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

**Nota DAE N°:** 81 **/2020**

Asunción, 11 de febrero de 2020

Señor
**Luis Gilberto Rodríguez Lugo,** Intendente
Municipalidad de Yaguarón
Departamento de Paraguarí

El Ministerio de Educación y Ciencias, se dirige a Usted con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Yaguarón en fecha 10 de febrero del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N° 7.838; en la cual solicita la autorización al Proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar que será proveído a los estudiantes.

Al respecto, la Dirección de Alimentación Escolar autoriza el proyecto para el servicio de almuerzo 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 2020 | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Cantidad de instituciones educativas | Cantidad de estudiantes | Tiempo de Provisión del servicio | | | Modalidad del servicio |
| | | Año | Total Días | Días (especificar) | |
| 2 | 289 | 2020 | 118 | Lunes a viernes | Alimentos preparados en las escuelas |

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 y los datos omitidos en el Formulario N° 01, el cual es exclusiva responsabilidad de la Municipalidad de Yaguarón; 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.

**Selba Montanía**, Nutricionista
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

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

**Melissa Desvars**, Jefa
Departamento de Educación Alimentaria y Nutricional

**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.

## PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY – PAEP

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

| **1. Identificación de la Gobernación o Municipalidad** | |
|---|---|
| **Departamento*: Paraguarí** | **Distrito*: Yaguarón** |
| **Dirección del local de la Gobernación/Municipalidad*:** Buenaventura Gamarra N° 442 | **N° de Tel*:** 0533 232 296 |
| **Nombre del Gobernador/ Intendente*:** Dr. Luis Gilberto Rodríguez Lugo | |
| **Tel:**0533- 232 296 | **Celular:**(0986) 395 534 |
| **Dirección de correo electrónico*:** muniyaguaron@hotmail.com | |
| **Nombre del/la nutricionista*:** Lic. Alba Mercedes Galeano Ruiz Díaz | |
| **N° de Registro Profesional*:**2170 | **N° de celular:** 0994862285 |
| **Dirección de correo electrónico*:** mer.galeano_rd@hotmail.com | |
| **2. Principales datos del proyecto de almuerzo escolar** | |
| **Cantidad de instituciones seleccionadas*:** 2 | |
| **Cantidad de estudiantes beneficiados:** 289 alumnos | |
| **Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días)*:** 118 días | |
| **Fecha estimada de inicio de la provisión*:** Marzo de 2020 | |
| **Fecha estimada de finalización de la provisión*:** setiembre de 2020 | |
| **Presupuesto estimado para el servicio*:** 342.933611gs ( trecientos cuarenta y dos millones novecientos treinta y tres mil seiscientos once mil guaraníes | |
| **Precio referencial por plato*:** 10.000 gs ( diez mil guaraníes) | |
| **% de la agricultura familiar a implementar*:** 10% (diez) por ciento<br>*Decreto N° 9270/2018 establece como mínimo 10%* | |

**Son campos obligatorios*

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

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

MUNICIPALIDAD DE YAGUARON · INTENDENCIA ·

Dr. LUIS G. RODRIGUEZ LUGO
INTENDENTE MUNICIPAL

**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.



DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR · MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS · PARAGUAY

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

3. **Identificación de las instituciones educativas seleccionadas**

| Orden | Código de establecimiento escolar (**) | Código de Institución (**) | Nombre de la Institución/Centro (**) | Localidad o Barrio | Beneficiarios | | | | | | | | | | | | | | Fuente de Financiación |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | E.I(Prejardín - Jardín - preescolar) | | E.E.B. 1° y 2° Ciclo | | E.E.B. 3° 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 | 0915017 | 6297 | Esc. Bás. N° 791 Prof. Ramón Bogarín | Cñia. Ita Potrero | 15 | 19 | 63 | 43 | | | | | | | | | | | FONACIDE |
| 2 | 0915012 | 6299 | Esc. Bás. N° 685 Prof. Teodoro Rodríguez | Zayas | 26 | 25 | 55 | 43 | | | | | | | | | | | FONACIDE |
| | | | | Sub total | 41 | 44 | 118 | 86 | | | | | | | | | | | |
| | | | | Total general | 85 | | 204 | | | | | | | | | | | | |

Lic. Alba Goleano
Reg. Prof: 2170

MUNICIPALIDAD DE YAGUARÓN
INTENDENCIA

Dr. LUIS G. RODRIGUEZ LUGO
INTENDENTE MUNICIPAL

**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.

| 4. Requerimiento nutricional | | | |
|---|---|---|---|
| 4.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo. | **Nivel Inicial** | **Edad escolar** | **Adolescente** |
| | 312 kcal +/- 30 kcal | 450 kcal +/- 50 kcal | No aplica |
| **5. Composición del menú** | | | |
| 5.1 Horario de preparación del menú | De 07: 00 a 10:00 | | |
| 5.2 Horario de distribución | Turno mañana: 11:00 a 12:00<br>Turno tarde: 12:00 a 13:00 | | |
| 5.3 Constitución del menú | Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales | | |
| 5.4 Modalidad del servicio del almuerzo escolar | Alimentos preparados en las escuelas | | |

