Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA ARANDUPY
MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

TETÃ REKUÁI
GOBIERNO NACIONAL
Jajapo ñande raperã ko'ãga guive
Construyendo el futuro hoy

Municipalidad de Carapeguá

Departamento de Paraguarí – Paraguay

Carapeguá, 24 de mayo del 2016.

Sra:
Lic. Milena Fernández
Dirección de alimentación Escolar
Ministerio de Educación y Cultura M.E.C.
Presente

Tenemos el agrado de dirigirnos a usted a fin de solicitarle la aprobación de la modificación del proyecto inicial de la "Provisión de Almuerzo Escolar a Distintas Instituciones Educativas de la Ciudad de Carapeguá" previo al proceso licitatorio pertinente.

Dicha modificación consiste en:

Proyecto inicial 482 alumnos por 133 días

Proyecto modificado 684 alumnos por 104 días.

Sin Otro particular, aprovechamos la ocasión para desearle éxitos en sus funciones.

MUNICIPALIDAD DE CARAPEGUÁ · SECRETARIA GENERAL ·

CP Alba María Barrios Trinidad
Secretaria General

MUNICIPALIDAD DE CARAPEGUÁ · INTENDENCIA ·

Lic. Luciano Cañete Galeano
Intendente Municipal

ANEXO 3 - A

Formulario N° 01: PROYECTO PARA LA APROBACION DE ALMUERZO ESCOLAR DE GOBERNACIONES Y MUNICIPIOS

1. IDENTIFICACION DE LA GOBERNACION O MUNICIPIO

Departamento/Distrito: Noveno Dpto. Paraguarí	
Dirección del local de la Gobernación/Municipalidad: Mcal. Estigarribia esq. Martin de Barua	**Tel:** 0218-212985
Nombre del Gobernador/ Intendente: Sr. Luciano Cañete Galeano, Intendente Municipal	
Tel: 0218-212985	**Celular:** 0981-508613
Correo Electrónico: municarapegua@gmail.com	
Responsable de la Alimentación Escolar: Jorge Andres Miranda	
Tel: 0218-212985	**Celular:** 0972-554095
Correo Electrónico: jorgeandres9@yahoo.es	
Responsable Nutricionista: Angélica Medina	**Nº de Registro Profesional: 728**
Tel: 0971-323519	**Celular:** 0218-213133
Correo Electrónico: anggie89@hotmail.com	
Cantidad de Instituciones Beneficiadas: 8 (ocho) Instituciones Educativas	
Tiempo de provisión del Almuerzo Escolar (en días): 104 (ciento cuatro) días	

2. ALMUERZO ESCOLAR

2.1. Instituciones Beneficiadas

Código de la Institución	Nombre de la Institución Educativa	Cant de Benef.	Dirección y Nº de Teléfono	Nombre del Director/a	Fuente de Financiación	Cantidad de Meses a ser Beneficiados
16199	Esc. Bas. N° 2.360 Virgen del Rosario	**37**	Loma Jovy 0971-546504	Sonia Gómez	**30**	104 (ciento cuatro) días
16198	Esc. Bas. N° 3.324 Don Camilo Sosa Castillo	**63**	Espartillar 0982-613233	Menelio Páez	**30**	104 (ciento cuatro) días
16187	Esc. Bas. N° 909 Tte. 1° Alcides González	**61**	Cerrito 0981-804175	Braulio Núñez	**30**	104 (ciento cuatro) días
16181	Esc. Bas. N°462 Tte. 1° Manuel Cabello	**83**	Espartillar 0971-314582	María Orihuela	**30**	104 (ciento cuatro) días
16179	Esc. Bas. N° 448 Dionisio Cabello	**76**	Potrero 0981248861	Antonia Coronel	**30**	104 (ciento cuatro) días
16183	Esc. Bas. N°538 Prof. Pura E. Velázquez	**121**	Veniloma 0971-661285	Gloria Carballo	**30**	104 (ciento cuatro) días
16186	Esc. Bas. N° 909 San Juan Bautista	**153**	Tajy Loma 0981-682862	Eulalia Martínez	**30**	104 (ciento cuatro) días
16190	Esc. Bas. N° 4473 San Miguel	**90**	Tajy Loma 0982-517737	Norma Caceres	**30**	104 (ciento cuatro) días

