Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA ARANDUPY
MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

TETÃ REKUÁI
GOBIERNO NACIONAL
Jajapo ñande rapetã ko aga guive
Construyendo el futuro hoy

Asunción, 9 de Mayo del 2016

Nota N°270/2016
Sr. Miguel María Olmedo Leite, Intendente.
Municipalidad de Santa Elena – Dpto. de Cordillera

El Ministerio de Educación y Cultura, a través de la Dirección de Alimentación Escolar dependiente de la Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa se dirige a Usted, con relación al Proyecto de Almuerzo Escolar presentado en fecha 06 de mayo del año en curso, **Expediente N° 977**, con el fin de comunicar que, esta dependencia ministerial ha realizado la Evaluación técnica del Proyecto de Almuerzo Escolar y por consiguiente **ha resuelto AUTORIZAR la implementación** del mismo, ya que reúnen todos los requisitos para su aprobación y, se encuentra en concordancia con las normativas vigentes. **Se adjunta a esta presente Nota el Formulario N° 1 "Proyecto de Aprobación de Almuerzo Escolar"** con 14 fojas.

A continuación se detalla un resumen de lo autorizado:

- **Modalidad**: Elaborado en la institución educativa
- **Cantidad de escuelas beneficiadas**:5 (cinco)
- **Cantidad de matriculados beneficiados**: 306 alumnos/as
- **Tiempo de provisión**: 90 días hábiles, del año lectivo 2016

El MEC deslinda responsabilidades sobre la ejecución fuera del Proyecto aprobado y remitirá al órgano de control correspondiente en el caso de encontrar variaciones en el cumplimiento de este Proyecto.

Se exhorta agotar los medios y las gestiones administrativas, a fin de cubrir todos los días del calendario escolar, con la Alimentación Escolar, para dar cumplimiento al objetivo de esta Política Pública.

Sin otro motivo particular, nos despedimos atentamente y hacemos propicia la ocasión para desearle éxitos en sus funciones.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Lic. Milena Fernández, Directora
Dirección de Alimentación Escolar
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa

Mg. Juan Carlos Manevy Semidei, Director General
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
Ministerio de Educación y Cultura

Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
Direción de Alimentación Escolar
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
www.mec.gov.py
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentaciónescolar.py@gmail.com
Asunción - Paraguay
MEC Digital @MECpy

Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA ARANDUPY MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL

ANEXO 3 - A

Formulario Nº 01: PROYECTO PARA LA APROBACION DE ALMUERZO ESCOLAR DE GOBERNACIONES Y MUNICIPIOS

1. IDENTIFICACION DE LA GOBERNACION O MUNICIPIO

Departamento/Distrito: Cordillera/Santa Elena

Dirección del local de la Municipalidad Cptan. Ramón Martino y Defensores del Chaco **Tel:** 021 3385763

Gobernación/Municipalidad: Municipalidad de Santa Elena

Nombre del Gobernador/ Intendente: Intendente Miguel María Olmedo Leite

Tel:

Celular: 0984 406 761

Correo Electrónico: garciafernando_72@hotmail.com

Responsable de la Alimentación Escolar: José Rolando Aguilera

Tel:

Celular: 0983 464 191

Correo Electrónico:

Responsable Nutricionista: Andrea Romina González Regúnega
Nº de Registro Profesional: 2.523

Tel:

Celular: 0981 – 504 318

Correo Electrónico: andre.regunega@gmail.com

Cantidad de Instituciones Beneficiadas: 5

Tiempo de provisión del Almuerzo Escolar (en días): Mínimo 90 Días a cada Institución Educativa

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
Dirección de Alimentación Escolar
Dpto. Gestión de Programas de Alimentación Escolar
Expediente Nº: 273
Recibido por: Deus Gomenez
Fecha: 06-05-2016 Hora: 09:57

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Expediente Nº: 977
Recibido por: Lilian Irala
Fecha: 06/05/16 Hora: 09:10

Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA ARANDUPY
MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