## 6. Menú Cíclico

| SEMANA 1 | | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Plato Principal | | Estofado de papa con pollo | Guiso de mandioca con carne | Caldo de poroto con arroz | Vori vori con carne | Guiso de fideo con pollo |
| Cantidad por ración en gramos | Nivel Inicial | 200 | 170 | 240 | 240 | 200 |
| | Edad Escolar | 300 | 250 | 350 | 350 | 300 |
| Ensalada | | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales |
| Postre | | Fruta de estación (Banana) | Fruta cítrica (Mandarina) | Ensalada de frutas | Fruta cítrica (naranja) | Arroz con leche |

| SEMANA 2 | | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Plato Principal | | Salsa de legumbres con arroz quesu | Caldo de pollo con verduras y fideo. | So 'o Apu'a | Polenta con salsa de pollo | Guiso de arroz con carne |
| Cantidad por ración en gramos | Nivel Inicial | 70gr de salsa y 100gr de arroz | 240 | 240 | 70 gramos salsa + 170 gramos polenta | 200 |
| | Edad Escolar | 100gr de salsa y 130gr de arroz | 350 | 350 | 100 gramos salsa + 250gramos polenta | 300 |
| Ensalada | | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales |
| Postre | | Fruta cítrica (naranja) | Fruta de estación (Banana) | Fruta cítrica (Mandarina) | Fruta de estación (Banana) | Candial |

| SEMANA 3 | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|---|
| Plato Principal | Vori vori con pollo | Guiso de arroz con poroto | Locro | Picadito de pollo con puré de papa | Tallarín con salsa de carne |

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

Lic. Aldo Galeano
Reg. Prof: 2170

MUNICIPALIDAD DE YAGUARÓN · INTENDENCIA

Ing. LUIS G. RODRÍGUEZ
INTENDENTE MUNICIPAL

Folio 3

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

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Cantidad por ración en gramos | Nivel Inicial | 240 | 200 | 240 | 70 gramos salsa + 110 gramos puré | 70 gramos salsa + 80 gramos de fideo |
| | Edad Escolar | 350 | 300 | 350 | 100 gramos salsa + 160 gramos puré | 100 gramos salsa + 120 gramos fideo |
| Ensalada | | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales |
| Postre | | Ensalada de frutas | Fruta cítrica (naranja) | Fruta de estación (Banana) | Maní con miel | Fruta cítrica (Mandarina) |

| SEMANA 4 | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
| Plato Principal | | Soyo | Tallarín con salsa de pollo | Revuelto de mandioca | Picadito de carne con papa | Caldo de poroto con fideo |
| Cantidad por ración en gramos | Nivel Inicial | 240 | 70 gramos salsa + 80 gramos de fideo | 170 | 200 | 240 |
| | Edad Escolar | 350 | 100 gramos salsa + 120 gramos fideo | 250 | 300 | 350 |
| Ensalada | | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales | Ensalada de vegetales |
| Postre | | Banana con miel. | Fruta cítrica (Mandarina) | Fruta de estación (Banana) | Candial | Fruta cítrica (naranja) |

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

Reg. Prof: 2170
Lic. Alba Galeano

## 7. Recetario del menú cíclico

| Platos Principales | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Menú 1** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Estofado de pollo con papa<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br>**Energía :** 257 kcal<br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 200 gramos<br>Edad escolar: 300 gramos | Papa<br>Pechuga de pollo<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Arveja<br>Aceite<br>Cebollita de hoja<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 200g<br>60g<br><br>60 g<br>20 g<br>20 g<br>10 g<br>5 g<br>5 ml<br>5g<br><br>0,5g<br>0,5<br>c/n | 134 g<br>42g<br><br>59 g<br>16 g<br>18 g<br>8 g<br>5 g<br>5 ml<br>5g<br><br>0,5g<br>0,5g<br>c/n | Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas.<br>Lavar, pelar y cortarlas verduras<br>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<br>Por último agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas. |
| **Menú 2** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Guiso de mandioca con carne | Mandioca<br>Carne vacuna magra<br>Tomate | 200 g<br><br>60 g<br>60 g | 116 g<br><br>52 g<br>59 g | **Mandioca:**<br>Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando. |

**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.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 363 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 170 gramos<br>Edad escolar: 250 gramos | Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 15 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | 14 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | **Guiso de mandioca:**<br>Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.<br>Saltear la carne en el aceite y ajo.<br>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.<br>Agregar agua si es necesario. |
| **Menú 3** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Caldo de poroto con arroz<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 266 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Zapallo<br>Poroto seco<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Arroz<br>Queso Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 60 g<br>30 g<br>25 g<br>20 g<br>15 g<br>15 g<br><br>10 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 32 g<br>30 g<br>24 g<br>16 g<br>15 g<br>15 g<br><br>9 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | . Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite.<br>Cocinar hasta que los mismos estén tiernos.<br>Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo.<br>Luego agregar el arroz y cocinar hasta que esté cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada.<br>Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente. |
| **Menú 4** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Vori vori con carne**<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía: 398** kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Carne vacuna magra<br>Zapallo<br>Harina de maiz<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Queso Paraguay<br>Aceite<br>Orégano<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 80 g<br><br>60 g<br>40 g<br>25 g<br>20 g<br>10 g<br>10 g<br><br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | 70 g<br><br>32 g<br>40 g<br>24 g<br>16 g<br>9 g<br>8 g<br><br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en cubitos pequeños.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.<br>Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate.<br>Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aprox.<br>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 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.<br>Agregar las bolitas de maiz al caldo.<br>Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano. |
| **Menú 5** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Guiso de fideo con pollo<br><br>**Rendimiento:**1 porción | Pechuga de pollo<br>Tomate<br>Fideo<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite | 60g<br><br>70g<br>45g<br>15g<br>10g<br>5ml | 42g<br><br>69g<br>45g<br>14g<br>8g<br>5ml | Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.<br>Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. |

