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

Nota DGBE N°:67 **/2019**

Asunción, 19 de febrero de 2019

Señor
CRISTOBAL ALFREDO STETE GHIRINGHELLI, Intendente
Municipalidad de Pilar

El Ministerio de Educación y Ciencias, con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Pilar en fecha 18 de febrero del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N°424160; en la cual solicita la autorización al Proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar que será proveído a los estudiantes por la Municipalidad de Pilar.

Al respecto, la Dirección General de Bienestar Estudiantil remite el análisis técnico del proyecto para el servicio de almuerzo escolar; autorizado por la Dirección de Alimentación Escolar, en vista que reúne los requisitos exigidos en las normativas legales vigentes. Se adjunta los documentos que forman parte del expediente foliados del 1(uno) al 20 (veinte).

Se resume en el siguiente cuadro los datos del proyecto autorizado:

Datos del proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar autorizado. Año 2019-2020					
Cantidad de instituciones educativas	Cantidad de estudiantes	Tiempo de Provisión del servicio			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días (especificar)	
1	247	2019	183	Lunes a Viernes	Alimentos preparados en la escuela
		2020	183		

El MEC no se hace responsable sobre la ejecución fuera del proyecto autorizado, además de no poseer injerencia en cuestiones relativas al precio referencial, la fuente de financiamiento, los procesos de contratación ni la modalidad de servicio seleccionado por la contratante, contratante y los datos omitidos en el Formulario N° 1, el cual es exclusiva responsabilidad de la Municipalidad de Pilar; circunscribiéndose al análisis de las especificaciones técnicas de carácter nutricional, a garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los estudiantes a ser beneficiados y a lo establecido en las normativas legales vigentes. Se remitirá al órgano de control correspondiente en caso de detectar variaciones en el cumplimiento del mismo.

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.

La presente autorización tiene una vigencia de 1 (un) mes a partir de la fecha de emisión, a fin de realizar los procedimientos administrativos correspondientes.

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

Cassandra Becker, Nutricionista
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

Claudia Benítez, Nutricionista
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

Liz Samudio, Jefa
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

Killy Moleda Gamarra, Directora General
Dirección General de Bienestar Estudiantil

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.

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY – PAEP

Formulario N° 01: PROYECTO DEL SERVICIO DE ALMUERZO ESCOLAR

1. IDENTIFICACION DE LA GOBERNACION O MUNICIPIO

Departamento/Distrito*: ÑEEMBUCÚ/PILAR

Dirección del local de la Municipalidad de Pilar*: Avda Mcal Francisco Solano López y Alberdi Tel*: (0786) 232218.-

Nombre del Gobernador/ Intendente*: CRISTÓBAL ALFREDO STETE GHIRINGHELLI.-

Tel*: (0786) 231130 Celular*:0975) 619499

Correo electrónico*: uocmunipilar@gmail.com

Responsable de la alimentación escolar*: *: CRISTÓBAL ALFREDO STETE GHIRINGHELLI.-

Tel*: 0786- 231130 Celular*:0975- 619499

Correo electrónico*:orlandojavierbenitez@gmail.com

Responsable nutricionista*: Lic. REGINA RAQUEL MATILDE ECHEVERRÍA.-
Nº de Registro Profesional*: Nº 33.-

Tel*: 0985- 716 141 Celular*: 0975- 122678.-

Correo electrónico*: regi1chili@gmail.com

Cantidad de instituciones seleccionadas*: 1 (uno)

Cantidad de beneficiados*: 247(DOS CIENTOS CUARENTA Y SIETE) alumnos

Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días)*: 2019 (183) días – 2020 (183) días.

Fecha estimada de inicio de la provisión*: mes de febrero(2019)

Fecha estimada de finalización de la provisión*: mes de noviembre(2020)

Presupuesto estimado para el servicio*: Año: 2019 - 587.613.000 (Quinientos ochenta y siete mil seiscientos trece mil guaraníes).
Año: 2020- 587.613.000 (Quinientos ochenta y siete mil seiscientos trece mil guaraníes).
Precio referencial por plato*: 13.000 (trece mil guaraníes).

% de la agricultura familiar a implementar*: 10% (diez por ciento).

MUNICIPALIDAD DE PILAR

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

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

Lic.

