MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay
Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214
Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

ADENDA Nro 1

LLAMADO A LICITACIÓN POR CONCURSO DE OFERTA NRO 03/2016 "ALMUERZO ESCOLAR PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS" CON ID NRO 306458.-

En donde dice: **Sección III. Suministros Requeridos**

1. **Especificaciones Técnicas**

2) ASPECTO NUTRICIONAL.
2.1 Requerimientos Nutricionales.

Se entenderán como requisitos nutricionales, los aportes macronutrientes tales como: energía (Kcal totales), P % (Kcal aportadas por proteínas en relación a las Kcal totales), G % (Kcal aportadas por lípidos en relación a las Kcal totales).
Se establece un VCT (Valor calórico Total) por día de 1.800 Kilocalorías para la edad escolar. Se deberá aportar el 25% de la recomendación diaria de calorías que equivale a 450 Kcal.
Se contempla ± 50 Kcal como variable de aceptación.
Los macronutrientes deben distribuirse en una proporción de:
Proteínas: mínimo 10 %
Grasas: máximo 30%

3) MENU.

3.1 Composición del Menú.

Semana 1					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Soyo con verduras	Guiso de lenteja con arroz	Estofado de pollo con papa	Guiso de poroto con arroz	Salsa de pollo con fideo
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Arroz con leche	Fruta cítrica	Fruta	Fruta cítrica	Fruta
KCAL	462	471,7	483,2	487,3	475,2

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay

Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214

Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

Semana 2					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Caldo de poroto con fideo	Caldo de verduras con arroz	Guiso de lenteja con fideo	Guiso de arroz con carne	Picadito de pollo con fideo
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Fruta cítrica	Crema	Fruta cítrica	fruta	Fruta
KCAL	476,6	478,3	499	459,6	475,8

Semana 3					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Picadito de carne con puré de papa	Guiso de arroz con arveja	So´oapu´a con verduras	Guiso de poroto con fideo	Picadito de pollo con arroz blanco
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Fruta	Fruta cítrica	Arroz con leche	Fruta cítrica	Fruta
KCAL	494,8	440,4	494,1	461,7	495,8

Semana 4					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Vorivori con pollo	Salsa de carne con fideo	Caldo de poroto con arroz	Caldo de carne vacuna	Guiso de fideo con poroto

		tallarín			manteca
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Fruta cítrica	Fruta	Fruta cítrica	Crema	Fruta cítrica
KCAL	489,9	481,2	433,8	482,4	490,3

3.2 Composición del Menú propuesto de cumplimiento obligatorio.

- **Estos Alimentos deberán ser elaborados en el día a ser servidas.**
- **La presentación de los alimentos deberá ser acorde a las posibilidades de masticación para la edad de los/as niños/as. La carne y pollo no procesados deberán estar cortados en trozos pequeños.**
- **Todos los ingredientes del menú destinado para las escuelas especiales, como la carne vacuna, la de pollo deberán presentarse en trozos muy pequeños, al igual que todas las verduras.**

1. **Nombre del plato:** Soyo con verduras – ensalada de hortalizas – arroz con leche Calorías aprox. por plato por una persona): 462 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Carnaza de 1era	50	g	5 cda
Fideo spaghetti	20gr		½ puño
Cebolla	39	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Aceite	5	g	1 cda
Lechuga	50	g	1 plato chico
Limón	2	gotas	
Sal fina yodada	0,5	g	

Tomate	25	g	1/4 chico
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Arroz	25	g	2 cdas prox
leche entera	100	ml	1/2 taza
azúcar	10	g	1 cda
canela	5	g	

Preparación del plato:

1- Lavar todas las verduras correctamente.
2- Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar aguar y dejar cocinar.
3- Por ultimo agregar la carne molida, y el fideo. Revolver, dajar que se ablande el fideo y luego retirar del fuego.
4- Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda. por persona) y limón.
5- Postre: hervir el arroz en agua y luego que se ablande retirar un poco del agua y agregar la leche, junto con el azúcar, dejar enfriar.