2.2. Especificaciones Técnicas

Aspecto nutricional	
Aporte de Kcal por día (consignar la cantidad de Kcal del menú proveído por día)	**400 a 500 Kcal. Por niño.**
Composición del menú	
Horario de preparación del menú	**07.00hrs. a 10.30hrs.**
Horario de distribución	M: 11 a 12hrs. T: 12 a 12.30hrs.
Constitución del menú (consignar si se compone de plato principal, acompañamiento o ensaladas y postre)	- Plato Principal - Guarnición - Postre (Alimento fresco)
Completar el menú cíclico, según el ejemplo del Anexo a	VER ANEXO A
Completar el recetario del menú, según el ejemplo del Anexo b	VER ANEXO B
Modalidad del almuerzo escolar (consignar si es por catering o elaborado en la institución educativa).	Mixto, por empresa contratada, elaborada en la institución educativa.

2.3. Control De Calidad

Describir el sistema de calidad a ser implementado (controles, fiscalizaciones, monitoreos), según corresponda.	**A través de un trabajo conjunto con la nutricionista de la empresa adjudicada y la nutricionista de la municipalidad, los cuales remitirán informes, semanales o mensuales referente al almuerzo escolar a la máxima autoridad municipal. El control y monitoreo serán los padres y alumnos de cada institución educativa.**

3. Ejemplo de menú cíclico

Semana 1					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Vori Vori con carne	Guiso de arroz c/ pollo	Caldo de poroto c/ fideo	Caldo de pollo con verduras	Tallarín de carne vacuna
Guarnición	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
Postre	1 manzana	Ensal. De frutas	1 naranja	1 naranja	1 manzana
KCAL	**451**	**463**	**459**	**400**	**460**

Semana 2					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Soyo	Polenta c/ salsa de pollo	So´o apua	Caldo de poroto con arroz	Tallarín de pollo
Guarnición	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
Postre	1 banana	1 naranja	1 banana	Ensal. De frutas	1 manzana
KCAL	**400**	**442**	**449**	**469**	**475**

Semana 3

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Caldo de poroto c/ fideo	Picadito de carne c/ papa	Polenta c/ salsa de pollo	Guiso de poroto c/ arroz	Guiso de fideo c/ salsa de pollo
Guarnición	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
Postre	1 banana	1 manzana	1 naranja	1 naranja	1 banana
KCAL	**460**	**400**	**447**	**500**	**456**

Semana 4					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Jopara	Estofado de pollo c/ papa	Vori vori c/ pollo	Picadito de carne c/ arroz	Tallarín de pollo
Guarnición	Ensalada. mixta	Ensalada. mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta	Ensalada mixta
Postre	1 naranja	1 manzana	1 naranja	1 naranja	1 banana
KCAL	**419**	**416**	**480**	**430**	**460**

OBSERVACION: El menú cíclico es la distribución normatizada de los menús para un periodo de tiempo de 21 días, con el objetivo de brindar variabilidad. Para los proyectos locales se considerara la posibilidad de utilizar mínimamente dos semanas de menú cíclico, y excepcionalmente se podrá realizar la repetición de los platos, bajo autorización de la Gobernación/Intendencia.

4. Recetario del menú

Describir cada uno de los menús a ser elaborados según el Anexo a presentando. Consignar las Calorías del Menú e ingredientes por una persona.

Ejemplo:

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Menú 1 (451kcal) Lunes	**VORI VORI CON CARNE**	Carne Magra Queso py Harina de Maiz Tomate Cebolla Locote sal yodada ajo oregano sal yodada zapallo aceite zanahoria agua potable	66 10 50 24 23 15 0,5 5 2 0,5 35 5 35 c/n		• Agregar a la olla con un poco de aceite previamente calentado la carne, cortada en trozos pequeños, dejando que se cocinen junto con su liquido de cocción hasta que este hay evaporado. • Picar las verduras y agregar en la misma olla, continuando la cocción a fuego medio hasta que las verduras se ablanden. • Agregar cantidad necesaria de agua hirviendo y continuar la cocción hasta que la carne haya ablandado. • Poner la harina de maíz y el queso picado en un bol. • Humedecer con el caldo caliente hasta lograr una