Folio 1

2. IDENTIFICACIÓN DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS SELECCIONADAS

Orden	Código de establecimiento escolar (**)	Código de Institución (**)	Nombre de la Institución/Centro (**)	Localidad o Barrio	Beneficiarios														Fuente de Financiación
					E.I(Pre jardín - Jardín - preescolar)		E.E.B. 1º y 2º Ciclo		E.E.B. 3º Ciclo		Educación Media				Educación Inclusiva		Educación Permanente		
											Bach. Científico		Bach. Técnico-Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
1	1201106	13622	Esc. Bas.Nº 7241	BºJuan Pablo II	33	24	105	85	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	848-30-003
3																			
6																			
				Sub total	33	24	105	85											
				Total general	57		190												

Lic. Raquel Echeverri
Administradora
Reg. 4731

MUNICIPALIDAD DE PILAR

Folio 8

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	NO APLICA
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 Constitucion del menú (completar con los componentes del menú)	Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales		
3.5 Completar el menú ciclico, ítem 4	Ver ítem 4		
3.6 Completar el recetario del menú, ítem 5	Ver ítem 5		
3.7 Modalidad del servicio del almuerzo escolar (especificar la modalidad seleccionada).	Alimentos preparados en las escuelas		

4. MENÚ CICLICO

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

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

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

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 33

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

MUNICIPALIDAD DE PILAR
INTENDENCIA

Folio 3

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

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

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

Lic. Raquel Echeverría
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

5. RECETARIO DEL MENÚ

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

Plato Principal

Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 1	Carne vacuna magra	80 g	70 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.
Vorivori de carne	Zapallo	60 g	32 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
	Harina de maíz	40 g	40 g	
Rendimiento: 1 porción	Tomate	25 g	24 g	Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate.
	Zanahoria	20 g	16 g	
	Cebolla	10 g	9 g	
Energía: 398 kcal	Locote	10 g	8 g	Cocinar hasta que el tomate forme una salsa, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción
	Queso Paraguay	10 g	10 g	

Foto 4

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

Lic. Raquel Echeverría V
Nutricionista
Reg. Pro. Nº 33

FOLIO 5

Menú 5 Picadito de pollo con puré de papas Rendimiento:1 porción Energía: 285 kcal Peso por porción: Nivel inicial:70 g picadito + 110 g puré Edad escolar:100 g picadito + 160 g puré	Picadito de pollo Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locoto Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Puré de papas Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	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 liquido. 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.

Ensaladas

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

Lic. Raque Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

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

Folio 6

Ensalada 5 Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 50g	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. 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

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

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 7

SEMANA 2

Plato Principal

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 6 Locro Rendimiento:1 porción Energía : 343KCAL. Peso por porción: Nivel Inicial: 240g Edad Escolar: 350g	Carne vacuna magra Ajo Zapallo Locro Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita en hoja Sal yodada Laurel Agua potable	80g 0,5g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 5ml 5g 0,5g 0,2g c/n	70g 0,5g 32g 40g 24g 16g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2 c/n	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura 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 cortar todos los vegetales. Reservar. Cortar la carne en trozos iguales. Reservar. Saltear la cebolla, locote, tomate, laurel y ajo. Agregar el locro y agua caliente, dejar hervir hasta que este blando, luego agregar la carne, el zapallo y la zanahoria, dejar hervir por 15 minutos más. Por ultimo agregar la cebollita de hoja y la sal.
Menú 7 Salsa de pollo con arroz Rendimiento: 1 porción Energía: 296 kcal Peso por porción: Nivel inicial:70 g salsa + 90 g arroz Edad escolar:100 g salsa + 130 g arroz	Salsa de pollo Tomate Pollo Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Arroz Arroz Aceite Sal yodada Agua potable	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	 69 g 42 g 16 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	Salsa de pollo: Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
Menú 8 Polenta con salsa de carne Rendimiento: 1 porción Energía: 356 kcal Peso por porción: Nivel inicial:70g salsa + 170g polenta Edad escolar:100g salsa + 250g polenta	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Polenta Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	 70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	 69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	Salsa de carne Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar la carne en el aceite con el ajo y sal yodada, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandos, por ultimo agregar tomate, posteriormente agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. Polenta. Pelar, lavar y picar la cebolla, en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierva incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche.