2. Nombre del plato: Guiso de lenteja con arroz – ensalada de hortalizas – fruta cítrica Calorías aprox. por plato por una persona): 471,7 kcal.
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Cebolla	39	g	1/2 chico
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Zapallo	45	g	1/4 taza
Lenteja	15	g	1 cda
Arroz	30	g	2 cdas
Queso Paraguay	40	g	2 cdas

Tomate	25	g	1/4 chico
Pepino	25	g	1/4 taza té
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Choclo	25	g	1 cda
naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1- Lavar todas las verduras correctamente.
2- Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar aguar, agregar la lenteja y dejar cocinar.
3- Una vez que la lenteja se ablande agregar un poco más de agua y agregar el arroz, dejar cocinar hasta que se ablande.
4- Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5- Postre: Naranja Pelar la fruta por el personal responsable previamente y luego servir a los niños.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse.

Nombre del plato: Estofado de pollo con papa – ensalada de hortalizas – fruta Calorías aprox. por plato por una persona): 456 kcal.

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD MED	MEDIDA CASERA
Pechuga de pollo	90	g	5 cdas
Cebolla	39	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Zanahoria	20	g	1/2 chica
Papa	200	g	1 med
Perejil	5	g	
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	

Tomate	25	g	1/4 chico
Cebollita de hoja	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Perejil	1/2	cda	1 cda
Zanahoria	25	g	1/2 chica
manzana	140	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1- Lavar todas las verduras correctamente.
2- Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar el pollo y dejar cocinar un poco.
3- Luego agregar agua y colocar la papa, dejar cocinar hasta que se ablande.
4- Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5- Postre: Manzana Lavar la fruta entera antes de consumir, y consumirla con la cascara

3. Nombre del plato: Guiso de poroto con arroz – ensalada de hortalizas – fruta cítrica
Calorías aprox. por plato por una persona): 487,3 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD MED	MEDIDA CASERA
Cebolla	39	g	1/2 chico
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Zapallo	45	g	1/4 taza
Poroto San Francisco	45	g	4 cdas.
Arroz	30	g	2 cdas.

Queso Paraguay	20	g	1 cda.
lechuga	50	g	1 plato chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Zanahoria	25		1/2 chica
Cebollita de hoja	1/2		1 cda.
Naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1- Lavar todas las verduras correctamente.
2- Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar el poroto, dejar que hierva hasta que se ablande.
3- Luego agregar un poco más de agua y agregar el arroz, dejar cocinar hasta que se ablande.
4- Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5- Postre: Naranja pelar previamente la naranja por el personal responsable y luego servir al niño.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse

4. **Nombre del plato:** Salsa de pollo con fideo – ensalada de hortalizas – fruta Calorías aprox. por plato por una persona): 475,2 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD MED	MEDIDA CASERA
Pechuga de pollo	90	G	5 cdas
Cebolla	39	G	1/2 chico
Locote	10	G	1/4 chico
Tomate	65	G	1/2 chico
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	

Fideo	50	G	1 puño
Aceite	5	G	1 cda
Banana	50	G	1 pequeña
Tomate	25	G	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Cebollita de hoja	1/2	G	1 cda
Perejil	1/2	G	1 cda
Zanahoria	25	G	1/2 chica

Preparación del plato:

1- Lavar todas las verduras correctamente.
2- Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar el pollo y dejar cocinar.
3- Hervir el fideo en agua y luego servir junto con la salsa.
4- Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5- Postre: banana.