**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.



Alimentación
Reg. Prof. 2170
Lic. Alicia Galeano

D. LUIS G. RODRIGUEZ
INTENDENTE MUNICIPAL

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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Energía:** 363 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 170 gramos<br>Edad escolar: 250 gramos | Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | 0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el fideo, revolver un poco y luego agregar el agua.<br>Cocinar hasta que se ablande el fideo (10 a 15 minutos aproximadamente) |
| **Menú 6** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Salsa de legumbres con arroz quesu<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 304 Kcal.<br><br>**Peso por porción: Nivel inicial:** 70gr de salsa y 100gr de arroz.<br>**Edad escolar:** 100gr de salsa y 130gr de arroz | Tomate<br>Poroto<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>laurel<br>Agua potable<br>**Arroz blanco**<br>Arroz<br>Queso Paraguay<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 70 g<br>20 g<br>15 g<br>10 g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br>40 g<br><br>10 g<br>2 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 69 g<br>20 g<br>14 g<br>8 g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br>40 g<br><br>10 g<br>2 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | **Salsa de legumbres:**<br>Pelar, lavar y picar los vegetales finamente.<br>Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.<br>Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción.<br>**Arroz blanco**<br>Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.<br>**Observación**: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente. La cantidad de agua hirviendo que se agrega al cereal es 2 veces su volumen. |
| **Menú 7** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Caldo de pollo con verduras y fideo**<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>Energía: 256 kcal<br><br>Peso por porción:<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos<br>Adolescentes: 440 gramos | Pechuga de pollo.<br>Zapallo<br>Tomate<br>Fideo<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Cebollita en hoja<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 80 g<br><br>60 g<br>35 g<br>20 g<br>20 g<br>10 g<br>10 g<br>5 ml<br>5 g<br><br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | 56 g<br><br>32 g<br>34 g<br>20 g<br>16 g<br>9 g<br>8 g<br>5 ml<br>5 g<br><br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en trozos pequeños.<br>Lavar, pelar y cortar los vegetales.<br>Sellar el pollo en aceite con ajo.<br>Una vez sellado agregar cebolla, tomate y locote, luego agregar agua potable caliente, zanahoria, zapallo, sal yodada, cebollita de hoja y laurel, cocinar hasta que estén tiernas.<br>Por último, agregar el fideo y cocinar hasta que esté listo. |
| **Menú 8** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **So´o apu´a**<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>Energía: 306 kcal<br><br>Peso por porción:<br>Nivel inicial: 240 | Carne vacuna magra<br>Zapallo<br>Tomate<br>Arroz<br>Cebolla<br>Locote<br>Harina de maíz<br>Aceite<br>Orégano<br>Sal yodada<br>Ajo | 80 g<br><br>60 g<br>30 g<br>20 g<br>10 g<br>10 g<br>5 g<br><br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g | 70 g<br><br>32 g<br>29 g<br>20 g<br>9 g<br>8 g<br>5 g<br><br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g | Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar.<br>Mezclar la carne molida con harina de maíz, ajo, y la mitad de sal. Formar las esferas.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear los vegetales en aceite y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.<br>Incorporar las esferas de carne, luego el agua potable caliente, el zapallo, arroz, el resto de sal yodada y laurel. |

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



Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2.170

Lic. LUIS G. RODRIGUEZ
Jefe DEPTO. NUTRICIONAL

Menú 6

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| gramos<br>Edad escolar: 350 gramos<br>Adolescentes: 440 gramos | Laurel<br>Agua potable | 0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | 0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | Una vez listo apagar el fuego y agregar orégano. |
| **Menú 9** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Polenta con salsa de pollo<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 307 kcal<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial:70g salsa + 170g polenta<br>Edad escolar:100g salsa + 250g polenta | **Salsa de pollo**<br>Tomate<br>Pechuga de pollo<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable<br><br>**Polenta**<br>Agua potable<br>Harina de maíz<br>Cebolla<br>Queso Paraguay<br>Aceite<br>Sal yodada | <br>70 g<br>60 g<br><br>10 g<br>10 g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>200 ml<br>40 g<br>15 g<br>10 g<br><br>2 ml<br>0,5 g | <br>69 g<br>52 g<br><br>9 g.<br>8 g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>200ml<br>40 g<br>14 g<br>10 g<br><br>2 ml<br>0,5 g | **Salsa de pollo**<br>Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños.<br>Lavar, pelar y cortar las verduras.<br>Sellar el pollo con el ajo y aceite.<br>Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por ultimo agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes.<br>Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén listas y agregar la sal.<br><br>**Polenta**<br>Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada.<br>Agregar el agua. Cuando hierve incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos.<br>Agregar leche y retira del fuego. |
| **Menú 10** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Guiso de arroz con carne<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 340 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 200 gramos<br>Edad escolar: 300 gramos | Carne magra<br>Tomate<br>Arroz<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 60g<br>70g<br>45g<br>15g<br>10g<br>5ml<br>0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | 52g<br>69g<br>45g<br>14g<br>8g<br>5ml<br>0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. incorporar el arroz, revolver un poco y luego Agregar el agua y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente) |
| **Menú 11** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Vori vori con pollo<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 351 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Pechuga de pollo<br>Zapallo<br>Harina de maíz<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Queso<br>Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Orégano<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 80g<br><br>60g<br>40g<br><br>25g<br>20g<br>10g<br>10g<br><br>10g<br>5ml<br>0,5g<br>0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | 56g.<br><br>32g<br>40g<br><br>24g<br>16g<br>10g<br>9g<br><br>8g<br>5ml<br>0,5g<br>0,5g<br>0,5g<br>0,2g<br>c/n | Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.<br>Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que queden blandos. Luego agregar el tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel. Continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos.<br>Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos.<br>Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2110