					masa con la cual se puedan formar las bolitas. • Echar las bolitas en el caldo hirviendo y dejar hervir por 5 minutos. • Salar con 0,5 gr de sal yodada. Se puede condimentar con orégano seco o fresco cuando
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga tomate zanahoria aceite sal yodada	47 29 25 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. • Condimentar y servir.
	POSTRE	Manzana	129		
Menú 2 (463 kcal) Martes	**GUISO DE ARROZ CON POLLO**	pechuga de pollo tomate arroz cebolla locote aceite sal yodada laurel ajo agua potable	56 69 45 9 8 5 0,5 0,2 2 c/n		• Dorar la pechuga de pollo sin piel (cortada en trozos pequeños) en una olla con aceite previamente calentado, evitando que se quemen. • Cortar en cubitos la cebolla, ajo y locote y agregar a la cacerola con la el pollo. • Cocinar hasta que las verduras se ablanden y luego agregar el tomate picado, salar con 0,5 gr de sal yodada, cocinar por 15 - 20 min a fuego lento. • Incorporar el arroz sellando por unos segundos y luego el agua caliente en cantidad necesaria. Cocinar hasta que el arroz este blando, aprox 15 min.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	repollo pepino zanahoria aceite sal yodada	40 37 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. • Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	30		
Menú 3 (459 kcal) Miercoles	**CALDO DE POROTOS CON FIDEOS**	zapallo poroto tomate zanahoria	35 45 24 15		• Colocar en una fuente con agua los porotos y dejarlos en remojo durante la noche. Retirar todos los que hayan

		cebolla fideo queso py locote aceite sal yodada ajo agua potable	18 20 15 8 5 0,5 2 c/n		flotado y enjuagar. • Picar los el tomate, locote, ajo y cebolla, y cortar la zanahoria en medias lunas. • Agregar a la olla con aceite previamente calentado los vegetales picados y hacer una salsa. • Incorporar los porotos hidratados. Cebar con el agua caliente y cocinar a fuego medio hasta que estén tiernos, agregar el fideo y continuar hirviendo hasta ablandar. Agregar 0,5 gr de sal yodada. • Antes de retirar agregar el queso picado.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga zanahoria pepino aceite sal yodada	47 16 37 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 4 (400 kcal) Jueves	**CALDO DE POLLO CON VERDURAS**	pechuga de pollo zapallo zanahoria tomate arroz cebolla locote aceite cebollita de hoja sal yodada laurel ajo agua potable	56 35 25 24 20 14 8 5 5 0,5 0,2 2 c/n		• Cortar la pechuga de pollo sin piel en cubos y picar el ajo, cebolla, tomate y ajo. • Cortar en cubos medianos el zapallo y zanahoria • Cocinar con el aceite el pollo y las verduras excepto zapallo y zanahoria, agregar el laurel. • Una vez que el pollo esté cocido y las verduras blandas agregar el zapallo, zanahoria y agua. • Cuando hierva agregar el arroz y cocinar hasta ablandar. • Antes de retirar del fuego agregarle la cebollita de hoja y salar con 0,5 gr de sal yodada.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	repollo pepino	40 37		• Lavar con agua potable todos los vegetales.

		zanahoria aceite sal yodada	15 3 0,5		• Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 5 (460 kcal) Viernes	**TALLARIN CON CARNE VACUNA**	carne vacuna tomate cebolla locote aceite sal yodada agua potable fideo sal yodada agua potable	66 59 14 8 5 0,5 c/n 50 0,5 c/n		• Cortar la carne en porciones individuales y dorar en aceite caliente sin las verduras. • Sacar la carne de la olla y en la misma olla dorar las verduras picadas. • Una vez cocinadas las verduras volver a incorporar la carne (ya dorada) • Dejar cocinar por 30 min aproximadamente agregándole agua cada vez que se seque la cocción. • Salar con 0,5 gr de sal yodada. • Por otro lado cocinar el fideo tallarín en abundante agua hirviendo hasta que se ablande, retirar y escurrir. • Servir el tallarín con la salsa y la carne.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	berro tomate zanahoria aceite sal yodada	30 19 25 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Manzana	129		