TETÃ REKUAI
GOBIERNO NACIONAL

2. ALMUERZO ESCOLAR

2.1. Instituciones Beneficiadas

Codigo de la Institución	Nombre de la Institución Educativa	Cantidad de Beneficiarios	Dirección y N° de Teléfono	Nombre del Director/a	Fuente de Financiación	Cantidad de Meses a ser Beneficiados
12228	Escuela Bas. N° 1087 Parroq. Subv. Santa Elena	64	Carlos A. López y Antequera. Tel: 0991 593656	María Estela Jara de Aguilera	10	90 días
12225	Escuela Bas. N° 454 Manuel Dominguez	55	Compañía PasoTranquera Tel: 0982 712080	Florentina Iriarte de Ortega	10	90 días
12223	Escuela Bas. N° 48 Dr. Victor Boettner	123	Tte. Martínez y Celsa Speratti Tel: 0982 352641	Arnildo Fermin Martínez M	10	90 dias
22051	Escuela Bas. N° 5987 Julián Riquelme	33	A 200 mts del arroyo Yhaguy Tel: 0983 118234	Heriberto Matías Miranda Páez	10	90 días
12304	Escuela Bas. N° 6726 Divino Niño Jesús	31	Cia. Ykua Pora Tel: 0985 585651	Francisco Javier Martínez Rios	10	90 dias

2.2. Especificaciones Técnicas

Aspecto nutricional	
Aporte de Kcal por día (consignar la cantidad de Kcal del menú proveído por día)	De 400 a 500 kcal.
Composición del menú	
Horario de preparación del menú	De 07.00 a 10.30 hs
Horario de distribución	TM: 11:00 A 12:00hs. TT: 12:00 A 13:00 Hs
Constitución del menú (consignar si se compone de plato principal, acompañamiento o ensaladas y postre)	Consta de plato principal, ensaladas y postres. Alimentos frescos.
Completar el menú cíclico, según el ejemplo del Anexo a	Anexo A
Completar el recetario del menú, según el ejemplo del Anexo b	Anexo B
Modalidad del almuerzo escolar (consignar si es por catering o elaborado en la institución educativa).	**Elaborado en la institución Educativa**

2.3. Control De Calidad

Describir el sistema de calidad a ser implementado (controles, fiscalizaciones, monitoreos), según corresponda.	**A través del organismo de la municipalidad y un informe de un profesional en nutrición.**

1.17.1 Composición del Menú.

El menú estará compuesto por un plato principal, más acompañamiento, más postre.

Semana 1					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Vori – vori de carne	Estofado de pollo con papa	Caldo de Poroto manteca con fideo	Picadito de pollo con puré de papa	Tallarín de carne
Guarnición	Ensalada de Lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de tomate, zanahoria y pepino	Ensalada de Lechuga, tomate y cebolla	Ensalada de tomate, zanahoria y pepino	Ensalada de Repollo, tomate y pepino
Postre	Fruta de estación (Piña)	Fruta de estación (Manzana)	Fruta cítrica (Naranja)	Fruta de estación (Pera)	Fruta de estación (Manzana)
KCAL	481 kcal	418 kcal	460 kcal	415 kcal	466 kcal

Semana 2					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Vori – vori de pollo	Lenteja con arroz	Guiso de mandioca con carne	Picadito de pollo con fideo	Guiso de arroz con carne
Guarnición	Ensalada de lechuga, tomate y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de Repollo, tomate y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria	Ensalada de repollo, tomate y pepino
Postre	Fruta de estación (Manzana)	Fruta de cítrica (Naranja)	Fruta de estación (Pera)	Fruta de estación (Piña)	Fruta de estación (manzana)
KCAL	489 kcal	489 kcal	451 kcal	421 kcal	430 kcal

Semana 3					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Caldo de pollo con verdura	Albóndigas de carne con arroz	Estofado de carne con papas	Caldo de poroto con arroz	Polenta con salsa de pollo
Guarnición	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y pepino	Ensalada de tomate. Pepino y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y pepino	Ensalada de tomate, pepino y zanahoria
Postre	Fruta de estación (Piña)	Fruta de estación (manzana)	Fruta de estación (Pera)	Fruta cítrica (Naranja)	Fruta de estación (Mandarina)
KCAL	400 kcal	457 kcal	415 kcal	452 kcal	435 kcal

Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA ARANDUPY MOTENONDEIHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL

Semana 4					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal	Soyo	Revuelto de mandioca	Guiso de arroz con poroto	Polenta con salsa con carne	Puré de papa con salsa con pollo
Guarnición	Ensalada de repollo, tomate y pepino	Ensalada de lechuga, tomate y cebolla	Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate	Ensalada de tomate, pepino y zanahoria	Ensalada de lechuga, tomate y pepino
Postre	Fruta de estación (Piña)	Fruta de estación (Manzana)	Fruta cítrica (Naranja)	Fruta de estaciones (Mandarina)	Fruta de estación (Pera)
KCAL	400 kcal	500 kcal	489 kcal	435 kcal	410 kcal

