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

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	Ver ítem 4		
3.6 Completar el recetario del menú	Ver ítem 5		
3.7 Modalidad del servicio del almuerzo escolar (especificar la modalidad seleccionada).	Alimentos preparados en las escuelas		

4. 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 en gramos	Nivel Inicial	240 gramos	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	240 gramos	200 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	350 gramos	100 gramos salsa + 250gramos polenta	350 gramos	300 gramos	300 gramos
	Adolescentes	-	-	-	-	-
Ensalada		Repollo, pepino y zanahoria	Remolacha, tomate y cebolla	Remolacha, zanahoria y choclo	Tomate, pepino y zanahoria	Repollo, tomate y zanahoria
Postre		Crema	Fruta de estación (mamón)	Ensalada de fruta 1	Alimento a base de maní (Barra de maní)	Fruta de estación (banana)

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.

Lic. Ruth Noemi Martinez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

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 en gramos	Nivel Inicial	70 gramos salsa + 110 gramos puré	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	240 gramos	70 gramos + 80 gramos de fideo	170 gramos
	Edad Escolar	100 gramos salsa + 160 gramos puré	100 gramos salsa + 250gramos polenta	350 gramos	100 gramos salsa + 120 gramos fideo	250 gramos
	Adolescentes	-	-	-	-	-
Ensalada		Tomate, pepino y zanahoria	Remolacha, zanahoria y cebolla	Lechuga, pepino y zanahoria	Repollo, remolacha y zanahoria	Tomate, zanahoria y cebolla
Postre		Dulce de mamón / calabaza	Fruta de estación (piña)	Fruta cítrica (mandarina)	Dulce de batata	Fruta de estación (melón)

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 en gramos	Nivel Inicial	200 gramos	200 gramos	70 gramos salsa + 100 gramos arroz	240 gramos	70 gramos salsa (3 bolitas) + 90 gramos de fideo
	Edad Escolar	300 gramos	300 gramos	100 gramos salsa + 130 gramos arroz	350 gramos	100 gramos salsa (4 bolitas) + 130 g de fideo
	Adolescentes	-	-	-	-	-

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE PARAGUARI
INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCION DE ALIMENTACION ESCOLAR
Dpto. de Gestión de PAE

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

Ensalada	Remolacha, zanahoria y choclo	Berro, tomate y zanahoria	Lechuga, zanahoria y cebolla	Repollo, pepino y zanahoria	Remolacha, zanahoria y cebolla
Postre	Crema	Fruta de estación (mamón)	Fruta cítrica (naranja)	Fruta de estación (banana)	Dulce de mamón / calabaza

SEMANA 4					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Locro	Salsa de pollo con fideo	Guiso de arroz con poroto	Vori vori de pollo	Guiso de mandioca con carne
Cantidad por ración en gramos: Nivel Inicial	240 gramos	70 gramos salsa + 80 gramos de fideo	200 gramos	240 gramos	170 gramos
Edad Escolar	350 gramos	100 gramos salsa + 120 gramos fideo	300 gramos	350 gramos	250 gramos
Adolescentes	-	-	-	-	-
Ensalada	Lechuga, tomate y zanahoria	Tomate, zanahoria y cebolla	Lechuga, tomate y zanahoria	Tomate, zanahoria y cebolla	Lechuga, zanahoria y cebolla
Postre	Ensalada de frutas 2	Dulce de batata	Fruta cítrica (mandarina)	Fruta de estación (piña)	Fruta de estación (melón)

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.

5. RECETARIO DEL MENÚ

Platos Principales

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Soyo	Carne vacuna magra	60 g	52 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar.
Rendimiento: 1 porción	Zapallo	60 g	32 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Tomate	30 g	29 g	
	Arroz	20 g	20 g	Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos.
	Zanahoria	20 g	16 g	
Energía	Queso	15 g	15 g	Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Verdalgo
Encargado de la Unidad Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martinez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

MUNICIPALIDAD DE ITAUGUA INTENDENCIA

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

197 kcal Peso por porcion: Nivel inicial 240 gramos Edad escolar 350 gramos	Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	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: 207 kcal Peso por porción: Nivel inicial 70g salsa + 170g polenta; Edad escolar 100g salsa + 250g polenta	**Salsa de pollo** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	**Salsa de pollo** Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras. Sellar el pollo con el ajo y aceite. Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por ultimo agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén listas y agregar la sal. **Polenta** Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche y retira del fuego.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Caldo de poroto con fideo Rendimiento: 1 porción Energía: 271 kcal Peso por porción: Nivel inicial 240 gramos Edad escolar 350 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.

