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
Guiso de mandioca con carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	Mandioca Carne vacuna magra Tomate Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	200 g 60 g 60 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	116 g 52 g 59 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando. **Guiso de mandioca:** Limpiar la carne 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.

ENSALADAS				
Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 37 kcal **Peso por porción:** 50g	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 46 kcal **Peso por porción:**	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

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

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

50 g				agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 55 g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por**	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.

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

porción: 55 g				
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 49 kcal **Peso por porción:** 50 g	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 60 g	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 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 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**	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

Lic. Sandra Pamela Vera N.
Nutricionista
Reg. 3284

43 kcal **Peso por porción:** 55 g				picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 48 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento:	Repollo Pepino	30 g 20 g	24 g 15 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

1 porción **Energía:** 37 kcal **Peso por porción:** 50g	Zanahoria Aceite Sal yodada	10 g 3 ml 0,5 g	8 g 3 ml 0,5 g	Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 49 kcal **Peso por porción:** 50 g	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 44 kcal **Peso por porción:** 55 g	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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:** 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.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 43 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

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	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 64 kcal **Peso por porción:** 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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.

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**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 64 kcal **Peso por porción:** 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Banana	100 g	70 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

53 kcal				
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de membrillo/ batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	**Dulce de 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	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital
@MECpy

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
10.023

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

Energía: 50 kcal				
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	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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.

Folio 24

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

Energía: 63 kcal				
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de mamón/ calabaza **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 99 kcal **Peso por porción:** 50 g	**Dulce de mamón/ calabaza** Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	 200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	 102 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. **Escaldar**: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de cocción. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50 ml de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que estén listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frío servir.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal **Peso por porción:** 100 g	Piña Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de membrillo/ batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3234

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 porción **Energía:** 61 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 porción **Energía:** 53 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 50 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

8. Cálculo de insumos para el almuerzo escolar

Año:	2020
Institucion Educativa:	4
Nº de comensales:	587
N° de meses del proyecto:	0,95

	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	23,48	22,306	23,48	23,48	92,746	88,1087
Ajo	Kg	1,4675	1,4675	1,761	1,4675	6,1635	5,855325
Arroz	Kg	38,155	8,805	49,895	23,48	120,335	114,31825
Arveja en granos	Kg	2,935	0	2,935	0	5,87	5,5765
Azúcar	Kg	5,87	0	5,87	0	11,74	11,153
Banana	Kg	158,49	158,49	129,14	158,49	604,61	574,3795
Barrita de maní	Kg	17,61	0	0	0	17,61	16,7295
Berro	Kg	0	0	17,61	0	17,61	16,7295
Bicarbonato de sodio	Kg	0	0,1174	0,1174	0	0,2348	0,22306
Carne vacuna magra *	kg	70,44	70,44	82,18	82,18	305,24	289,978
Cebolla de cabeza	kg	52,83	61,635	55,765	49,895	220,125	209,11875
Cebollita de hoja	kg	2,935	2,935	2,935	5,87	14,675	13,94125
Choclo	kg	5,87	0	5,87	5,87	17,61	16,7295
Clavo de olor	kg	0	0,1174	0,1174	0	0,2348	0,22306
Dulce de batata	kg	0	17,61	0	17,61	35,22	33,459
Fideo	kg	8,805	23,48	26,415	23,48	82,18	78,071
Galleta Molida	kg	0	0	5,87	0	5,87	5,5765
Harina de maíz	kg	23,48	23,48	23,48	23,48	93,92	89,224
Huevo	kg	0	29,35	0	0	29,35	27,8825
Laurel	kg	0,2348	0,3522	0,4696	0,4696	1,5262	1,44989
Leche entera	l	70,44	29,35	0	0	99,79	94,8005
Lechuga	kg	0	17,61	17,61	35,22	70,44	66,918
Locote	kg	29,35	29,35	23,48	29,35	111,53	105,9535
Locro	kg	0	0	0	23,48	23,48	22,306
Mamón	kg	35,22	0	117,4	0	152,62	144,989
Mandarina	kg	0	93,92	0	93,92	187,84	178,448
Mandioca	kg	0	117,4	0	117,4	234,8	223,06
Margarina	kg	0	2,935	0	0	2,935	2,78825
Melón	kg	0	0	176,1	176,1	352,2	334,59
Naranja	kg	29,35	29,35	105,66	29,35	193,71	184,0245
Orégano	kg	0,2935	0	0,2935	0,2935	0,8805	0,836475
Papa	kg	117,4	117,4	117,4	0	352,2	334,59
Pechuga de pollo	kg	70,44	35,22	70,44	82,18	258,28	245,366
Perejil	kg	0	2,935	0	0	2,935	2,78825
Pepino	kg	23,48	23,48	11,74	0	58,7	55,765
Piña	kg	0	0	0	35,22	35,22	33,459
Poroto	kg	17,61	17,61	11,74	11,74	58,7	55,765
Queso	kg	23,48	26,415	11,74	14,675	76,31	72,4945