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

Recetario del menú

Semana 1

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Preparación
Menú 1 (481 kcal)	PLATO PRINCIPAL	Carne vacuna magra Zapallo harina de maíz tomate zanahoria cebolla locote aceite queso Paraguay sal yodada orégano diente de ajo laurel Agua potable	80 g 60 g 50 g 25 g 40 g 25 g 20 g 5 ml 10 g 0,5 g 2 g ¼ 0,2 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que queden blandos. Luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel y continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de vori al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano.
	GUARNICIÓN	Lechuga Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	50 gr 50 gr 30 gr 0.5 gr 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
	POSTRE	Piña	200 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 2 (418 kcal)	PLATO PRINCIPAL	papa pechuga de pollo tomate cebolla zanahoria locote aceite cebollita de hoja sal yodada diente de ajo Agua potable	200 g 80 g 60 g 20 g 30 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g ¼ c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pollo, luego agregar cebolla, tomate, zanahoria, locote, papa, ajo, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Agregar agua hervida y cocinar hasta obtener la salsa deseada. Apagar el fuego y agregar cebollita de hoja, perejil o cilantro picado.
	GUARNICIÓN	Tomate Zanahoria Pepino Sal yodada Aceite	50 gr 50 gr 30 gr 0.5 gr 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 3 (450 kcal)	PLATO PRINCIPAL	zapallo poroto seco tomate zanahoria cebolla fideo queso Paraguay locote	60 g 45 g 25 g 20 g 20 g 20 g 15 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con aceite y sal yodada. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua potable, una vez blandos agregar el zapallo.

		aceite	10 g	Luego el fideo, una vez totalmente cocido, retirar del fuego y agregar queso Paraguay.
		sal yodada	5 ml	
		diente de ajo	0,5 g	
		Agua potable	¼	
			c/n	***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
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar 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.
		Tomate	50 gr	
		Cebolla	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Naranja	180 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 4 (400 kcal)	PLATO PRINCIPAL	tomate	60 g	**Picado de pollo** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar el pollo en el aceite con el ajo, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada. Cocinar hasta que estén blandas. Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. **Puré** Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente
		pechuga de pollo	80 g	
		zanahoria	40 g	
		cebolla	15 g	
		locote	10 g	
		perejil o cilantro	5 g	
		aceite	3 ml	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable c/n	c/n	
		Puré	Puré	
		papa	200 g	
		leche fluida	50 ml	
		margarina	6 g	
		de sal yodada	0,5 g	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Tomate	50 gr	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.
		Zanahoria	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Pera	120 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 5 (466 kcal)	PLATO PRINCIPAL	**Salsa**		**Salsa** Cortar la carne en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellarla carne en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **Fideo** Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por 8 minutos hasta que este al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la
		Carne magra tomate	80 g	
		cebolla	60 g	
		locote	15 g	
		aceite	10 g	
		sal yodada	5 ml	
		laurel	0,5 g	
		diente de ajo	0,2 g	
		Agua potable	¼	
		Fideo	c/n	
		fideo	**Fideo**	
		sal yodada	50 g	
		Agua potable	0,5 g	
			c/n	

				salsa. Servir. *Observación*: Si el fideo se cocina en abundante agua (1 litro de agua por cada 100 g de fideo) no es necesario agregar aceite al agua de cocción.
	GUARNICIÓN	Repollo Tomate Pepino Aceite sal yodada	50 gr 50 gr 30 gr 3 ml 0.5 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir

Semana 2

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Preparación
Menú 1 (489 kcal)	PLATO PRINCIPAL	pechuga de pollo zapallo harina de maíz tomate zanahoria cebolla locote aceite queso Paraguay sal yodada orégano diente de ajo laurel Agua potable c	80 g 60 g 50 g 25 g 25 g 20 g 10 g 5 ml 10 g 0,5 g 2 g ¼ 1 g c/n	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. 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. Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos. Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa. Agregar las bolitas de vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar el fuego y agregar orégano.
	GUARNICIÓN	Lechuga Tomate Pepino Aceite Sal yodada	50 gr 50 gr 30 gr 3 ml 0.5 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 2 (489 kcal)	PLATO PRINCIPAL	tomate poroto arroz cebolla queso Paraguay locote aceite cebollita de hoja sal yodada diente de ajo Agua potable	70 g 30 g 30 g 15 g 15 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g ¼ c/n	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos. Por último, agregar la cebollita de hoja. *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 3 (451 kcal)	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	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.
		Tomate	50 gr	
		Zanahoria	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Naranja	180 gr	Lavar y pelar antes de consumir
	PLATO PRINCIPAL	mandioca	200 g	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando. **Guiso de mandioca:** Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne en el aceite y ajo. Agregar cebolla, tomate, locote, laurel, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la **mandioca previamente cocinada** y picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente. Agregar agua si es necesario.
		carne vacuna magra	80 g	
		tomate	60 g	
		cebolla	15 g	
		locote	10 g	
		aceite	5 ml	
		de sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼ diente de ajo	
		Agua potable c	c/n	
Menú 4 (421 kcal)	GUARNICIÓN	Repollo	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Pera	120 gr	Lavar y pelar antes de consumir
	PLATO PRINCIPAL	tomate	60 g	**Picadito** Limpiar el pollo, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar el pollo en aceite con ajo y sal yodada. Una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandos, por último agregar el tomate y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. **Fideo** Cocinar el fideo en agua potable hirviendo junto con la sal yodada, de 8 a 10 minutos. Escurrir el agua de cocción, agregar aceite y perejil o cilantro picado. *Observación:* Si el fideo se cocina en abundante agua (1 litro de agua por cada 100 g de fideo) no es necesario poner aceite al agua de cocción.
		pechuga de pollo	50 g	
		cebolla	15 g	
		locote	10 g	
		zanahoria	20 g	
		aceite	5 ml	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼ diente de ajo	
		Agua potable	c/n	
		Fideo	**Fideo**	
		fideo	50 g	
		sal yodada	0,5 g	
		perejil/cilantro	5 g	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales.
		Tomate	50 gr	
		Zanahoria	30 gr	

		Aceite	3 ml	Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Piña	200 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 5 (430 kcal)	PLATO PRINCIPAL	carne vacuna magra	80 g	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el arroz, revolver un poco y luego agregar el agua. Cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente).
		tomate	70 g	
		arroz	45 g	
		cebolla	15 g	
		locote	10 g	
		aceite	5 ml	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		¼ diente de ajo	¼ diente de ajo	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Repollo	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Sal yodada	0.5 gr	
		Aceite	3 ml	
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir

Semana 3

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Preparación
Menú 1 (400 kcal)	PLATO PRINCIPAL	pechuga de pollo	80 g	**Caldo de pollo** Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Una vez sellado agregar cebolla, tomate, locote, laurel, zanahoria, zapallo, sal yodada y cocinar hasta que estén tiernas. Agregar agua potable caliente. Por último, agregar el arroz y cocinar hasta que esté listo.
		zapallo	60 g	
		zanahoria	30 g	
		tomate	25 g	
		arroz	30 g	
		cebolla	15 g	
		locote	10 g	
		aceite	5 ml	
		cebollita de hoja	5 g	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Repollo	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Piña	200 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 2 (457 kcal)	PLATO PRINCIPAL	carne molida	80 g	Mezclar la carne molida con harina de maíz, ajo, y la mitad de sal. Formar las esferas. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear los vegetales en aceite y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar las esferas de carne, luego el agua potable caliente, arroz, el resto de sal yodada y laurel. Una vez listo apagar el fuego y agregar orégano.
		tomate	60 g	
		zapallo	60 g	
		harina de maíz	30 g	
		arroz	20 g	
		cebolla	10 g	
		locote	10 g	
		aceite	5 ml	
		orégano	2 g	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	