Folio 7

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | | agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa.<br>Agregar las bolitas del vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie.<br>Apagar del fuego y agregar el orégano. |
| **Menú 12** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Guiso de arroz con poroto<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 317 kcal<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 200gramos<br>Edad escolar: 300 gramos | Tomate<br>Arroz<br>Poroto<br>Queso Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Cebollita de hoja<br>Sal yodada<br>Ajo<br>Agua potable | 70g<br>40g<br>20g<br><br>15g<br>15g<br>10g<br>5ml<br>5g<br><br>0,5g<br>0,5g<br>c/n | 69g<br>40g<br>20g<br><br>15g<br>14g<br>8g<br>5ml<br>5g<br><br>0,5g<br>0,5g<br>c/n | Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.<br>Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos.<br>Por último, agregar la cebollita de hoja.<br>Observación: Si la legumbre utilizada es seca (excepción lenteja) deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente. |
| **Menú 13** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Locro**<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 343 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Carne vacuna magra<br>Zapallo<br>Locro<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Cebollita de hoja<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable | 80 g<br>60 g<br>40 g<br>25 g<br>20 g<br>10 g<br>10 g<br>5 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n | 70 g<br>32 g<br>40 g<br>24 g<br>16 g<br>9 g<br>8 g<br>5 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>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.<br>Desechar el agua de remojo.<br>Pelar, lavar y picar todos los vegetales. Reservar.<br>Cortar la carne en trozos iguales. Reservar.<br>Saltear cebolla, tomate, locote, laurel, ajo.<br>Agregar el locro y agua caliente. Hervir hasta que este blando. Luego agregar los trozos de carne, zapallo, zanahoria y dejar hervir por 15 minutos aprox.<br>Por último, agregar cebollita de hoja, cilantro y sal yodada. |
| **Menú 14** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Picadito de pollo con puré de papa<br><br>**Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía:** 285 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 70 g picadito + 110 g puré<br>Edad escolar: 100 g picadito + 160 g puré | Pechuga de pollo<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Perejil o cilantro<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable<br><br>**Puré de papas**<br>Papa<br>Leche fluida<br>Margarina<br>Sal yodada<br>Agua potable | 60 g<br>60 g<br>20 g<br>15 g<br>10 g<br>5g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br><br>200 g<br>50 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>c/n | 42 g<br>59 g<br>16 g<br>14 g<br>8 g<br>5g<br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br><br>134 g<br>50 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>c/n | Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.<br>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.<br>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 líquido. Agregar agua si es necesario.<br><br>**Puré de papas**<br>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, |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