Licda. Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

Repollo	kg	35,22	17,61	17,61	17,61	88,05	83,6475
Remolacha	kg	46,96	41,09	46,96	41,09	176,1	167,295
Sal yodada	kg	3,2285	3,2285	3,522	3,2285	13,2075	12,547125
Tomate	kg	190,775	167,295	184,905	170,23	713,205	677,54475
Zanahoria	kg	52,83	82,18	70,44	88,05	293,5	278,825
Zapallo	kg	70,44	35,22	35,22	70,44	211,32	200,754

9. Control de calidad y participación social

	Descripción
9.1. Plan de Monitoreo	La Adjudicada tiene que contar con un Departamento exclusivo de control y monitoreo del programa Almuerzo Escolar, conformado por profesionales nutricionistas y social distribuidos por distritos, Directora de Programa y personales de apoyo distritales. Los cuales se encargan de fiscalizar periódicamente los establecimientos, relevamientos de datos específicos en cuanto a las instalaciones, almacenamiento y área de producción. Se establece como mecanismo de control el monitoreo vía telefónica y visitas en forma semanales de manera a descartar o solucionar inconvenientes que pudieran surgir. Al igual que el control de la calidad y cantidad de productos para el menú establecido. Se sugiere que los ingredientes para guarnición sean comprados de productores de la zona, de manera a que puedan acercar a la escuela productos frescos y en buenas condiciones a través del gerenciamiento del personal de apoyo.
9.2. Plan de capacitaciones	La convocante designa a la Lic. Sandra Pamela Vera Medina con Matrícula N° 3.284, Licenciada en Nutrición como representante técnica a cargo del Control del servicio en cada escuela, quien tendrá a su cargo la coordinación de las actividades en cada unidad con la adjudicada, así como la preparación de informes de su situación mensual.
9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	La difusión del proyecto autorizado por el MEC se realizará a través de página web, y redes sociales, y en las mismas se mencionarán las instituciones educativas beneficiadas, cantidad de beneficiarios, porcentaje de adquisición de la agricultura familiar, menús, etc. Los procesos de licitación estarán publicados en el Sistema de Información de Contrataciones Públicas (SICP), como así también la comunidad tendrá acceso a las documentaciones que respaldan los procesos reflejados en el SICP a través de la Oficina de la Unidad Operativa de Contrataciones de la Municipalidad de Arroyos y Esteros.

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

10. Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

Modalidad empleada es "Alimentos preparados en las escuelas" (cocinando en las escuelas):

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.

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

La modalidad empleada para el llamado es la de **ELABORACIÓN EN CADA INSTITUCIÓN BENEFICIADA**: la Adjudicada suministrará todo el equipamiento necesario para el funcionamiento de la unidad en cada escuela, contará con:

Mecanismo de recepción de los alimentos:
Los responsables de la recepción serán los Directores y/o la/s persona/s autorizadas por el Director de cada institución educativa. El autorizado deberá ser designado a través de un acto administrativo oficial suscripto por el Director/a y/o Registro de Firmas, estando el autorizado obligado a recibir los bienes y suscribir las Actas de Recepción y Notas de Remisión.

Mecanismos de Almacenamiento
Debe correctamente cada ingrediente de acuerdo a su naturaleza y características (a temperatura ambiente, refrigerada o congelada, según corresponda).

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

Características generales

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

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

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

estar perfectamente recubiertas por caños aislantes y adosadas a paredes, techos o al piso, no permitiéndose cables colgantes sobre las zonas de manipulación, distribución y consumo de alimentos.

- Deberá contar con una ventilación adecuada. Las ventanas y otras aberturas deben estar provistas de las protecciones y sistemas para evitar el ingreso de agentes contaminantes.
- Deberá disponerse de basureros con tapas y bolsas para la correcta disposición final de los residuos.