		Sal yodada	0.5 gr	
		Aceite	3 ml	
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 3 (415 kcal)	PLATO PRINCIPAL	papa	200 g	Limpiar la carne y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar la carne, luego agregar cebolla, tomate, zanahoria, locote, papa, ajo, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Agregar agua hervida y cocinar hasta obtener la salsa deseada. Apagar el fuego y agregar cebollita de hoja, perejil o cilantro picado.
		carne magra	80 g	
		tomate	60 g	
		cebolla	20 g	
		zanahoria	30 g	
		locote	10 g	
		aceite	5 ml	
		cebollita de hoja	5 g	
		sal yodada	0,5 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Tomate	50 gr	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.
		Pepino	50 gr	
		Zanahoria	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Pera	120 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 4 (452 kcal)	PLATO PRINCIPAL	zapallo	60 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida. Una vez blandos agregar el zapallo. Luego agregar arroz hasta que esté cocido. Retirar del fuego y agregar el queso Paraguay junto con la sal yodada. *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.
		poroto seco	45 g	
		tomate	25 g	
		zanahoria	20 g	
		cebolla	20 g	
		arroz	20 g	
		locote	10 g	
		queso Paraguay	15 g	
		aceite	5 g	
		sal yodada	0,5 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Naranja	180 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 5 (435 kcal)	PLATO PRINCIPAL	**Salsa de pollo**	**Salsa de pollo**	**Salsa de pollo** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar el pollo en el aceite con el ajo y sal yodada, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandos, por último agregar tomate, posteriormente agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. **Polenta** Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierva,
		pechuga de pollo	50 g	
		tomate	50 g	
		zanahoria	40 g	
		cebolla	10 g	
		locote	10 g	
		aceite	3 ml	
		sal yodada	0,5 g	
		laurel	0,2 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
		Polenta	**Polenta**	
		agua potable	100 ml	
		harina de maíz	50 g	
		leche fluida	30 ml	
		cebolla	15 g	
		queso Paraguay	10 g	
		aceite	2 ml	
		sal yodada	0,5 g	

				incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche.
	GUARNICIÓN	Tomate	50 gr	Lavar y rallar la zanahoria.
		Pepino	50 gr	Lavar y cortar los demás vegetales.
		Zanahoria	30 gr	Colocar los vegetales en un
		Aceite	3 ml	recipiente y mezclar con sal yodada
		Sal yodada	0.5 gr	y aceite. Servir.
	POSTRE	Mandarina	150 gr	Lavar y pelar antes de consumir

Semana 4

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	
Menú 1 (400 kcal)	PLATO PRINCIPAL	carne molida	80 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, zanahoria, zapallo, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Luego agregar carne molida y sal yodada; revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego y agregar orégano.
		zapallo	60 g	
		tomate	40 g	
		zanahoria	30 g	
		cebolla	20 g	
		arroz	30 g	
		locote	10 g	
		queso Paraguay	20 g	
		aceite	5 ml	
		orégano	2 g	
		sal yodada	0,5	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Repollo	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
		Tomate	50 gr	
		Pepino	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Piña	200 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 2 (500 kcal)	PLATO PRINCIPAL	mandioca	200 g	**Mandioca** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando. **Revuelto** Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada en trozos pequeños. Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule).
		cebolla	20 g	
		queso Paraguay	10 g	
		locote	10 g	
		huevo	1 huevo	
		aceite	5 ml	
		cebollita de hoja	5 g	
		sal yodada	0,5 g	
		diente de ajo	¼	
		Agua potable	c/n	
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar 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.
		Tomate	50 gr	
		Cebolla	30 gr	
		Aceite	3 ml	
		Sal yodada	0.5 gr	
	POSTRE	Manzana	140 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 3 (489 kcal)	PLATO PRINCIPAL	tomate	70 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar
		poroto	30 g	
		arroz	30 g	
		cebolla	15 g	
		queso	15 g	
		locote	10 g	