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

| | | | | margarina, sal y mezclar uniformemente. |
|---|---|---|---|---|
| **Menú 15** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Tallarín con salsa y carne<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 337kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 70g salsa + 80 g fideo<br>Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo | **Salsa de carne**<br>Tomate<br>Carne vacuna magra<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable<br><br>**Fideo**<br>Fideo tallarín<br>Sal yodada<br>Agua potable | <br>70 g<br>60 g<br><br>20 g<br>15 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>40 g<br>0,5 g<br>c/n | <br>69 g<br>52 g<br><br>20 g<br>14 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>40 g<br>0,5 g<br>c/n | **Salsa de carne:**<br>Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.<br>Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.<br>Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada.<br>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.<br><br>**Fideo**<br>Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir. |
| **Menú 16** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Soyo<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 297 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Carne vacuna magra<br>Zapallo<br>Tomate<br>Arroz<br>Zanahoria<br>Queso Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Orégano<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 60 g<br><br>60 g<br>30 g<br>20 g<br>20 g<br>15 g<br><br>10 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 52 g<br><br>32 g<br>29 g<br>20 g<br>16 g<br>15 g<br><br>9 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar.<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos.<br>Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne este cocida.<br>Retirar del fuego y agregar el queso y orégano. |
| **Menú 17** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Tallarín con salsa y pollo.<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 292 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 70g salsa + 80 g fideo<br>Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo | **Salsa de pollo**<br>Pollo<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Laurel<br>Agua potable<br><br>**Fideo**<br>Fideo tallarín<br>Sal yodada<br>Agua potable | <br>60 g<br>60 g<br>20 g<br>15 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>40 g<br>0,5 g<br>c/n | <br>42 g<br>59 g<br>16 g<br>14 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>0,2 g<br>c/n<br><br><br>40 g<br>0,5 g<br>c/n | **Salsa de pollo:**<br>Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.<br>Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.<br>Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada.<br>Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel.<br>Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja.<br><br>**Fideo:**<br>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 18** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Revuelto de mandioca**<br><br>Rendimiento: 1 porción<br><br>Energía: 339 kcal<br><br>Peso por porción:<br>Nivel inicial: 170 gramos<br>Edad escolar: 250 gramos<br>Adolescentes: 320 gramos | Mandioca<br>Huevo*<br>Queso<br>Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Cebollita de hoja<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 200 g<br>50 g<br>20 g<br>20 g<br>10 g<br>5 g<br><br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 116 g<br>50 g<br>20 g<br>18 g<br>8 g<br>5 g<br><br>3 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | **Mandioca:**<br>Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando.<br><br>**Revuelto:**<br>Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que estén tiernos.<br><br>Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada en trozos pequeños.<br>Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule).<br><br>*50 g de huevo corresponde a 1 unidad |
| **Menú 19** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Picadito de carne con papa<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 319 kcal<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 200 gramos<br>Edad escolar: 300 gramos | Papa<br>Carne vacuna magra<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Cebolla<br>Locote<br>Arveja<br>Aceite<br>Cebollita de hoja<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 200 g<br>60 g<br><br>60 g<br>20 g<br>20 g<br>10 g<br>5 g<br>5 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 134 g<br>52 g<br><br>59 g<br>16 g<br>18 g<br>8 g<br>5 g<br>5 ml<br>5 g<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.<br>Lavar, pelar y cortar las verduras<br>Sellar la carne con el ajo, una vez sellada agregar la cebolla, el locote, zanahoria y el tomate, y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes<br>Por último, agregar las papas, las arvejas y la cebollita de hoja, cocinar hasta que estén blandas. |
| **Menú 20** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Caldo de poroto con fideo**<br><br>**Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía:** 271 kcal.<br><br>**Peso por porción:**<br>Nivel inicial: 240 gramos<br>Edad escolar: 350 gramos | Zapallo<br>Poroto seco<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Fideo nido<br>Queso<br>Paraguay<br>Cebolla<br>Locote<br>Aceite<br>Ajo<br>Sal yodada<br>Agua potable | 60 g<br>30 g<br>25 g<br>20 g<br>15 g<br>15 g<br><br>10 g<br>10 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | 32 g<br>30 g<br>24 g<br>16 g<br>15 g<br>15 g<br><br>9 g<br>8 g<br>5 ml<br>0,5 g<br>0,5 g<br>c/n | Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños.<br>Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite.<br>Cocinar hasta que los mismos estén tiernos.<br>Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo.<br>Añadir la porción de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 20 minutos aproximadamente y servir el plato.<br>Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente. |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

| **Ensaladas** | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Menú 1** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:** 1 porción<br><br>**Energía :** 39kcal | Berro<br>Tomate<br>Cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 18g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**Observación:** La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en |

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



Folio 10

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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Peso por porción:** 50g | | | | agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma. |
| **Menú 2** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br>**Energía :** 42kcal<br>**Peso por porción:**60gr | Lechuga<br>Zanahoria<br>cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 28g<br>16g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**Observación:** La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma. |
| **Menú 3** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br>**Energía :** 46kcal<br>**Peso por porción:** 50g | remolacha<br>tomate<br>cebolla<br>aceite<br>sal yodada | 40g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 27g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. 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<br>**Energía :** 38kcal<br>**Peso por porción:** 55gr | Tomate<br>Pepino<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 29g<br>15g<br>8g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>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<br>**Energía :** 44kcal<br>**Peso por porción:** 55g | Repollo<br>Remolacha<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>30g<br>10g<br>5ml<br>0,5g | 24g<br>20g<br>8g<br>5ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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 6** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br>**Energía :** 39kcal<br>**Peso por porción:** 50g | Berro<br>Tomate<br>Cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 18g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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 7** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción | Lechuga<br>Zanahoria<br>cebolla | 30g<br>20g<br>10g | 28g<br>16g<br>9g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

**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 11

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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Energía : 42kcal**<br><br>**Peso por porción: 50gr** | Aceite<br>Sal yodada | 3ml<br>0,5g | 3ml<br>0,5g | mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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<br><br>**Energía : 40kcal**<br><br>**Peso por porción: 55g** | Repollo<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Sal yodada<br>Aceite | 30g<br>20g<br>10g<br>0,5<br>3ml | 24g<br>19g<br>9g<br>0,5g<br>3ml | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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 9** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía :**<br><br>**Peso por porción: 55g** | Tomate<br>Pepino<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 29g<br>15g<br>8g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. |
| **Menú 10** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía :**<br><br>**Peso por porción:** | Repollo<br>Remolacha<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>30g<br>10g<br>5ml<br>0,5g | 24g<br>20g<br>8g<br>5ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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 11** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía :**<br><br>**Peso por porción: 60g** | Lechuga<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 28g<br>19g<br>8g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los vegetales. 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<br><br>**Energía : 49kcal**<br><br>**Peso por porción:50g** | remolacha<br>zanahoria<br>cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 40g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 27g<br>16g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>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 13** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Rendimiento:**1 porción<br><br>**Energía :** | Berro<br>Tomate<br>zanahoria<br>Aceite | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml | 18g<br>19g<br>8g<br>3ml | Lavar y rallar la zanahoria<br>Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