6- **Nombre del plato:** Caldo de poroto con fideo – ensalada de hortalizas - fruta cítrica
Calorías aprox. por plato por una persona): 476,6 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Poroto san francisco	45	g	4 cdas
Fideo fino nido	20	g	2cdas
Queso Paraguay	20	g	1 cda
Cebolla	39	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Zanahoria	20	g	1/2 chica

Leche entera fluida UAT	25	ml	1 cda
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Tomate	25	g	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Pepino	25	g	1/4 taza té
Choclo	25	g	1 cda
Naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar el poroto dejar hervir hasta que se ablande.
3. Por ultimo agregar al fideo y el queso.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: Naranja Pelar la fruta por el personal responsable previamente y luego servir a los niños.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse

7- **Nombre del plato:** Caldo de verduras con arroz – ensalada de hortalizas – crema

Calorías aprox. por plato por una persona): 478,3 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
tomate	65	g	1/2 chico
cebolla	39	g	1/2 chico
locote	10	g	1/4 chico
zapallo	10	g	
arroz	25	g	3 cdas

aceite	5	g	1 cda
sal fina yodada	0,5	g	
Tomate	25	g	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Perejil	1/2	cda	1 cda
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Leche entera	150	ml	1 taza y 1/2
Fécula de Maíz	2	cda	2 cdas
huevo	2	g	1 cda
Vainilla	1	g	
Azúcar	10	g	1 cda

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla, y dejar cocinar.
3. Agregar el arroz por último y dejar hasta que se ablande luego retirar.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Crema: cocinar la leche junto con la fécula de maíz, el huevo, la vainilla, y el azúcar, dejar cocinar hasta que espese.

8- **Nombre del plato:** Guiso de lenteja con fideo – ensalada de hortalizas – fruta cítrica

Calorías aprox. por plato por una persona): 499 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Cebolla	39	G	1/2 chico
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
Locote	10	G	1/4 chico
Tomate	65	G	1/2 chico

Zapallo	40	G	1/4 taza
Lenteja	20	G	1 cda
fideo	40	G	1 taza y ½
Queso Paraguay	20	G	1 cda
Tomate	25	G	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	G	
Limón	2	Gotas	
Lechuga	50	Gr	1 plato chico
Zanahoria	25	G	1/2 chica
Naranja	100	G	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar la lenteja, dejar que hierva hasta que se ablande.
3. Luego agregar un poco más de agua y agregar el fideo, dejar cocinar hasta que se ablande.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: Naranja Pelar la fruta por el personal responsable previamente y luego servir a los niños.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse.

9- **Nombre del plato:** Guiso de arroz con carne – ensalada de hortalizas – fruta

Calorías aprox. por plato por una persona): 459,6 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Cebolla	39	G	1/2 chico
Tomate	65	G	1/2 chico
Locote	10	G	1/4 chico

carnaza de 1er	90	G	1 chico
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
arroz	45	G	3 cdas
Tomate	25	G	1/4 chico
Cebollita de hoja	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
Limón	2	gotas	
pepino	25	gr	1 /4 taza te
Zanahoria	25	G	1/2 chica
Banana	70	G	1 chica

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, luego agregar la carne cortado en trozos.
3. Por ultimo agregar un poco mas de agua, agregar el arroz y dejar cocinar hasta que se ablande.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: banana.

10- **Nombre del plato:** Picadito de pollo con fideo – ensalada de hortalizas – fruta
Calorías aprox. por plato por una persona): 475,8 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Pechuga de pollo	90	G	5 cdas
Tomate	65	G	1/2 chico
Cebolla	39	G	1/2 chico
Locote	10	G	1/4 chico

Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
Fideo	50	G	1 puño
Lechuga	50	G	1 plato chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Tomate	25	G	1/4 chico
Zanahoria	25	G	1/2 chica
Manzana	140	G	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar el pollo y dejar cocinar.
3. Hervir el fideo y servir junto con la salsa.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: manzana lavar la fruta antes de consumir y consumirlo con la cascara.