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Foto 8

Menú 9 Guiso de fideo con pollo Rendimiento: 1 porción Energía: 308 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Pechuga de pollo Tomate Fideo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0.5g 0.5g 0,2g c/n	42g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0.5g 0,2g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el fideo, revolver un poco y luego agregar el agua. Cocinar hasta que se ablande el fideo (10 a 15 minutos aproximadamente)
Menú 10 Salsa de legumbres con arroz quesú Rendimiento: 1 porción Energía: 304 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	Salsa de legumbres Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel Agua potable Arroz quesú Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Salsa de legumbres: Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción. Arroz quesú Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego. Observación: Si la legumbre utilizada es seca debera 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.

Ensaladas

Ensalada 6 Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 60 g	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 ml 0.5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 7 Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 55 g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 8 Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 50g	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Lic. Raquel Echeverría V
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 9

Ensalada 9 Rendimiento: 1 porción Energía: 49 kcal Peso por porción: 50 g	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observacion: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 10 Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 60 g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

Postres

Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Banana con miel Rendimiento: 1 porción Energía: 97 kcal Peso por porción: 82 g	Banana Miel	110 12 ml	70 g 12 ml	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con miel. Servir.
Ensalada de frutas 2 Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal Peso por porción: 100 g	Piña Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Maní con miel Rendimiento: 1porción Energía: 160kcal Peso por porción: 35g	Maní tostado sin sal Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 10

SEMANA 3

Plato Principal

Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 11 Picadito de carne con Puré de papas Rendimiento:1 porción Energia : 276KCAL. Peso por porción: Nivel Inicial: 70g picadito + 110g puré Edad Escolar: 100g picadito + 160g pure	Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote perejil Aceite Ajo Sal yodada Agua potable PURE DE PAPAS Papa Leche lluida Margarina Sal yodada	60g 60g 20g 15g 10g 5g 5ml 0,5g 0,5g c/n 200g 50ml 5g 0,5g	50g 59g 16g 18g 8g 5g 5ml 0,5g 0,5g c/n 134g 50ml 5g 0,5g	Picadito de carne: Limpiar la carne, cortada libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne en el aceite con el ajo, una vez sellado, agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada. Cocinar hasta esten blandas. Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por aproximadamente 20-30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin liquido. Agregar agua si es necesario. PURE DE PAPAS: Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas en un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de coccion y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal, y mezclar uniformemente.

Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 12 Vorivori de pollo Rendimiento:1 porcion Energía : 351 KCAL. Peso por porción: Nivel Inicial: 200g Edad Escolar: 300g Adolescente	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maiz Tomate Zanahoria QuesoParaguay CebollaLocote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales Sellar el pollo en aceite agregar cebolla, locote ajo, zanahoria, sal yodad y cocinar hasta que esten blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la coccion por 10 minutos aporx. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol, la harina de maiz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar el caldo de la coccion y amasar para formar las bolitas. se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de maiz al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el oregano.

Menú 13 Jopará Rendimiento: 1 porción Energía: 264 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Tomate Locro Queso Paraguay Poroto Cebolla Locote Aceite Salyodada Ajo Perejil Agua potable	60 g 40 g 30 g 20 g 15 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	32 g 39 g 30 g 20 g 15 g 14 g 8 g 5 ml 0.5 g 0,5 g 5 g c/n	Pelar, lavar y picar todos los vegetales en cubos pequenos. En una olla saltear con aceite, cebolla, locote, tomate y ajo, con sal yodada hasta que estén blandos. Agregar agua, zapallo, locro y porotos. Cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay y perejil. Observación: Si la legumbre utilizada es seca debera ser remojada 1 dia antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en caliente.