SEMANA 02

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Menú 1 (400 kcal) Lunes	**SOYO**	Carne vacuna molida zapallo tomate zanahoria cebolla arroz locote	50 25 39 25 18 20 8		• Calentar la olla, agregar el aceite y freír la cebolla hasta que este transparente, luego agregar los demás vegetales, salar moderadamente. Dejar cocinar por 5 min aproximadamente.

		queso py aceite oregano sal yodada ajo agua potable	10 5 0,2 0,5 2 c/n		• Agregar carne molida, la papa, el zapallo cortado en cubos y el agua, revolviendo constantemente con una cuchara hasta que hierva y el caldo se torne oscuro y espeso y el zapallo se ablande. Agregar 0,5 gr de sal yodada. • Retirar del fuego, espolvorear con orégano. Tapar 5 minutos para concentrar el sabor y servir caliente.
	GUARNICI Ensalad Mixta	lechuga tomate zanahoria aceite sal yodada	47 29 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	30		
Menú 2 (442 kcal) Martes	**POLENTA CON SALSA DE POLLO**	Pechuga de pollo tomate zanahoria cebolla locote aceite sal yodada laurel ajo agua potable harina de maiz leche fluida cebolla queso py aceite sal yodada agua potable	35 49 39 9 8 3 0,5 0,2 2 c/n 50 30 14 10 2 0,5 100		• Cortar el pollo en cubos y los vegetales picaditos bien chiquitos, cortar la zanahoria en medias lunas. • Cocinar el pollo en aceite previamente calentado hasta dorar, ir agregando la zanahoria, cebolla y tomate y continuar la cocción hasta que vaya formando una salsa. • Ir agregando agua cuando seque la cocción, agregar 0,5 gr de sal • Por otro lado hervir agua en cantidad necesaria. • Echar la harina de maíz en forma de lluvia • Revolver continuamente dejando hervir por 5 min • Retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado. Servir la polenta con la salsita
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga zanahoria tomate	47 16 29		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales.

		sal yodada aceite	0,5 3		Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 3 (449 kcal) Miercoles	**SO´O APU' (ALBONDIGA**	carne vacuna molida tomate zapallo harina de maiz arroz cebolla locote aceite oregano sal yodada laurel ajo agua potable	66 59 35 30 20 9 8 5 0,2 0,5 0,2 2 c/n		• Cortar los vegetales en cubitos pequeños excepto el zapallo y zanahoria que se cortan en trozos más grandes. • En una olla con aceite pre calentado agregar el tomate, cebolla y locote picados y cocinar rehogar. • Luego ir agregando la zanahoria y zapallo y agregar más agua para el caldo, salar moderadamente. • Mezclar y amasar la carne molida, harina de maíz, una pizca de aceite y el caldo de verduras en cantidad necesaria, y formar las albóndigas. • Agregar las albóndigas al caldo hirviendo y cocinarlas por 20 min aproximadamente
	GUARNICIC Ensalada Mixta	berro tomate zanahoria aceite sal yodada	30 19 25 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	70		
Menú 4 (469 kcal) Jueves	**CALDO DE POROTO CON ARROZ**	zapallo poroto seco tomate zanahoria cebolla arroz locote queso py aceite sal yodada ajo agua potable	35 45 24 15 18 20 8 15 5 0,5 2 c/n		• Colocar en una fuente con agua los porotos y dejarlos en remojo durante la noche. Retirar todos los que hayan flotado y enjuagar. • Picar l el tomate, locote, y cebolla, y cortar el zapallo en cubos medianos. • Agregar a la olla con aceite previamente calentado los vegetales picados y hacer una salsa. • Incorporar los porotos hidratados. Cebar con el agua caliente y cocinar a