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Ruth Noemi Martinez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

Menú 4	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Estofado de pollo con papa Rendimiento: 1 porción Energía: 437 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Papa	200g	134 g	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.
	Pechuga de pollo	60g	42g	
	Tomate	60 g	59 g	
	Zanahoria	20 g	16 g	
	Cebolla	20 g	18 g	
	Locote	10 g	8 g	
	Arveja	5 g	5 g	
	Aceite	5 ml	5 ml	
	Cebollita de hoja	5 g	5 g	
		0,5g	0,5g	
	Ajo	0,5g	0,5g	
	Sal yodada	c/n	c/n	
	Agua potable			

Menú 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Guiso de arroz con carne Rendimiento: 1 porción Energía: 340 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 280 gramos Edad escolar: 300 gramos	Carne magra	60g	52g	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)
	Tomate	70g	69g	
	Arroz	45g	45g	
	Cebolla	15g	14g	
	Locote	10g	8g	
	Aceite	5ml	5ml	
	Ajo	0,5g	0,5g	
	Sal yodada	0,5g	0,5g	
	Laurel	0,2g	0,2g	
	Agua potable	c/n	c/n	

Menú 6	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Picadito de pollo con puré de papas Rendimiento: 1 porción Energía: 285 kcal Peso por porción:	**Picadito de pollo**			**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
	Pechuga de pollo	60 g	42 g	
	Tomate	60 g	59 g	
	Zanahoria	20 g	16 g	
	Cebolla	15 g	14 g	
	Locote	10 g	8 g	
	Perejil o cilantro	5g	5g	
	Aceite	3 ml	3 ml	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	

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.

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

Nivel inicial: 70 g picadito + 110 g puré Edad escolar: 100 g picadito + 150 g puré	Sal yodada Laurel Agua potable **Puré de papas** Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	0,5 g 0,2 g c/n 134 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	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: 365 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 170g polenta Edad escolar: 100g salsa + 250g polenta	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de 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. Sellar 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: 265 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramo Edad escolar:	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 este cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

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 + 140 g fideo	**Salsa de carne**			**Salsa de carne:**
	Tomate	70 g	69 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.
	Carne vacuna magra	60 g	52 g	Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.
	Zanahoria	20 g	20 g	Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar
	Cebolla	15 g	14 g	cebolla, locote y sal yodada.
	Locote	10 g	8 g	Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar
	Aceite	5 ml	5 ml	tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua
	Ajo	0,5 g	0,5 g	caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	unos minutos hasta que quede la salsa roja.
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	**Fideo**
	Fideo			Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar
	Fideo tallarín	40 g	40 g	por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa.
	Agua potable	c/n	c/n	Servir.

Menú 10	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Revuelto de mandioca Rendimiento: 1 porción Energía: 339 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 100 gramos Escolar: 150 gramos	Mandioca	200 g	116 g	**Mandioca:**
	Huevo*	50 g	50 g	Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en
	Queso Paraguay	20 g	20 g	trozos similares y cocinar hasta que esté blando.
	Cebolla	20 g	18 g	
	Locote	10 g	8 g	**Revuelto:**
	Cebollita de hoja	5 g	5 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Aceite	3 ml	3 ml	Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar
	Ajo	0,5 g	0,5 g	hasta que estén tiernos.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Incorporar la mandioca previamente hervida y
	Agua potable	c/n	c/n	cortada en trozos pequeños.
				Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule).
				*50 g de huevo corresponde a 1 unidad

Menú 11	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Guiso de fideo con pollo Rendimiento: 1 porción Energía:	Pechuga de pollo	60g	42g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas.
	Tomate	70g	69g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
	Fideo	45g	45g	
	Cebolla	15g	14g	Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar
	Locote	10g	8g	cebolla, tomate, locote con la sal yodada.
	Aceite	5ml	5ml	Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Coordinación de Concesión

Lic. Ruth Noemi Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE ITAUGUA
INTENDENCIA

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

308 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	0,5g 0,5g 0,2g c/n	0,5g 0,5g 0,2g c/n	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	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 paraguayo Rendimiento: 1 porción Energía: 304 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70 g salsa + 100 g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel Agua potable **Arroz blanco** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	**Salsa de legumbres:** Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción. **Arroz blanco** 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.