Lic. Raquel Echeverria V
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

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

Folio 11

Menú 14 Chupín de pollo Rendimiento: 1 porción Energía: 275 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 120 gramos Edad escolar: 180 gramos	Papa Tomate Pechuga de pollo Leche fluida Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	200 g 70 g 60 g 20 ml 20 g 20 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 69 g 42 g 20 ml 18 g 16 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas. En una bandeja, colocar ordenadamente la papa, encima el pollo, luego cebolla y locote, por ultimo, tomate. Hacer una mezcla de agua potable, aceite, perejil, ajo, orégano y sal yodada, colocar sobre la preparación anterior. Cocinar en horno moderado por 25 a 30 minutos. Retirar del horno y agregar leche y queso desmenuzado. Llevar nuevamente al horno para gratinar 5 minutos aproximadamente. Retirar del horno y servir.
Menú 15 Guiso de Arroz con carne Rendimiento:1 porcion Energía :340 Peso por porción: Nivel Incial: 200g Nivel Edad Escolar: 300g	Carne vacuna magra. Aceite Locote Cebolla Ajo Arroz Tomate Laurel Aceite Sal yodada Agua	100g 2,5 ml 10g 20g 1g 50g 60g Una hoja 2,5ml 0,5mg C/N	83g 2,5ml 9g 19g 1g 50g 53g 2,5ml 0,5g C/n	Lavar y picar la carne en cuadraditos pequeños. Lavar y picar las verduras. En una olla con el aceite sellar la carne, luego agregarel tomate y un poco después las demas verduras, saltear y luego agregar el agua caliente. Dejar que se cocine por 20minutos con la olla tapada. Por último agregar el arroz, se cocina hasta que el arroz este blando, se deja reposar por unos minutos y luego se sirve.

Ensaladas

Ensalada 11 Rendimiento: 1 porción Energía: 44 kcal Peso por porción: 55 g	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observacion: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 12 Rendimiento: 1 porción Energía: 38 kcal Peso por porción: 48 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3ml 0,5 g	18 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demas vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

Lic. Raquel Echeverria V
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 12

Ensalada 13 Rendimiento: 1 porción Energía: 40 kcal Peso por porción: 60 g	Lechuga Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 14 Rendimiento: 1 porción Energía: 37 kcal Peso por porción: 50g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
Ensalada 15 Rendimiento: 1 porción Energía: 52 kcal Peso por porción: 55 g	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Postres

Dulce de mamón/calabaza Rendimiento: 1 porción Energía: 99 kcal	Dulce de mamón/calabaza Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	102 g 10 g 0,2g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. Escaldar: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de coccion. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50ml de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que esten listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frio servir. Observacion: Se podra utilizar producto envasado o pre elaborado.
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 53 kcal	Piña	200 g	104 g	Lavar y pelar antes de consumir
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Maní con miel Rendimiento: 1porción Energía: 160kcal Peso por porción: 35g	Maní tostado sin sal Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir
Fruta de estacion 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.

SEMANA 4

Plato Principal

Menú 16 Estofado de pollo con papa Rendimiento: 1 porción Energía: 257 kcal Peso por porción: Nivel inicial:200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	134 g 42g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar ,pelar y cortar las verduras Sellar el pollo con el ajo ,una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Por ultimo agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.
Menú 17 Guiso de arroz con poroto Rendimiento: 1 porción Energía: 317 kcal Peso por porción: Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	70g 40g 20g 15g 15g 10g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	69g 40g 20g 15g 14g 8g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos esten tiernos. Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que esten blandos. Por último, agregar la cebollita de hoja. Observación: Si la legumbre utilizada es seca (excepción lenteja) debera ser remojada 1 dia antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente.
Menú 18 Tallarín con salsa de carne Rendimiento: 1 porción Energía: 337 kcal Peso por porción: Nivel inicial:70g salsa + 80 g fideo	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Fideo	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	 69 g 52 g 20 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Salsa de carne: Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Fideo Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

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

Ensaladas

Ensalada 16 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 52 kcal** **Peso por porción: 55 g**	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 17 **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 39 kcal** **Peso por porción: 60 g**	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 18 **Rendimiento: 1 porción**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite	30 g 20 g 10 g 3 ml	24 g 15 g 8 g 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 15

Energía: 37 kcal Peso por porción: 50g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 19 Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 50g	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con la yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 20 Rendimiento: 1 porción Energía: 43 kcal Peso por porción: 55 g	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Postres

Banana con miel Rendimiento: 1 Ración de 82g Energia:97 Kcal	Banana Miel	20g 15ml	20g 15ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Fruta de estación Rendimiento: 1 ración. Energía: 50 Kcal	Melón	200 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Ensalada de frutas 2 Rendimiento: 1 ración de 100 g Energía: 62kcal	Piña Banana	60 g 50 g	31 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Dulce de membrillo/batata	Dulce de membrillo/batata	30 g	30 g	Se podrá utilizar producto envasado o ser elaborado.