11- **Nombre del plato:** Picadito de carne con puré de papa – ensalada de hortalizas – fruta

Calorías aprox. por plato (por una persona): 494,8 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
leche entera	25	ml	3 cdasaprox
Papa	210	g	1 mediana
Carnaza de primera	90	g	1 chico aprox
Cebolla	78	g	1 chico aprox

Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	39	g	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Aceite	5	g	1 cda
Lechuga	50	g	1 plato chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Tomate	25	g	1/4 chico
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Banana	50	g	1 chica

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, luego agregar la carne cortada en pequeños trozos y dejar cocinar.
3. Puré de papa: hervir la papa, una vez que se ablande pisar y mezclar con leche.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: Banana.

12- **Nombre del plato:** Guiso de arroz con arveja – ensalada de hortalizas – fruta cítrica

Calorías aprox. por plato por una persona): 440,4 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Queso	20	g	1 cda
Paraguay			
Cebolla	39	g	1/2 chico
Aceite	5	g	1 cda

Sal fina yodada	0,5	g	
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Zapallo	45	g	1/4 taza
Arveja	25	g	1 cda
Arroz	45	g	3 cdas
Queso Paraguay	20	g	1 cda
Tomate	25	g	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Pepino	25	g	1/4 taza té
Choclo	25	g	1 cda
Naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar la arveja, dejar que hierva hasta que se ablande.
3. Luego agregar un poco más de agua y agregar el arroz, dejar cocinar hasta que se ablande.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón
6. Postre: Naranja Pelar la fruta por el personal responsable previamente y luego servir a los niños.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse

13- **Nombre del plato:** So´o apu´a con verduras – ensalada de hortalizas – arroz con leche

Calorías aprox. por plato por una persona): 494,1 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay

Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214

Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Carnaza de primera molida	30	g	3cdas
Harina de maíz	20	g	3 cdas
Huevo	2	g	1 cda
Perejil	5	g	1 cda
Tomate	65	g	1/2 chico
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Locote	10	g	1/4 chico
Tomate	25	g	1/4 chico
Cebollita de hoja	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Perejil	5	G	1 cda
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Arroz	25	g	2 cdasaprox
leche entera	100	ml	1/2 taza
azúcar	10	g	1 cda
canela	5	g	

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar aguar y dejar hervir.
3. Luego preparar el so ‘o apu´a con la carne molida, el huevo, la harina de maíz y el perejil, moldear el forma de pelotas no muy grandes y agregar al caldo.

4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.

5. Postre: Arroz con leche: hervir el arroz en agua y luego que se ablande retirar un poco del agua y agregar la leche, junto con el azúcar, dejar enfriar

14- **Nombre del plato:** Guiso de poroto con fideo – ensalada de hortalizas – fruta cítrica

Calorías aprox. por plato por una persona): 461,7 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Fideo cortadito	50	g	1/2 taza
Poroto san francisco	20	g	2 cdas
Cebolla	39	g	1/2 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
Zapallo	45	g	1/4 taza
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
lechuga	50	g	1 plato chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Cebollita de hoja	5	g	1 cda
Naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.

2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar el poroto, dejar que hierva hasta que se ablande.
3. Luego agregar un poco más de agua y agregar el fideo, dejar cocinar hasta que se ablande.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
7. Postre: Naranja Pelar la fruta por el personal responsable previamente y luego servir a los niños.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse

15- **Nombre del plato:** Picadito de pollo con arroz blanco – ensalada de hortalizas – fruta

Calorías aprox. por plato por una persona): 495,8 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
pechuga de pollo	90	g	5 cdas
Cebolla	39	g	1/2 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
queso py	20	g	1 cda
Arroz	45	g	3 cdas
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Tomate	25	g	1/4 chico
Cebollita de hoja	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Perejil	1/2	cda	1 cda
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Manzana	140	g	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar el pollo y dejar cocinar.
3. Colocar el arroz en agua hirviendo, dejar que se cocine, y luego servir junto al pollo.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: manzana lavar bien la fruta antes de consumir, y consumirlo con la cascara.