**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 12

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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 38kcal<br><br>Peso por porción: 50gr | Sal yodada | 0,5g | 0,5g | |
| **Menú 14** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Rendimiento:1 porción<br><br>Energía: 39 kcal<br><br>Peso por porción: 60 g | Lechuga<br>Tomate<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 28g<br>19g.<br>8g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria<br>Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. |
| **Menú 15** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Rendimiento:1 porción<br><br>Energía : 46 kcal<br><br>Peso por porción:50g | remolacha<br>tomate<br>cebolla<br>aceite<br>sal yodada | 40g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 27g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. |
| **Menú 16** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Rendimiento:1 porción<br><br>Energía :<br><br>Peso por porción: 60 g | Lechuga<br>Tomate<br>cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 28g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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 17** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Rendimiento:1 porción<br><br>Energía : 44kcal<br><br>Peso por porción: 55g | Repollo<br>Remolacha<br>Zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>30g<br>10g<br>5ml<br>0,5g | 24g<br>20g<br>8g<br>5ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**Observación:** El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma. |
| **Menú18** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Rendimiento:1 porción<br><br>Energía : 38kcal<br><br>Peso por porción: 50gr | Berro<br>Tomate<br>zanahoria<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 18g<br>19g<br>8g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria<br>Lavar y cortar los 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<br><br>Energía : 42kcal<br><br>Peso por porción:60gr | Lechuga<br>Zanahoria<br>cebolla<br>Aceite<br>Sal yodada | 30g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 28g<br>16g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y rallar la zanahoria.<br>Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.<br>**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. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

**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 13

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

| Menú 20 | Ingredientes | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
|---|---|---|---|---|
| Rendimiento:1 porción<br>Energía : 46kcal<br>Peso por porción: 50g | remolacha<br>tomate<br>cebolla<br>aceite<br>sal yodada | 40g<br>20g<br>10g<br>3ml<br>0,5g | 27g<br>19g<br>9g<br>3ml<br>0,5g | Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños.<br>Lavar y cortar los demás vegetales.<br>Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. |

| Postres | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Menú 1** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta de estación<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 63 kcal | banana | 110g | 70g | Lavar, pelar antes de consumir. |
| **Menú 2** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta cítrica<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 61 kcal | Mandarina | 160g | 115g | Lavar, pelar antes de consumir. |
| **Menú 3** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Ensalada de frutas 2<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 62 kcal | piña<br>naranja<br>banana | 60g<br>50g<br>50g | 31g<br>37g<br>32g | Lavar y pelar las frutas.<br>Cortar en trozos pequeños.<br>Colocar las frutas en un recipiente.<br>Servir. |
| **Menú 4** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta cítrica<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 62 kcal | Naranja | 180g | 130g | Lavar, pelar antes de consumir. |
| **Menú 5** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Arroz con leche<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 115 kcal<br>Peso por porción: 100gr | Agua potable<br>leche fluida<br>arroz<br>azúcar<br>canela<br>Piel de naranja o limón. | 150ml<br>100ml<br>10g<br>5g<br>0,2<br>c/n | 150ml<br>100ml<br>10g<br>5g<br>0,2<br>c/n | Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente.<br>Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido.<br>Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón.<br>Espolvorear con canela y servir. |

Alberto Irrazabal
Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

**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 6 | Ingredientes | Peso Bruto | Peso Neto | Preparación |
|---|---|---|---|---|
| Fruta citrica<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 62 kcal | Naranja | 180g | 130g | Lavar, pelar antes de consumir. |
| **Menú 7** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta de estación<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 63 kcal | Banana | 110g | 70g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 8** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta citrica<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 61 kcal | Mandarina | 160 g | 115g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 9** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta de estación<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 63kcal | Banana | 110g | 70g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 10** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Candial<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía : 110kcal | Leche fluida<br>azúcar<br>fécula de maíz<br>anís | 120g<br>10g<br>5g<br>0,2g | 120ml<br>10g<br>5g<br>0,2g | Disolver la fécula de maíz en la mitad de la leche fría.<br>En una olla calentar a fuego moderado el resto de la leche con el azúcar y luego agregar la preparación anterior.<br>Revolver constantemente hasta que la preparación espese.<br>Por último agregar el anís estrujado. |
| **Menú 11** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Ensalada de frutas 2<br>Rendimiento:1 porción<br>Energía :62 kcal | piña<br>naranja<br>banana | 60g<br>50g<br>50g | 31g<br>37g<br>32g | Lavar y pelar las frutas.<br>Cortar en trozos pequeños.<br>Colocar las frutas en un recipiente.<br>Servir. |
| **Menú 12** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| Fruta citrica<br>Rendimiento:1 porción | Naranja | 180g | 130g | Lavar, pelar antes de consumir. |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

**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.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Energía : 62 kcal** | | | | |
| **Menú 13** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Fruta de estación**<br>**Rendimiento:**1 porción<br>**Energía :63 kcal** | Banana | 110g | 70g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 14** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Maní con miel**<br>**Rendimiento: 1 porción**<br>**Energía: 160 kcal**<br>Peso por porción: **35 g** | Maní tostado sin sal<br>Miel | 20 g<br>15 ml | 20 g<br>15 ml | Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir. |
| **Menú 15** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Fruta cítrica**<br>**Rendimiento:**1 porción<br>**Energía : 61 kcal** | Mandarina | 160 g | 115g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 16** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Banana con miel**<br>**Rendimiento: 1 porción**<br>**Energía: 97 kcal**<br>Peso por porción: **82 g** | Banana<br>Miel | 110 g<br>12 ml | 70 g<br>12 ml | Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con miel. Servir. |
| **Menú 17** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Fruta cítrica**<br>**Rendimiento:**1 porción<br>**Energía : 61kcal** | Mandarina | 160g | 115g | Lavar y pelar antes de consumir. |
| **Menú 18** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Fruta de estación**<br>**Rendimiento:**1 porción | Banana | 110g | 70g | Lavar y pelar antes de consumir. |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