Mecanismos de pre elaboración y elaboración

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

DISTRIBUCIÓN:

Se realizará en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11:00 hs a 12:00hs y turno tarde 12:00 hs a 13:00 hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento. Se utilizarán utensilios no tóxicos (platos y cucharas), se cumplirán todas las normas de higiene y manipulación de los alimentos desde el momento de la higiene del lugar, pre elaboración, distribución y posterior limpieza del área utilizada. Así cumpliendo estrictamente con las exigencias y criterios del INAN, dependencia del MSP Y BS, la entrega de los alimentos será diaria y deberá llevarse a cabo durante los días hábiles de clase comprendidas en la semana. La elaboración del almuerzo se realizará en la Institución, en la cocina escolar, garantizando la calidad del producto final.

.....
Lic. Sandra Pamela Vera Medina
NUTRICIONISTA
Matrícula N° 3.284

Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

.....
Lázaro P. Concepción Ovelar
INTENDENTE MUNICIPAL

Año:	2020
Institucion Educativa:	4
Nº de comensales:	587
N° de meses del proyecto:	0,95

		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	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	23,48	22,306	23,48	23,48	92,746	88,1087
Ajo	kg	1,4675	1,4675	1,761	1,4675	6,1635	5,855325
Arroz	kg	38,155	8,805	49,895	23,48	120,335	114,31825
Arveja en granos	kg	2,935	0	2,935	0	5,87	5,5765
Azúcar	kg	5,87	0	5,87	0	11,74	11,153
Banana	kg	158,49	158,49	129,14	158,49	604,61	574,3795
Barrita de maní	kg	17,61	0	0	0	17,61	16,7295
Berro	kg	0	0	17,61	0	17,61	16,7295
Bicarbonato de sodio	kg	0	0,1174	0,1174	0	0,2348	0,22306
Carne vacuna magra *	kg	70,44	70,44	82,18	82,18	305,24	289,978
Cebolla de cabeza	kg	52,83	61,635	55,765	49,895	220,125	209,11875
Cebollita de hoja	kg	2,935	2,935	2,935	5,87	14,675	13,94125
Choclo	kg	5,87	0	5,87	5,87	17,61	16,7295
Clavo de olor	kg	0	0,1174	0,1174	0	0,2348	0,22306
Dulce de batata	kg	0	17,61	0	17,61	35,22	33,459
Fideo	kg	8,805	23,48	26,415	23,48	82,18	78,071
Galleta Molida	kg	0	0	5,87	0	5,87	5,5765
Harina de maiz	kg	23,48	23,48	23,48	23,48	93,92	89,224
Huevo	kg	0	29,35	0	0	29,35	27,8825
Laurel	kg	0,2348	0,3522	0,4696	0,4696	1,5262	1,44989
Leche entera	l	70,44	29,35	0	0	99,79	94,8005
Lechuga	kg	0	17,61	17,61	35,22	70,44	66,918
Locote	kg	29,35	29,35	23,48	29,35	111,53	105,9535
Locro	kg	0	0	0	23,48	23,48	22,306
Mamón	kg	35,22	0	117,4	0	152,62	144,989
Mandarina	kg	0	93,92	0	93,92	187,84	178,448
Mandioca	kg	0	117,4	0	117,4	234,8	223,06
Margarina	kg	0	2,935	0	0	2,935	2,78825
Melón	kg	0	0	176,1	176,1	352,2	334,59
Naranja	kg	29,35	29,35	105,66	29,35	193,71	184,0245
Orégano	kg	0,2935	0	0,2935	0,2935	0,8805	0,836475
Papa	kg	117,4	117,4	117,4	0	352,2	334,59
Pechuga de pollo	kg	70,44	35,22	70,44	82,18	258,28	245,366
Perejil	kg	0	2,935	0	0	2,935	2,78825
Pepino	kg	23,48	23,48	11,74	0	58,7	55,765
Piña	kg	0	0	0	35,22	35,22	33,459
Poroto	kg	17,61	17,61	11,74	11,74	58,7	55,765
Queso	kg	23,48	26,415	11,74	14,675	76,31	72,4945
Repollo	kg	35,22	17,61	17,61	17,61	88,05	83,6475
Remolacha	kg	46,96	41,09	46,96	41,09	176,1	167,295
Sal yodada	kg	3,2285	3,2285	3,522	3,2285	13,2075	12,547125
Tomate	kg	190,775	167,295	184,905	170,23	713,205	677,54475
Zanahoria	kg	52,83	82,18	70,44	88,05	293,5	278,825
Zapallo	kg	70,44	35,22	35,22	70,44	211,32	200,754

Lic. Sandra Pamela Vera Medina
Lic. Sandra Pamela Vera M.
Nutricionista
Reg. 3284

Lázaro P. Concepción Ovelar