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 16

6. CALCULO DE INSUMOS PARA EL ALMUERZO ESCOLAR

(Se completa este item solo si la modalidad utilizada es alimento preparado en la escuela)

Insumo	Unidad de medida		Semana 1 TOTAL I/kg	Semana 2 TOTAL I/kg	Semana 3 TOTAL I/kg	Semana 4 TOTAL I/kg	TOTAL [illegible] MES
		Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	9.386	9.88	9.386	9.88	38.532	[illegible]
Ajo	kg	0.6175	0.741	0.6175	0.6175	2.5935	[illegible]
Almidón de maíz	kg	1.235	0	0	1.235	2.47	[illegible]
Arroz	kg	3.705	20.995	11.115	11.82	50.635	[illegible]
Arveja en granos	kg	0	0	0	1.235	1.235	[illegible]
Azúcar	kg	4.94	0	2.47	0	7.41	[illegible]
Banana	kg	39.52	39.52	0	39.52	118.56	[illegible]
Batata	kg	0	0	0	0	0	0
Barrita de maní	kg	0	0	0	0	0	0
Berro	kg	7.41	7.41	7.41	7.41	29.64	545.376
Bicarbonato de sodio	kg	0.0494	0	0.0494	0	0.0988	0
Canela	kg	0	0	0	0	0	0
Carne vacuna magra *	kg	34.58	34.58	29.64	34.58	133.38	2454.192
Carne vacuna magra molida **	kg	0	0	0	0	0	0
Cebolla de cabeza	kg	20.995	22.23	20.995	25.935	90.155	1658.852
Cebollita de hoja	kg	0	1.235	1.235	2.47	4.94	90.896
Choclo	kg	2.47	0	0	2.47	4.94	90.896
Clavo de olor	kg	0.0494	0	0.0494	0	0.0988	0
Cebollita de hoja	kg	0	0	0	0	0	0
Choclo	kg	0	0	0	7.41	7.41	136.344
Clavo de olor	kg	0	0	0	0	0	0
Dulce de membrillo	kg	12.35	0	0	0	12.35	227.24
Fideo	kg	9.88	11.115	0	9.88	30.875	568.1
Galleta Molida	kg	0	0	0	0	0	0
Harina de maíz	kg	9.88	9.88	9.88	11.115	40.755	749.892
Harina de trigo	kg	0	0	0	0	0	0
Huevo	kg	0	0	0	0	0	0
Laurel	kg	0.1976	0.247	0.1482	0.1482	0.741	13.6344
Leche entera	l	49.4	0	17.29	0	66.69	1227.096
Lechuga	kg	14.82	14.82	7.41	7.41	44.46	818.064
Lentejas	kg	0	0	0	0	0	0
Locote	kg	12.35	12.35	14.82	12.35	51.87	954.408
Locro	kg	0	9.88	7.41	0	17.29	318.13[illegible]
Mamón	kg	64.22	0	49.4	0	113.62	2090.[illegible]
Mandarina	kg	39.52	39.52	0	39.52	118.56	2181.[illegible]

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Ministerio de Educación, Ciencia y [illegible]