		aceite	5 ml	hasta que estén blandos. Por último,
		cebollita de hoja	5 g	agregar la cebollita de hoja.
		sal yodada	0,5 g	***Observación :*** Si la legumbre utilizada
		diente de ajo	¼	es seca (excepción lenteja) deberá
		Agua potable	c/n	ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente.
	GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y rallar la zanahoria.
		Zanahoria	50 gr	Lavar y cortar los demás vegetales.
		Tomate	30 gr	Colocar los vegetales en un
		Aceite	3 ml	recipiente y mezclar con sal yodada y
		Sal yodada	0.5 gr	aceite. Servir.
	POSTRE	Naranja	180 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 4 (435 kcal)	PLATO PRINCIPAL	**Salsa de pollo**	**Salsa de pollo**	**Salsa de pollo**
		pechuga de pollo	50 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.
		tomate	50 g	Lavar, pelar y cortar los vegetales en
		zanahoria	40 g	trozos pequeños. Sellar el pollo en el
		cebolla	10 g	aceite con el ajo y sal yodada, una
		locote	10 g	vez sellado agregar los vegetales sin
		aceite	3 ml	el tomate. Cocinar hasta que estén
		sal yodada	0,5 g	blandos, por último agregar tomate,
		laurel	0,2 g	posteriormente agua caliente hasta
		diente de ajo	¼	cubrir los ingredientes.
		Agua potable	c/n	Dejar cocinar hasta que se haga salsa
		Polenta	**Polenta**	y cambie de color (rojo).
		agua potable	100	Aproximadamente 20 a 30 minutos a
		harina de maíz	50 g	fuego fuerte cuidando que no se
		leche fluida	30 ml	quede sin líquido. Agregar agua si es
		cebolla	15 g	necesario.
		queso Paraguay	10 g	**Polenta**
		aceite	2 ml	Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear
		sal yodada	0,5 g	la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche.
	GUARNICIÓN	Tomate	50 gr	Lavar y rallar la zanahoria.
		Pepino	50 gr	Lavar y cortar los demás vegetales.
		Zanahoria	30 gr	Colocar los vegetales en un
		Aceite	3 ml	recipiente y mezclar con sal yodada y
		Sal yodada	0.5 gr	aceite. Servir.
	POSTRE	Mandarina	150 gr	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 5 (410 kcal)	PLATO PRINCIPAL	**Picadito de pollo**	**Picadito de pollo**	**Picado de pollo**
		tomate	60 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales.
		pechuga de pollo	80 g	Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar el pollo en el
		zanahoria	40 g	aceite con el ajo, una vez sellado
		cebolla	20 g	agregar los vegetales sin el tomate y
		locote	10 g	la sal yodada. Cocinar hasta que
		perejil o cilantro	5 g	estén blandas. Luego agregar tomate,
		aceite	5 ml	sal yodada y agua caliente hasta
		sal yodada	0,5 g	cubrir los ingredientes. Dejar cocinar
		laurel	0,2 g	hasta que el tomate se haga salsa y
		diente de ajo	¼	cambie de color (rojo) por
		Agua potable	c/n	aproximadamente 20 a 30 minutos a
		Puré	**Puré**	fuego fuerte cuidando que no se
		papa	200 g	quede sin líquido. Agregar agua si es
		leche fluida	50 ml	necesario.
		margarina	6 g	**Puré**
		sal yodada	0,5 g	Lavar, pelar y cortar las papas.
		Agua potable	c/n	Colocarlas un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se

			ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente.
GUARNICIÓN	Lechuga	50 gr	Lavar y cortar los vegetales. Colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
	Tomate	50 gr	
	Pepino	30 gr	
	Aceite	3 ml	
	Sal yodada	0.5gr	
POSTRE	Pera	120 gr	Lavar y pelar antes de consumir

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

3. Descripción de la modalidad empleada

Anexo c

La elaboración de los almuerzos escolares es realizada en la Institución Educativa, mediante el acondicionamiento de una cocina escolar, garantizando la calidad del producto final en cuanto a higiene y salubridad.

Es importante resaltar que para certificar la calidad del almuerzo escolar se realizaron capacitaciones al personal encargado de la manipulación del alimento, como así también la adquisición de equipos, electrodomésticos y utensilios de cocina (freezers, heladeras, estantes, cocinas industriales, licuadoras, hervidoras eléctricas, ollas, bandejas, cubiertos, Olla de presión, Sartén, Pava, Cucharones, Tablas para cortar, Pelador, Salero, Balanza, Bandejas, Delantal y gorro etc), todo esto llevado a cabo según exigencias y criterios del Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP y BS).

Retiro y limpieza de los utensilios: se debe retirar los utensilios utilizados para el almuerzo (platos, cubiertos, bandejas, recipientes, etc.) para la posterior limpieza.
Se debe garantizar la realización de toda la entrega y distribución en forma individual a todos los estudiantes de la escuela del almuerzo escolar en el horario desde las 11:00 hs en el turno mañana y desde las 12:00 hs en el turno tarde, en aquellas escuelas de escolaridad simple.

Para finalizar quiero destacar que los almuerzos se elaboran con materia prima natural sin agregado de ningún tipo de aditivos y bajo la supervisión de un nutricionista y tecnólogo de alimentos.

Firma del Responsable del Proyecto: _____ Aclaración: _____

Firma del Nutricionista: _____ Aclaración: _____