y picar 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 del mismo.
Ensalada 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 38 kcal Peso por porción: 55 gramos	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.
Ensalada 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 42 kcal Peso por	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 y aceite. - Servir. ***Observación***: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2988

porción: 60 gramos				durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 49 kcal **Peso por porción:** 50 gramos	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. - Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 37 kcal **Peso por porción:** 50 gramos	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y rallar la zanahoria. - Lavar y cortar los demás vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 44 kcal **Peso por porción:** 55 gramos	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y rallar la remolacha y la zanahoria. - Lavar y picar el repollo. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir. ***Observación***: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 gramos	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.

LIC. SOLEDAD SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

Ensalada 18	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 60 gramos	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 ml 0,5 g	- Lavar y rallar la zanahoria. - Lavar y cortar los demás vegetales. - Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. - Servir.

Ensalada 19	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 43 kcal Peso por porción: 55 gramos	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 15 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.

Ensalada 20	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 49 kcal Peso por porción: 50 gramos	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.

Postres				
Postre 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Crema Rendimiento: 1 porción Energía: 110 kcal Peso por porción: 60 gramos	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.

MUNICIPALIDAD DE SANTA ... INTENDENCIA MUNIC... MIES PARAGUAY

LABS SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2955

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

				- Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. - Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.
Postre 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 64 kcal Peso por porción: 100 gramos	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 una compotera o taza. - Servir.
Postre 3	**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
Postre 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de mamón/calabaza Rendimiento: 1 porción Energía: 99 kcal Peso por porción 50 gramos	Mamón/ calabaza 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 el mamón cortado, colocándolo en 1 litro de agua con bicarbonato de sodio y hervirlo por 5 minutos. Retirar del fuego y escurrir. - 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 30 minutos. - Luego retirar del fuego y esperar que se enfríe para servir en compotera o taza.
Postre 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.

Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar - Independencia Nacional N°874 c/ Humaitá. (6to. Piso Edif.Beckelman)
Correo: dpto.gpae@mec.gov.py

MUNICIPALIDAD DE SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

MUNICIPALIDAD DE SANTA ROSA DEL AGUARAY - INTENDENCIA MUNICIPAL - MISIONES PARAGUAY

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

Postre 6	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.

Postre 7	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal Peso por porción: 100 gramos	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 una compotera o taza. - Servir.

Postre 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

Postre 9	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Arroz con leche Rendimiento: 1 porción Energía: 115 kcal Peso por porción: 100 gramos	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, 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.

Postre 10	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía:	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2958

63 kcal				
Postre 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Crema Rendimiento: 1 porción Energía: 110 kcal Peso por porción: 60 gramos	Leche fluida Azúcar Fécula de maiz 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.
Postre 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de mamón/calabaza Rendimiento: 1 porción Energía: 99 kcal Peso por porción: 50 gramos	Mamón/ calabaza 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 el mamón cortado, colocándolo en 1 litro de agua con bicarbonato de sodio y hervirlo por 5 minutos. Retirar del fuego y escurrir. - 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 30 minutos. - Luego retirar del fuego y esperar que se enfríe para servir en compotera o taza.
Postre 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
Postre 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.

U.S.F. SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

Postre 15	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 64 kcal Peso por porción: 100 gramos	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 una compotera o taza. - Servir.

Postre 16	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 52 kcal Peso por porción: 100 gramos	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 una compotera o taza. - Servir.

Postre 17	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.

Postre 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

Postre 19	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Arroz con leche Rendimiento: 1 porción Energía:	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela	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, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido.

Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2958

115 kcal Peso por porción: 100 gramos	Piel de naranja o limón			- Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. - Espolvorear con canela y servir.
Postre 20	**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.

8. Cálculo de insumos para el almuerzo escolar

Año: 2024-2025
Institucion Educativa: 3
Nº de comensales: 256
N° de meses del proyecto: 18

		Semana 1 TOTAL l/ g	Semana 2 TOTAL l/ kg	Semana 3 TOTAL l/kg	Semana 4 TOTAL l/kg	TOTAL EN EL MES	TOTAL DEL PROYECTO
Insumo	Unidad de medida	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	10,24	10,24	10,24	10,24	40,96	737,28
Ajo	kg	0,64	0,64	0,768	0,64	2,688	48,384
Almidón de maíz	kg	1,28	0	1,28	0	2,56	46,08
Arroz	kg	11,52	17,92	21,76	12,8	64	1152
Arveja en granos	kg	1,28	1,28	0	1,28	3,84	69,12
Azúcar	kg	5,12	1,28	5,12	1,28	12,8	230,4
Banana	kg	40,96	69,12	40,96	69,12	220,16	3962,88
Bicarbonato de sodio	kg	0,0512	0	0,0512	0	0,1024	1,8432
Canela	kg	0	0,0512	0	0,0512	0,1024	1,8432
Carne vacuna magra *	kg	30,72	30,72	35,84	35,84	133,12	2396,16
Carne vacuna magra molida **	kg	0	0	0	0	0	0
Cebolla de cabeza	kg	25,88	23,04	23,04	29,44	102,4	1843,2
Cebollita de hoja	kg	1,28	1,28	0	3,84	6,4	115,2
Choclo	kg	0	2,56	0	2,56	5,12	92,16
Clavo de olor	kg	0,0512	0	0,0512	0	0,1024	1,8432
Fideo	kg	3,84	11,52	10,24	10,24	35,84	645,12
Galleta Molida	kg	0	0	0	0	0	0
Harina de maíz	kg	10,24	10,24	10,24	10,24	40,96	737,28
Laurel	kg	0,1536	0,2048	0,256	0,1536	0,768	13,824
Leche entera	l	30,72	25,6	43,52	25,6	125,44	2257,92