					fuego medio hasta que estén tiernos, agregar el arroz y continuar hirviendo hasta ablandar. Agregar sal con moderación.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga pepino zanahoria aceite sal yodada	47 37 16 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	70		
Menú 5 (475 kcal) Viernes	**TALLARIN CON POLLO**	Pechuga de pollo tomate cebolla locote aceite sal yodada laurel ajo agua potable fideo sal yodada agua potable	56 59 14 8 5 0,5 0,2 2 c/n 50 0,5 c/n		• Cortar el pollo sin piel en porciones individuales y dorar en aceite caliente sin las verduras. • Retirar el pollo de la olla y en la misma olla dorar las verduras picadas. • Una vez cocinadas las verduras volver a incorporar el pollo (ya dorado) • Dejar cocinar por 30 min aproximadamente agregándole agua cada vez que se seque la cocción. • Agregar 0,5 gr de sal yodada. • Por otro lado cocinar el fideo tallarín en abundante agua hirviendo hasta que se ablande, retirar y escurrir. • Servir el tallarín con la salsa y el pollo.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	repollo pepino zanahoria aceite sal yodada	40 37 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Manzana	129		

SEMANA 03

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Menú 1 (460 kcal) Lunes	CALDO DE POROTO CON FIDEOS	zapallo poroto seco tomate zanahoria cebolla fideo queso py locote aceite sal yodada ajo agua potable	35 45 24 15 18 20 15 8 5 0,5 2 c/n		• Colocar en una fuente con agua los porotos y dejarlos en remojo durante la noche. Retirar todos los que hayan flotado y enjuagar. • Picar los el tomate, locote, ajo y cebolla, y cortar la zanahoria en medias lunas. • Agregar a la olla con aceite previamente calentado los vegetales picados y hacer una salsa. • Incorporar los porotos hidratados. Cebar con el agua caliente y cocinar a fuego medio hasta que estén tiernos, agregar el fideo y continuar hirviendo hasta ablandar. Agregar 0,5 gr de sal yodada. • Antes de retirar agregar el queso picado.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga tomate zanahoria aceite sal yodada	47 29 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	70		
Menú 2 (400 kcal) Martes	PICADITO DE CARNE CON PAPAS	papa carne vacuna magra tomate cebolla locote aceite sal yodada ajo agua potable	134 50 39 18 8 5 0,5 2 c/n		• Cortar la carne en trozos medianos, picar el ajo y cortar la cebolla, locote y tomate en tiras. • Cortar la papa en cubos medianos. • Dorar la carne en aceite previamente calentado, luego ir agregando la cebolla, locote, ajo y tomate, cocinar por unos minutos y luego agregar agua caliente suficiente como para cubrir los vegetales. • Agregar la papa y cocinar

					con la olla tapada por 20 min aprox. Destapar para reducir el líquido y seguir cocinando por 15 min mas o hasta que el caldo espese. Salar con 0,5 gr de sal yodada.
	GUARNICIÓI Ensalada Mixta	remochacha zanahoria tomate aceite sal yodada	35 40 50 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Manzana	129		
Menú 3 (447 kcal) Miercoles	**POLENTA CON SALSA DE POLLO**	pechuga de pollo tomate zanahoria cebolla locote aceite sal yodada laurel ajo agua potable harina de mai: leche fluida cebolla queso py aceite sal yodada agua potable	35 49 39 9 8 3 0,5 0,2 2 c/n 50 30 14 10 2 0,5 100		• Cortar el pollo en cubos y los vegetales picaditos bien chiquitos, cortar la zanahoria en medias lunas. • Cocinar el pollo en aceite previamente calentado hasta dorar, ir agregando la zanahoria, cebolla y tomate y continuar la cocción hasta que vaya formando una salsa. • Ir agregando agua cuando seque la cocción, agregar 0,5 gr de sal • Por otro lado hervir agua en cantidad necesaria. • Echar la harina de maíz en forma de lluvia • Revolver continuamente dejando hervir por 5 min • Retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado. • Servir la polenta con la salsita de pollo
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga tomate pepino aceite sal yodada	47 29 37 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 4 (500 kcal) Jueves	**GUISO DE POROTO CON ARROZ**	tomate poroto negro arroz cebolla	69 45 45 14		• Dejar en remojo el poroto desde la noche anterior para hidratar. • Lavar las lentejas