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.

Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Gestión de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martinez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

Menú 14	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Vori vori de carne Rendimiento: 1 porción Energía: 396 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra	80 g	70 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.
	Zapallo	60 g	32 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
	Harina de maíz	40 g	40 g	
	Tomate	25 g	24 g	Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agragar tomate.
	Zanahoria	20 g	16 g	
	Cebolla	10 g	9 g	Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aprox.
	Locote	10 g	8 g	
	Queso Paraguay	10 g	10 g	Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande.
	Aceite	5 ml	5 ml	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.
	Orégano	0,5 g	0,5 g	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	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 (3 bolitas) + 90 g de arroz Edad escolar: 100 g (4 bolitas) + 120 g de arroz	**Albóndigas de pollo:**			**Albóndigas**
	Tomate	70 g	69 g	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Procesarlo.
	Pechuga de pollo	60 g	42 g	Mezclar el pollo con galleta molida y el diente de ajo. Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas de tamaño uniforme. Reservar.
	Cebolla	15 g	14 g	
	Galleta molida	10 g	10 g	
	Locote	10 g	8 g	**Salsa**
	Aceite	3ml	3ml	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.
	Ajo	0,5 g	0,5 g	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Arroz			
	Arroz	45 g	45 g	
	Aceite	2 ml	2 ml	**Arroz**
	Ajo	0,5 g	0,5 g	Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
	Sal yodada	0,5 g	0, 5g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Locro	Carne vacuna magra	80 g	70 g	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura ambiente la noche anterior o dejar en remojo en

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 454 220 int. 18
Telef.: (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Ventalgo
Encargado de la Unidad
Gestiones de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2757

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

MUNICIPALIDAD DE VAIVAI
INTENDENCIA

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

Rendimiento: 1 porción Energía: 243 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos - Edad escolar: 350 gramos	Zapallo	60 g	32 g	agua caliente una hora antes de empezar la preparación. Desechar el agua de remojo.
	Locro	40 g	40 g	
	Tomate	25 g	24 g	Pelar, lavar y picar todos los vegetales. Reservar.
	Zanahoria	20 g	16 g	Cortar la carne en trozos iguales. Reservar.
	Cebolla	10 g	9 g	Saltear cebolla, tomate, locote, laurel, ajo.
	Locote	10 g	8 g	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.
	Aceite	5 ml	5 ml	
	Cebollita de hoja	5 g	5 g	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	Por último, agregar cebollita de hoja, cilantro y sal yodada.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	

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 + 30 g fideo - Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de pollo**			**Salsa de pollo:**
	Pollo	60 g	42 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.
	Tomate	60 g	59 g	
	Zanahoria	20 g	16 g	Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.
	Cebolla	15 g	14 g	Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel.
	Locote	10 g	8 g	
	Aceite	5 ml	5 ml	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Fideo			**Fideo:**
	Fideo	40 g	40 g	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.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Agua potable	c/n	c/n	

Menú 18	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Guiso de arroz con poroto Rendimiento: 1 porción Energía: 317 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos - Edad escolar: 300 gramos	Tomate	70g	69g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Arroz	40g	40g	
	Poroto	20g	20g	Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.
	Queso Paraguay	15g	15g	
	Cebolla	15g	14g	Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos.
	Locote	10g	8g	Por último, agregar la cebollita de hoja.
	Aceite	5ml	5ml	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.
	Cebollita de hoja	5g	5g	
	Sal yodada	0,5g	0,5g	
	Ajo	0,5g	0,5g	
	Agua potable	c/n	c/n	

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Verdelgo
Encargado de la Unidad
Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE ITAUGUA
INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Depto. de Gestión de Proc.