16- **Nombre del plato:** Vori vori con pollo – ensalada de hortalizas – fruta cítrica

Calorías aprox. por plato por una persona): 489,9 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CAS
Harina de maiz	25	g	2 cdas y ½
Tomate	65	g	1/2 chico
cebolla	39	g	1/2 chico
locote	10	g	1/4 chico
Pechuga de pollo	50	g	3 cda
zapallo	20	g	1/4 taza
sal fina yodada	0,5	g	
aceite	5	g	1 cda
Lechuga	50	g	1 plato chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Tomate	25	g	1/4 chico
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Naranja	100	g	1 pequeña

Preparación del plato

1. Lavar todas las verduras correctamente

2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y dejar cocinar.
3. Agregar el pollo sin piel y cortados en pequeños trozos, dejar cocinar.
4. Luego preparar el vori con la harina de maíz, moldear en formas de pelotas pequeñas y agregar al caldo.
5. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
6. Postre: Naranja, Pelar previamente por el personal responsable y luego servir al niño.

17- **Nombre del plato:** Salsa de carne con fideo tallarín – ensalada de hortalizas – fruta

Calorías aprox. por plato por una persona): 481,2 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Carnaza de primera	90	G	1 chico
Tomate	65	G	1/2 chico
Cebolla	39	G	1/2 chico
Locote	10	G	1/4 chico
Zanahoria	20	G	1/4 chico
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
fideo tallarín	50	G	1 puño
Tomate	25	G	1/4 chico
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Pepino	25	G	1/4 taza té
Choclo	20	G	1 cda
Banana	50	G	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar la carne y dejar cocinar.

3. Hervir el fideo en agua y luego servir junto con la salsa.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: Banana.

18- **Nombre del plato:** Caldo de poroto con arroz – ensalada de hortalizas – fruta cítrica
Calorías aprox. por plato por una persona): 433,8 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Poroto san francisco	45	G	4 cdas
Arroz	20	G	2 cdas
Queso Paraguay	20	G	2 cdas
Cebolla	39	G	1/2 chico
Locote	10	G	1/4 chico
Tomate	65	G	1/2 chico
Zapallo	40	G	1/4 taza
Leche entera fluida UAT	10	Ml	1 cda
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
Tomate	25	G	1/4 chico
Cebollita de hoja	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Perejil	5	G	1 cda
Zanahoria	25	G	1/2 chica
Naranja	150	G	1 pequeña

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.

2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar agua y colocar el poroto dejar hervir hasta que se ablande.
3. Por ultimo agregar al arroz y el queso.
4. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
5. Postre: Naranja pelar previamente por el personal responsable, luego servir al niño.

Observación: Para cocinar más fácilmente las legumbres secas es conveniente dejarlas en remojo antes, para que se ablanden así tarden menos en cocinarse

19- **Nombre del plato:** Caldo de carne vacuna con verduras, ensalada de hortalizas – crema

Calorías aprox. por plato por una persona): 482,4 kcal

Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Carne vacuna	50	G	5 cda
Tomate	65	G	1/2 chico
Papa	50	G	½ pequeña
Locote	10	G	1/4 chico
Cebolla	39	G	1/2 chico
Aceite	5	G	1 cda
Sal fina yodada	0,5	G	
Repollo	50	G	1/2 taza té
Zanahoria	25	G	1/2 chica
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Remolacha	25	G	1/4 chico
Leche entera	150	ML	1 taza y 1/2
Fécula de Maíz	10	G	2 cdas
huevo	2	G	1 cda
Vainilla	1	G	
Azúcar	10	G	1 cda

Preparación del plato:

1. Lavar todas las verduras correctamente.
2. Cortar las verduras en pequeños trozos colocar junto al aceite en la olla y rehogar, agregar la carne cortado en trozos pequeños y dejar cocinar.
3. Ensalada: Cortar en trozos las verduras y condimentar con una pequeña cantidad de aceite (1/2 cda por persona) y limón.
4. Crema: cocinar la leche junto con la fécula de maíz, el huevo, la vainilla, y el azúcar, dejar cocinar hasta que espese.