		queso py locote aceite cebollita de hoja sal yodada ajo agua potable	15 8 5 5 0,5 2 c/n		desechando el agua de remojo • En una olla calentar el aceite y cocinar hasta formar una salsa la cebolla, ajo, locote, tomate picados en cubitos. • Agregar un poco de agua y seguir cocinando unos minutos, hasta que forme una salsa. • Agregar el poroto hidratado revolviendo por unos minutos. • Cebar con suficiente cantidad de agua hirviendo y agregar 0,5 gr de sal yodada. • Dejar cocinar hasta que se ablande el poroto y luego agregar el arroz cocinando nuevamente hasta ablandar. • Antes de retirar del fuego agregar el queso y cebollita picados.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	berro tomate zanahoria aceite sal yodada	30 19 25 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 5 (456 kcal) Viernes	**GUISO DE FIDEOS CON POLLO**	pechuga de pollo tomate fideo cebolla locote aceite sal yodada laurel ajo agua potable	56 69 45 9 8 5 0,5 0,2 2 c/n		• Dorar la pechuga de pollo sin piel (cortada en trozos pequeños) en una olla con aceite previamente calentado, evitando que se quemen. • Cortar en cubitos la cebolla y locote y agregar a la cacerola con la el pollo. • Cocinar hasta que las verduras se ablanden y luego agregar el tomate picado, salar y cocinar por 15 -20 min a fuego lento. • Agregar agua hirviendo en cantidad necesaria y el

					fideo moñito • Cocinar hasta que el fideo ablande este aldente.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga pepino zanahoria aceite sal yodada	47 37 16 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	70		

SEMANA 04

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Menú 1 (419 kcal) Lunes	**JOPARA**	tomate zapallo locro poroto queso py cebolla locote aceite sal yodada diente de ajo agua potable	59 35 40 20 20 14 8 5 0,5 2 c/n		• Dejar en remojo el locro y el poroto la desde la noche antes de la preparación • Escurrir y desechar el agua de remojo. • Cocinar el poroto y el locro en agua hirviendo. • Picar la cebolla, locote, tomate en cubitos y el zapallo y zanahoria en trozos más grandes. • Rehogar las verduras en el aceite y cocinar unos minutos hasta que pierdan firmeza, retirar del fuego. Cuando el poroto y locro estén a medio cocer, agregar las verduras cocidas y continuar juntos la cocción hasta terminar de ablandar. Salar con 0,5 gr de sal yodada.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga tomate zanahoria aceite sal yodada	47 49 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 2 (416 kcal) Martes	**ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS**	papas pechuga de pollo	135 56		• Cortar el pollo en pociones e individuales, cocinar sin piel en una olla

		tomate cebolla zanahoria locote aceite cebollita de hoja sal yodada ajo agua potable	59 18 25 8 5 5 0,5 2 c/n		con aceite previamente calentada. • Cocinar el pollo en la olla tapada hasta que seque su líquido de cocción, luego ir agregando los vegetales: ajo, locote, cebolla y tomate todos cortados en tiras. • Cocinar hasta que estén menos firmes, luego agregar agua hirviendo y las papas cortadas en rodajas gruesas. • Cocinar hasta que se ablande la papa, salar con 0,5 gr de sal yodada .
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	remolacha zanahoria tomate aceite sal yodada	35 40 49 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Manzana	129		
Menú 3 (480 kcal) Miercoles	**VORI VORI DE POLLO**	pechuga de pollo zapallo harina de maiz tomate zanahoria cebolla locote aceite queso py sal yodada oregano ajo laurel agua potable	56 35 50 24 35 23 15 5 10 0,5 0,2 2 0,2 c/n		• Agregar a la olla con un poco de aceite previamente calentado el pollo , cortado en trozos , dejando que se cocinen junto con su liquido de cocción hasta que este hay evaporado. • Picar las verduras y agregar en la misma olla, continuando la cocción a fuego medio hasta que las verduras se ablanden. • Agregar cantidad necesaria de agua hirviendo y continuar la cocción hasta que la carne haya ablandado. • Poner la harina de maíz y el queso picado en un bol. • Humedecer con el caldo caliente hasta lograr una masa con la cual se puedan formar las bolitas. • Echar las bolitas en el caldo hirviendo y dejar hervir por 5 minutos.