Folio 17

Mandioca	kg	49.4	0	0	0	49.4	908.96
Mani	kg	0	4.94	4.94	0	9.88	181.792
Manzana	kg	0	0	0	0	0	0
Margarina	kg	1.235	0	1.235	0	2.47	0
Melón	kg	0	0	74.1	74.1	148.2	2726.88
Miel de abeja	l	0	6.669	3.705	2.964	13.338	[illegible]
Miel de caña o negra	l	0	0	0	0	0	0
Naranja	kg	12.35	56.81	44.46	12.35	125.97	[illegible]
Oregano	kg	0.1235	0	0.247	0.1235	0.494	9.0896
Papa	kg	49.4	0	98.8	49.4	197.6	[illegible]
Pechuga de pollo	kg	29.64	29.64	34.58	29.64	123.5	[illegible]
Pera	kg	0	0	0	0	0	0
Perejil	kg	1.235	0	1.3585	0	2.5935	[illegible]
Pepino	kg	9.88	0	9.88	4.94	24.7	[illegible]
Pescado sin hueso ni piel	kg	0	0	0	0	0	0
Piña	kg	0	14.82	49.4	14.82	79.04	1454.336
Pomelo	kg	0	0	0	0	0	0
Poroto	kg	7.41	4.94	3.705	4.94	20.995	386.308
Queso	kg	6.175	4.94	9.88	6.175	27.17	499.928
Repollo	kg	7.41	7.41	22.23	7.41	44.46	818.064
Remolacha	kg	9.88	9.88	7.41	9.88	37.05	681.72
Sal yodada	kg	1.482	1.6055	1.3585	1.482	5.928	109.0752
Tomate	kg	66.69	95.095	77.805	91.39	330.98	6090.032
Zanahoria	kg	32.11	22.23	19.76	24.7	98.8	1817.92
Zapallo calabaza	kg	29.64	14.82	29.64	14.82	88.92	1636.128

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

7. CONTROL DE CALIDADY PARTICIPACIÓN SOCIAL

	Descripción
Plan de Monitoreo	Las fiscalizaciones y monitoreo se realizaran en forma periódica in situ; se realizaran relevamiento de datos en cuanto a las instalaciones, almacenamiento. Se analizaran los datos y se daria intervención en caso de presentarse irregularidades, se establecerá en contacto telefónico diario para monitoreo y control con las cocineras y directoras a fin de descartar o solucionar los inconvenientes que pudieran surgir. Las fiscalizaciones in situ se hará 1 vez al mes y/o cuando sea necesario, por parte del personal nutricionista que proveerá la Municipalidad. Se entregaran informes mensuales de la situación detectada a la convocante.
Plan de capacitaciones	La capacitacion de los manipuladores de alimentos debe ser otorgada por el INAN al personal de la empresa adjudicada antes del inicio de la provisión del almuerzo escolar.
Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	Habilitación de secciones en los medios de comunicación en donde la Municipalidad de Pilar, tienen pagados espacios, en la página web y en las redes sociales de la Gobernación, la difusión del proyecto autorizado por el MEC y que contendrá todas las informaciones relevantes para la comunidad; como ser las instituciones educativas beneficiadas, cantidad de beneficiarios, porcentaje de adquisición de la agricultura familiar, menus, proceso de licitacion, cantidad y calidad de los productos adquiridos, etc.

Lic. Raquel Echeverría V
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

Folio 18

8. MODALIDAD DEL SERVICIO

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

CONDICIONES MÍNIMAS DEL SERVICIO REQUERIDO

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

CONTRATACIÓN DEL PERSONAL DE LA ZONA

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

Personal capacitado para la elaboración de los menús:

- Un Profesional encargado del área de Nutrición y Alimentación (un profesional técnico por cada 1.000 estudiantes).-
- Un Cocinero/a (un cocinero/a por cada 100 estudiantes).-
- Un Auxiliar de cocina (un auxiliar por cada 100 estudiantes).-
- Un personal de limpieza (uno por Institución Educativa).-

PROCEDIMIENTO PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO

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

Equipamientos básicos mínimos que debe ser montado por la empresa en la institución educativa.

- Heladeras y congeladores.
- Cocina o Fogón.
- Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por sí misma un agente contaminante).
- Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios, de materiales no contaminantes.
- Piletas de lavado.
- Utensilios para la preparacion de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillos cucharones, tenedores, tabla diferenciadas para cortar carne y verduras, bol, bandejas, entre otros), se debe minimizar la utilizacion de utensilios de madera.

Lic. Raquel Echeverria V
Nutricionista -
Reg. Prof. Nº 33

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

Folio 19

- Utensilios para el servicio, aptos para entrar en contacto con alimentos: vasos, cucharonas de 200ml, de 100ml y de 50ml, pinzas, platos para la ensalada y para el plato principal.
- Basureros con bolsa y tapa.
- Mesas y sillas.

Lic. RAQUEL ECHVERRÍA V.

Lic. Raquel Echeverría V.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 33

INTENDENCIA

Sr. CRISTÓBAL ALFREDO STETE G.
Intendente Municipal
Responsable del Proyecto

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

Folio 20