20- **Nombre del plato:** Guiso de fideo con poroto manteca – ensalada de hortalizas – fruta cítrica.
Calorías aprox. por plato por una persona): 490,3 kcal
Ingredientes en gramos y en medidas caseras*(por una persona):

INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD DE MED	MEDIDA CASERA
Fideo	45	g	½ taza te
poroto manteca	20	g	2 cdas
Cebolla	39	g	1/2 chico
Tomate	65	g	1/2 chico
Locote	10	g	1/4 chico
queso py	30	g	1 cda y 1/2
Zapallo	45	g	1/4 taza
Aceite	5	g	1 cda
Sal fina yodada	0,5	g	
pepino	50	g	1/2 taza té
Sal fina yodada	0,5	g	
Limón	2	gotas	
Zanahoria	25	g	1/2 chica
Cebollita de hoja	1/2	cda	1 cda
Naranja	100	g	1 pequeña

1. **Sistema de Elaboración**: La elaboración del almuerzo escolar se realiza en las instituciones a cargo de la empresa que es adjudicada, se empieza la elaboración a desde las 8:00 hs hasta

las 11:00 hs. Se deberá contar con personal capacitado para la elaboración del menú: la cocinera, y una ayudante de cocina.

2. **Mecanismos de distribución**: Se deberá servir el almuerzo a las 11:30 hs para el turno mañana y a partir de las 12:15 hs para el turno tarde. Se deberá contar con personal capacitado para la distribución de los alimentos en el comedor de la institución.

3. **Equipamiento básico**: La cocina- comedor cuenta con tres áreas: el comedor, el depósito y el área de preparación de alimentos la misma está equipada con todos los equipos para la elaboración del almuerzo; heladera, horno eléctrico, congelador, cocina industrial, mesada, balanza eléctrica, multiprocesador, licuadora eléctrica, estantes, taper, bandejas, para la preparación del almuerzo la cocina consta con cucharones, espumaderas, cuchillos de diferentes tamaños, coladores, tablas de, picar, ollas, bandejas, pisador de carne y los utensilios para la distribución platos hondos, platos playos, cucharas, cuchillos, tenedores, vasos, compoteras, tacho grande para residuos, mesas y sillas.

4. **Plan de monitoreo**: Los aspectos a considerar en el monitoreo teniendo en cuenta que la elaboración del menú se realiza en el local de la institución serán los siguientes: Control del área de preparación del alimento, así como también control en los proveedores de las mercaderías para la preparación del almuerzo, sistema de conservación y almacenamiento de insumos. A la hora de preparar el almuerzo la cocinera y la ayudante deberán contar con uniformes establecidos de color blanco, así como también calzados adecuados, delantales y gorros. Control de las condiciones de higiene del entorno donde se distribuye el alimento, mobiliarios y utensilios que dispone, así como si las personas encargadas lo hacen con guantes desechables en donde previamente se realiza la desinfección de las manos con un lavado correcto y la aplicación del alcohol en gel, este mecanismo también se utiliza en el proceso de elaboración de los alimentos.

   El monitoreo se realizará en forma semanal, por un personal designado por la Municipalidad, quien deberá entregar un informe pormenorizado de los puntos observados durante la visita en el local de la institución, así como la aceptación y hábitos de los estudiantes y las irregularidades si las hubiere, conforme a los puntos mencionados en el párrafo anterior.

Además de las visitas semanales el personal designado por la

municipalidad estará en constante comunicación con la comunidad educativa, quienes tienen a su cargo la fiscalización diaria, de la correcta implementación de la Alimentación Escolar y garantizar el cumplimiento del enfoque educativo que debe tener la misma.