					• Salar con 0,5 gr de sal yodada. • Se puede condimentar con orégano seco o fresco cuando esté listo para servir.
	GUARNICIÓN Ensalada Mixta	lechuga pepino zanahoria aceite sal yodada	47 37 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 4 (430 kcal) Jueves	**PICADITO D CARNE CON ARROZ**	tomate carne vacuna magra cebolla locote zanahoria aceite sal yodada laurel ajo agua potable arroz aceite sal yodada ajo agua potable	59 42 14 8 15 5 0,5 0,2 2 c/n 45 2 0,5 2 c/n		• Cortar la carne en trozos chicos, así con el ajo, cebolla, locote, cebolla y tomate. • Calentar el aceite en una olla e ir agregando en primer lugar la carne y el ajo, y una vez que evapore el líquido de cocción de la carne ir agregando los el locote, la cebolla y el tomate. • Cocinar a fuego medio hasta que se forme una salsa espesa, salar con 0,5 gr de sal yodada. • Por otro lado agregar el arroz en agua hirviendo y cocinar revolviendo de momentos durante 15 min aproximadamente o hasta que el arroz este al dente.
	GUARNICIÓ Ensalada Mixta	repollo pepino zanahoria aceite sal yodada	40 37 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Naranja	130		
Menú 5 (460 kcal) Viernes	**TALLARIN CON POLL**	pechuga de pollo tomate cebolla locote aceite sal yodada	56 59 14 8 5 0,5		• Cortar el pollo sin piel en porciones individuales y dorar en aceite caliente sin las verduras. • Retirar el pollo de la olla y en la misma olla dorar las verduras picadas.

		laurel ajo agua potable fideo sal yodada agua potable	0,2 2 c/n 50 0,5 c/n		• Una vez cocinadas las verduras volver a incorporar el pollo (ya dorado) • Dejar cocinar por 30 min aproximadamente agregándole agua cada vez que se seque la cocción. • Agregar 0,5 gr de sal yodada. • Por otro lado cocinar el fideo tallarín en abundante agua hirviendo hasta que se ablande, retirar y escurrir. • Servir el tallarín con la salsa y la carne.
	GUARNICIÓ Ensalada Mixta	lechuga tomate zanahoria aceite sal yodada	47 29 15 3 0,5		• Lavar con agua potable todos los vegetales. • Cortar los vegetales. Condimentar y servir.
	POSTRE	Banana	70		

*Medidas caseras corresponden a los utensilios normalmente utilizados en los hogares para la preparación o consumición de los alimentos. Por ejemplo: 10 g. de aceite = 1 cucharada sopera

5. Descripción de la modalidad empleada

1. Si la modalidad empleada es Servicio de Catering, describir la distribución del Servicio: tipo de móvil utilizado para el efecto, recipiente en el que se distribuye (hot bock, olla, taper), si la misma se distribuye en platos individuales a los niños y niñas o en cantidades, quién distribuye en la escuela a los niños y niñas, si la empresa cuenta con plan de capacitación mensual para su personal.

2. Si se Elabora en la Institución, describir el mecanismo de distribución de los alimentos, equipos que se disponen para el almacenamiento de los mismo (heladera, estantes, refrigerados, etc.), para la preparación (ollas, cucharones, etc.)y los utensilios para la posterior distribución a los niños (platos, cubiertos, etc.), si se cuenta con personal capacitado para la elaboración de los menús, si cuenta con un auxiliar de cocina, si se cuenta con personal especifico para la limpieza, especificar el plan de capacitación realizado a los personales encargados de la preparación y distribución de los alimentos, especificar el plan de monitoreo para el control de la calidad de los alimentos, proporcionar los datos de la nutricionista responsable del proyecto.

1. ***La empresa responsable, realizara las comidas en la sede educativa y se encargara de distribuir a cada niño y niña, en platos dependiendo de la comida, si es seca o es caldo, con sus respectivos cubiertos.***

2. ***El equipamiento para la preparación de las comidas en las instituciones son: cocina, freezer, mesada para trabajo, bacha para lavados de ingredientes, etc.***
   La capacitación al personal se realizara de manera constante, antes y durante del periodo de la ejecución de las actividades, para así poder lograr un resultado auspicioso para todos y especialmente para nuestros alumnos. La empresa tendrá como responsables a: Cocinas, Auxiliares, Nutricionista.