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

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	Pechuga de pollo	80g	56g	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.
	Zapallo	60g	32g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
	Harina de maíz	40g	40g	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.
	Tomate	25g	24g	Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos.
	Zanahoria	20g	16g	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.
	Queso Paraguay	10g	10g	Agregar las bolitas del vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
	Cebolla	10g	9g	
	Locote	10g	8g	
	Aceite	5ml	5ml	
	Orégano	0,5g	0,5g	
	Ajo	0,5g	0,5g	
	Sal yodada	0,5g	0,5g	
	Laurel	0,2g	0,2g	
	Agua potable	c/n	c/n	

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	Mandioca	200 g	116 g	**Mandioca:**
	Carne vacuna magra	60 g	52 g	Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando.
	Tomate	60 g	59 g	
	Cebolla	15 g	14 g	**Guiso de mandioca:**
	Locote	10 g	8 g	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos.
	Aceite	5 ml	5 ml	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
	Ajo	0,5 g	0,5 g	Saltear la carne en el aceite y ajo.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	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.
	Laurel	0,2 g	0,2 g	Agregar agua si es necesario.
	Agua potable	c/n	c/n	

Ensaladas

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Verdalgo
Encargado de la Unidad
Dirección de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY
INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
REPÚBLICA DEL PARAGUAY
Dpto. de Gestión de Pago

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

Rendimiento: 1 porción Energía: 27 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: 52 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.
Menú 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 41 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.

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.

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Departamento de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Depto. de Gestión de Menú

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

Menú 6	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 38 kcal Peso por porción: 59 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: 56 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: xxkcal 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: 43 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 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 43 kcal	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite	30 g 20 g 10 g 3 ml	29 g 16 g 9 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.

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.

Dr. Alexander Ledezma Verdalgo
Encargado de la Unidad
Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de Proyectos

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

Peso por porción: 55 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	**Observación:** La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
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: 56 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.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 37 kcal Peso por porción: 50 g	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	Remolacha Zanahoria Cebolla	40 g 20 g 10 g	27 g 16 g 9 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás

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.

Lic. Alexandra Ledezma Verlangieri
Encargada de la Unidad Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY
INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCION DE ALIMENTACION ESCOLAR
Dpto. de Central

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

Energía: 49 kcal Peso por porción: 60 g	Aceite Sal yodada	3 ml 0,5 g	3 ml 0,5 g	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 Energía: 39 kcal Peso por porción: 50 g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
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.

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Verlasgc.
Encargado de la Unidad Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemi Martinez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

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 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 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas 1 Rendimiento: 1 porción Energía: 64 kcal Peso por porción: 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Gestión de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
REPÚBLICA DEL PARAGUAY
Dpto. de Gestión de M.

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY
INTENDENCIA

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

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: 99 kcal Peso por porción: 50 gr	**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 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

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Dirección de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

MUNICIPALIDAD DE VATYTAY
INTENDENCIA

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

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.
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	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir

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
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

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

MUNICIPALIDAD DE VATYTAY
INTENDENCIA

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

porción Energía: 52 kcal				
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
Dulce de mamón/ calabaza Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal Peso por porción: 50 gr	**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 2 Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal Peso por porción: 110 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: 70 kcal	**Dulce de membrillo/ batata**	30 g	30 g	Servir el dulce.

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.

Lic. Alexandra Valdezma Venialgo
Encargada de la Unidad
Dpto. de Contratación

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY
D.D.E. - ITAPUA

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

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY
INTENDENCIA

Lic. Ruth Noemi Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. N° 2787

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

Menú 18	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porcion Energía: 51 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación Rendimiento: 1 porcion 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 porcion Energía: 58 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

6. CALCULO DE INSUMOS PARA EL ALMUERZO ESCOLAR

(se completa este ítem solo si la modalidad utilizada es alimento preparado en la escuela)

		Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	TOTAL EN EL MES	TOTAL DEL PROYECTO
		TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg		
Insumo	Unidad de medida	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	40,72	40,72	40,72	40,72	162,88	358,336
Ajo	kg	2,545	2,545	2,545	2,545	10,18	22,396
Fecula de maiz	kg	5,09	0	5,09	0	10,18	22,396
Arroz	kg	66,17	15,27	86,53	40,72	208,69	459,118
Arveja en granos	kg	17,5096	0	5,09	0	22,5996	49,71912
Azúcar	kg	10,18	10,18	20,36	0	40,72	89,584
Banana	kg	162,88	0	111,98	50,9	325,76	716,672
Batata	kg	0	0	0	0	0	0
Berro	kg	0	0	30,54	0	30,54	67,188
Carne vacuna magra *	kg	122,16	122,16	142,52	142,52	529,36	1164,592

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.

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad
Gestión de Contratación

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY U.O.C. - FIAPOA

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787

MUNICIPALIDAD DE YATYTAY INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS DIRECCION DE ALIMENTACION ESCOLAR Dpto. de Caaguazú

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

Carne vacuna magra molida **	kg	0	0	0	0	0	0
Cebolla de cabeza	kg	91,62	101,8	101,8	86,53	381,75	839,85
Cebollita de hoja	kg	5,09	5,09	5,09	10,18	25,45	55,99
Margarina	kg	0	0,509	0	0	0,509	1,1198
Dulce de batata	kg	0	30,54	0	0	30,54	67,188
Dulce de mamón	kg	0	0	0	0	0	0
Fideo	kg	15,27	40,72	45,81	40,72	142,52	313,544
Harina de maíz	kg	40,72	40,72	40,72	40,72	162,88	358,336
Galleta molida	kg	0	0	10,18	0	10,18	22,396
Laurel	kg	0,2036	0,2036	0,4072	0,6108	1,4252	3,13544
Leche entera	l	122,16	50,9	122,16	0	295,22	649,484
Lechuga	kg	0	30,54	30,54	61,08	122,16	268,752
Lentejas	kg	0	0	0	0	0	0
Locote	kg	50,9	50,9	50,9	50,9	203,6	447,92
Locro	kg	0	0	0	40,72	40,72	89,584
Mandarina	kg	0	162,88	0	30,54	193,42	425,524
Mandioca	kg	0	203,6	0	203,6	407,2	895,84
Maní	kg	30,54	0	0	0	30,54	67,188
Mamon	kg	264,68	203,6	407,2	0	875,48	1926,056
Melón	kg	0	0	0	305,4	305,4	671,88
Miel de abeja	l	0	0	0	0	0	0
Miel de caña o negra	l	0	0	0	0	0	0
Naranja	kg	50,9	0	183,24	50,9	285,04	627,088
Orégano	kg	0,509	0	0,509	0,509	1,527	3,3594
Papa	kg	203,6	203,6	203,6	0	610,8	1343,76
Pechuga de pollo	kg	122,16	61,08	61,08	142,52	386,84	851,048
Huevo	kg	0	50,9	0	0	50,9	111,98
Perejil	kg	0	0,509	0	0	0,509	1,1198
Pepino	kg	20,36	40,72	20,36	0	81,44	179,168
Choclo	kg	10,18	0	10,18	10,18	30,54	67,188
Piña	kg	0	203,6	0	264,68	468,28	1030,216
Pomelo	kg	0	0	0	0	0	0
Poroto	kg	30,54	30,54	20,36	20,36	101,8	223,96
Queso	kg	40,72	45,81	20,36	25,45	132,34	291,148
Repollo	kg	61,08	30,54	0	30,54	122,16	268,752
Remolacha	kg	81,44	71,26	111,98	71,26	335,94	739,068
Sal yodada	kg	5,09	6,108	5,599	5,09	21,887	48,1514
Tomate	kg	330,85	290,13	320,67	295,22	1236,87	2721,114
Zanahoria	kg	111,98	142,52	122,16	142,52	519,18	1142,196
Zapallo/calabaza	kg	122,16	61,08	73,4996	134,5796	391,319	860,90224

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.

Lic. Alexander Ledezma Venialgo
Encargado de la Unidad Operativa de Contratación

Lic. Ruth Noemí Martínez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2787