**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 16

**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 19** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Candial**<br>**Rendimiento:**1 porción<br>**Energía : 110kcal** | Leche fluida<br>azúcar<br>fécula de maíz<br>anís | 120g<br>10g<br>5g<br>0,2g | 120ml<br>10g<br>5g<br>0,2g | Disolver la fécula de maíz en la mitad de la leche fría.<br>En una olla calentar a fuego moderado el resto de la leche con el azúcar y luego agregar la preparación anterior.<br>Revolver constantemente hasta que la preparación espese.<br>Por último agregar el anís estrujado. |
| **Menú 20** | **Ingredientes** | **Peso Bruto** | **Peso Neto** | **Preparación** |
| **Fruta cítrica**<br>**Rendimiento:**1 porción<br>**Energía : 62 kcal** | Naranja | 180g | 130g | Lavar, pelar antes de consumir. |

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof. 2170

## 8. Calculo de insumos para el almuerzo escolar

| | | Semana 1 | Semana 2 | Semana 3 | Semana 4 | TOTAL EN EL MES | Total del Proyecto |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | TOTAL l/kg | TOTAL l/kg | TOTAL l/kg | TOTAL l/kg | | |
| Insumo | Unidad de medida | Peso Bruto | Peso Bruto | Peso Bruto | Peso Bruto | | |
| Aceite | l | 40 | 40 | 40 | 40 | 160 | 960 |
| Ajo | kg | 2,5 | 2,5 | 2,5 | 2,5 | 10 | 60 |
| fécula de maíz | kg | 0 | 5 | 0 | 5 | 10 | 60 |
| Arroz | kg | 25 | 105 | 40 | 0 | 150 | 900 |
| Arveja en granos | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Azúcar | kg | 10 | 5 | 0 | 5 | 20 | 120 |
| Banana | kg | 160 | 220 | 270 | 220 | 870 | 5220 |
| Batata | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Berro | kg | 30 | 30 | 30 | 30 | 120 | 720 |
| Carne vacuna magra * | kg | 140 | 140 | 140 | 60 | 480 | 2880 |
| Carne vacuna magra molida ** | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Cebolla de cabeza | kg | 100 | 105 | 85 | 105 | 395 | 592,5 |
| Cebollita de hoja | kg | 5 | 5 | 10 | 10 | 30 | 45 |
| Crema de leche | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Dulce de batata | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Dulce de mamón | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2370 |
| Fideo | kg | 45 | 20 | 40 | 55 | 155 | 930 |
| Harina de maíz | kg | 40 | 20 | 40 | 0 | 100 | 600 |
| Huevo | kg | 0 | 0 | 0 | 50 | 50 | 300 |
| Harina de trigo | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Laurel | kg | 0,6 | 0,8 | 0,8 | 0,6 | 2,8 | 16,8 |
| Leche entera | l | 120 | 120 | 0 | 120 | 360 | 2160 |
| Lechuga | kg | 30 | 30 | 30 | 30 | 120 | 720 |
| Lentejas | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

**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 17

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

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Locote | kg | 50 | 50 | 50 | 50 | 200 | 1200 |
| Locro | kg | 0 | 0 | 40 | 0 | 40 | 360 |
| Mandarina | kg | 160 | 160 | 160 | 160 | 640 | 3840 |
| Mandioca | kg | 200 | 0 | 0 | 200 | 400 | 2400 |
| Maní | kg | 0 | 0 | 20 | 0 | 20 | 120 |
| Manzana | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Melón | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Miel de abeja | l | 0 | 0 | 15 | 12 | 27 | 162 |
| Miel de caña o negra | l | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Naranja | kg | 230 | 180 | 230 | 180 | 820 | 4920 |
| Orégano | kg | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 2 | 12 |
| Papa | kg | 200 | 0 | 0 | 200 | 400 | 2400 |
| Pechuga de pollo | kg | 120 | 140 | 140 | 60 | 460 | 2720 |
| Pera | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Perejil | kg | 0 | 0 | 5 | 0 | 5 | 30 |
| Pepino | kg | 20 | 20 | 0 | 20 | 60 | 3600 |
| Pescado sin hueso ni piel | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Piña | kg | 60 | 0 | 60 | 0 | 420 | 2520 |
| Pomelo | kg | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Poroto | kg | 30 | 20 | 20 | 30 | 100 | 600 |
| Queso | kg | 10 | 25 | 25 | 50 | 110 | 660 |
| Repollo | kg | 30 | 60 | 0 | 30 | 120 | 720 |
| Remolacha | kg | 60 | 30 | 80 | 60 | 230 | 1380 |
| Sal yodada | kg | 5 | 5 | 5 | 5 | 20 | 120 |
| Tomate | kg | 310 | 300 | 340 | 290 | 1240 | 7440 |
| Zanahoria | kg | 100 | 115 | 130 | 120 | 465 | 2790 |
| Zapallo/calabaza | kg | 120 | 120 | 120 | 120 | 480 | 2880 |
| Zapallo/calabaza | kg | 120 | 120 | 120 | 120 | 480 | 2880 |