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

24/27

Lechuga	kg	7,68	15,36	7,68	7,68	38,4	691,2
Lentejas	kg	0	0	0	0	0	0
Locote	kg	12,8	12,8	12,8	12,8	51,2	921,6
Locro	kg	0	0	0	10,24	10,24	184,32
Mamón	kg	66,56	0	66,56	0	133,12	2396,16
Mandarina	kg	0	40,96	0	40,96	81,92	1474,56
Mandioca	kg	51,2	0	0	0	51,2	921,6
Margarina	kg	0	0	1,28	0	1,28	23,04
Melón	kg	0	0	0	0	0	0
Miel de abeja	l	0	0	0,128	0	0,128	2,304
Miel de caña o negra	l	0	0	0	0	0	0
Naranja	kg	58,88	12,8	58,88	12,8	143,36	2580,48
Orégano	kg	0	0	0	0	0	0
Papa	kg	51,2	51,2	51,2	51,2	204,8	3686,4
Pechuga de pollo	kg	30,72	35,84	30,72	30,72	128	2304
Pera	kg	0	0	0	0	0	0
Perejil	kg	0	0	1,28	0	1,28	23,04
Pepino	kg	15,36	5,12	10,24	5,12	35,84	645,12
Pescado sin hueso ni piel	kg	0	0	0	0	0	0
Piña	kg	0	15,36	0	15,36	30,72	552,96
Pomelo	kg	0	0	0	0	0	0
Poroto	kg	7,68	7,68	5,12	5,12	25,6	460,8
Queso	kg	6,4	6,96	5,12	6,4	26,88	483,84
Repollo	kg	15,36	7,68	15,36	7,68	46,08	829,44
Remolacha	kg	10,24	58,4	10,24	28,16	87,04	1566,72
Sal yodada	kg	1,536	1,28	1,536	1,408	5,76	103,68
Tomate	kg	96	81,92	85,76	96	359,68	6474,24
Zanahoria	kg	35,84	48,64	38,4	56,32	179,2	3225,6
Zapallo/calabaza	kg	15,36	30,72	15,36	15,36	76,8	1382,4

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. Nº 2968

9. Control de calidad y participación social

	Descripción
9.1. Plan de Monitoreo	Monitoreo y control de calidad: para el correcto control son designados profesionales competentes del área tanto como nutricionistas, personal de apoyo distrital, director del programa. Mediante las visitas semanales a las instituciones educativas se realiza el relevamiento de datos específicos de los establecimientos destinados para el almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos. Se entregan informes mensuales de la situación
9.2. Plan de capacitaciones	Capacitación: es realizado un mes antes de la ejecución del proyecto, a través de charlas y capacitación personalizada a cada cocinera y auxiliar de cocina. La capacitación consiste en entrenar al personal en cuanto a la higiene, manipulación y elaboración correcta de los menús establecidos, para dicha capacitación se solicita a personales capacitados y aprobados por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN).
9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	El Proyecto de Alimentación Escolar es promocionado y difundido por medios de comunicación local y Departamental brindando a la ciudadanía información acerca del menú anual, de la empresa ganadora de la licitación y proveedora del Almuerzo en el periodo 2024-2025

10. Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

"Alimentos preparados en las escuelas" (cocinando en las escuelas):

1. RECEPCION.

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

2. ALMACENAMIENTO.

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

3. HIGIENE.

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

4. PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN.

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

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

Los alimentos deberán ser elaborados en las instituciones Educativas de acuerdo a la cantidad de alumnos, no se aceptaran alimentos pre elaborados y refrigerados.

S SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

5. DISTRIBUCIÓN.

Se realizará en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11.00hs a 12.00hs y turno tarde 12.00hs a 13.00hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento.

Se utilizarán utensilios no tóxicos (platos, cucharas, potes para postres). Se cumplirán todas las normas de higiene y manipu ación de los alimentos desde el momento de la higiene del lugar, pre elaboración, cistribución y posterior limpieza del área utilizada. Así cumpliendo estrictamente con las exigencias y criterios del Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP Y BS).

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.

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

SAN IGNACIO
Lic. Soledad Aquino
Nutricionista
Especialista en Nutrición Clínica
Reg. N° 2968

Firma del Gobernador o Intendente
Aclaración
Sello de la institución

Firma del/la Nutricionista
Aclaración