**anexar al proyecto la planilla de Excel correspondiente al cálculo de insumo*

Lic. Alba Cabrera
Reg. Prof. 2170

## 9. Control de calidad y participación social

| | Descripción |
|---|---|
| **9.1. Plan de Monitoreo** | La municipalidad de Yaguarón cuenta con una nutricionista encargada de monitorear la calidad y cantidad de los insumos en el momento en el que en el que los proveedores realizan su entrega. Asegurando que estos sean de primera calidad y de esa manera brindar una alimentación inocua de los escolares beneficiados por el programa. Además realiza control y cumplimiento del menú cíclico, y así también verificación de las indumentarias del personal de servicios. |
| **9.2. Plan de capacitaciones** | El Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN), realiza capacitaciones a pedido del municipio 1 vez al año a cocineras y ayudantes de cocina.<br>Además las nutricionistas tanto de la empresa adjudicada como del municipio tendrán a su cargo capacitar al personal encargado de manipular y elaborar los alimentos. Se les capacitará sobre buenas prácticas de manufactura, control, higiene e inocuidad de los alimentos, métodos de cocción, cómo evitar la contaminación cruzada, la importancia de los nutrientes que tiene cada menú y la ración que le corresponde a cada niño, la importancia del consumo del almuerzo para el niño, para que, los encargados de elaborar los alimentos, puedan transmitir a los niños sus conocimientos e incentivar a los niños a consumir todo lo que se les brinda. |

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

| | |
|---|---|
| **9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad** | Se utilizarán los medios de comunicación como redes sociales, radios locales y prensa escrita o televisiva para promocionar y hacer difusión sobre el almuerzo escolar. Es imprescindible dar a conocer los beneficios que aportan a la comunidad el servicio de Almuerzo Escolar. En tanto la nutricionista ofrece charlas educativas a los alumnos, profesores, directores y padres de familia de las instituciones, sobre todo los beneficios que conlleva el programa del almuerzo escolar. |

## 10. Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

La modalidad empleada es ALIMENTOS PREPARADOS EN LAS ESCUELAS, (COCINANDO EN LAS ESCUELAS).

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

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

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

**4. PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN.**
El horario de pre elaboración es a partir de las 07.00hs a 10,30 hs. Se cuentan con los utensilios necesarios para la elaboración eficaz de los menús, en este proceso se tienen en cuenta los protocolos de elaboración de cada plato.
Para dicha elaboración se cuentan con cocineras con previa capacitaciones y auxiliar de cocina de acuerdo a la cantidad de alumnos en la institución.
La contratada es responsable de elaborar los alimentos conforme al menú 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.

**5. DISTRIBUCIÓN.**
Se realizara en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11.00hs a 12.00hs y turno tarde 12.00hs a 13.00hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento .Se utilizaran utensilios no tóxicos, platos de plásticos, cucharas o un pote plástico para la ensalada. 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 Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP Y BS)
La elaboración del almuerzo escolar será realizada en la institución Educativa, mediante el acondicionamiento de una cocina escolar, garántizando la calidad del producto final en cuanto a higiene, salubridad y calidad del almuerzo escolar.

**PROCEDIMIENTOS PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO.**

- 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)

Lic. Alba Galeano
Reg Prof: 2170

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

- Preparar el menú correspondiente a cada día según 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 escolar a los estudiantes, utilizando utensilios como platos y cubiertos. (cuchara)
- Retirar todos los utensilios y enseres para su correspondienteli9mpieza, luego de finalizado el servicio.
- Las personas responsables de elaborar los alimentos de las escuelas deberán cumplir con totas las normas de práctica de higiene y salubridad.
- En caso de asueto, feriado o cualquier otro motivo conocido y probado en virtud del cual las clases estén suspendidas, el proveedor no estará obligado a proveer los alimentos ni la institución a recibirlo. La comunicación en dicho caso estará a cargo del director de cada institución educativa.
- El periodo de vigencia del contrato será desde el primer día hábil siguiente a la firma del contrato, hasta la entrega total de raciones.
- El proveedor de un equipo de funcionarios técnicos, por lo menos un profesional nutricionista para el acompañamiento en todas las instituciones educativas, para entrenamiento de como utilizar los productos de la mejor forma y brindar capacitación al personal en cuanto a higiene y preparación de alimentos.
- El oferente elaborara un informe sobre la cantidad de platos entregados por día en cada institución, dicho informe deberá estar firmado por el dire3ctor de la escuela.
- Para el cobro del servicio prestado el proveedor deberá presentar en la municipalidad un informe detallado de la entrega y la factura correspondiente.
- La fiscalización básica del servicio estará a cargo del director de cada escuela, debiendo estos informar a la municipalidad sobre cualquier incumplimiento en que incurra el proveedor.
- La municipalidad se reserva el derecho de realizar los controles de salubridad que crea necesario.
- La empresa proveedora deberá disponer de los siguientes recursos humanos para la ejecución del contrato:
  1 cocinera (demanda 1 cocinero por cada 100 estudiantes)
  1 auxiliar de cocina (demanda 1 auxiliar por cada 100 estudiantes)
  1 (un) Personal para la limpieza de utensilios y del espacio. (Demanda: 1 por institución educativa)

Firma del Gobernador o Intendente
Aclaración
Sello de la institución

MUNICIPALIDAD DE YAGUARON · INTENDENCIA ·

D. LUIS G. RODRIGUEZ LUGO
INTENDENTE MUNICIPAL

Lic. Alba Galeano
Reg. Prof: 2170

Firma del/la Nutricionista
Aclaración

**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.

Anexo 20.