DEBE DE DECIR: Sección III. Suministros Requeridos

2. Especificaciones Técnicas

Aspecto nutricional	
Aporte de Kcal por día (consignar la cantidad de Kcal del menú proveído por día)	**Semana 1.** Día 1: 489 Kcal. Día 2: 406,5 Kcal. Día 3: 500 Kcal. Día 4: 408 Kcal. Día 5: 500 Kcal **Semana 2.** Día 1: 500 Kcal. Día 2: 408 Kcal Día 3: 489 Kcal. Día 4: 492 Kcal. Día 5: 485 Kcal.
Composición del menú	
Horario de preparación del menú	El menú establecido es elaborado en la institución educativa en el horario comprendido entre las 7:00 has y las 12:30 has. Es elaborado en forma separada para el turno de la mañana y de la tarde.
Horario de distribución	Turno mañana: 11:00 has. Turno tarde: 12:00 has a 12:30 has.
Constitución del menú (consignar si se compone de plato principal, acompañamiento o ensaladas y postre)	El menú consistirá en una ración de almuerzo escolar por alumno, incluye: Plato principal, guarnición y postre.
Completar el menú cíclico, según el ejemplo	Ver Anexo A

del Anexo A	
Completar el recetario del menú, según el ejemplo del Anexo B	Ver Anexo B
Modalidad del almuerzo escolar (consignar si es por catering o elaborado en la institución educativa).	Elaboración en la institución educativa.
	Ver Anexo C

Comentado [I41]: Este ítem correspondía a la descripción de la modalidad empleada. Estaba en blanco.-

Anexo A

1.1. Control De Calidad

Describir el sistema de calidad a ser implementado (controles, fiscalizaciones, monitoreos), según corresponda.	Se cuenta con un encargado/a y una Profesional Nutricionista a cargo del control, monitoreo y fiscalización periódica de los establecimientos, relevamientos de datos específicos en cuanto a las instalaciones, almacenamiento y área de producción. Se establece como mecanismo de control el monitoreo vía telefónica y visitas en forma semanales de manera a descartar o solucionar inconvenientes que pudieran surgir. Al igual que el control de la calidad y cantidad de productos de elaboración para el menú establecido. Se sugiere que los ingredientes para guarnición sean comprados de productores de la zona de manera a que puedan acercar a la escuela fresco y en buenas condiciones, a través del gerenciamiento del/la encargado/a.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay
Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214
Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

Anexo A

2. Ejemplo de menú cíclico

Semana 1					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
PLATO PRINCIPAL	Caldo de poroto con fideo.	Guisado de arroz con pollo	Locro con carne vacuna.	Tallarín con salsa de pollo.	Albóndigas con arroz blanco.
GUARNICION	Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate.	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria.	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria.	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.
POSTRE	Fruta Cítrica.	Manzana	Ensalada de Frutas	Banana	Ensalada de Frutas
KCAL	489 kcal	406,5 kcal	500 kcal	408 kcal	500 kcal

Semana 2					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
PLATO PRINCIPAL	Vori Vori de carne vacuna.	Guisado de fideo con pollo.	Caldode poroto con Arroz y Verduras.	Estofado de Pollo y Papa.	Picadito de Carne con Arroz Blanco
GUARNICION	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria.	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.	Ensalada de repollo, tomate y zanahoria.
POSTRE	Manzana	Ensalada de Frutas	Fruta cítrica.	Banana	Ensalada de Frutas.
KCAL	500 Kcal	408 Kcal	489 Kcal.	492 Kcal	485 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.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay
Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214
Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

Anexo B

3. Recetario del menú

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

Ejemplo:
SEMANA 1

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida para 5 persona	Preparación
Menú 1 (489 kcal)	**PLATO PRINCIPAL Caldo de Poroto con Fideo**	Poroto Tomate Cebollita -hoja Cebolla Ajo Sal yodada Fideo Aceite Queso Paraguay	225 gr 125 gr 25 gr 120 gr. 5 gr 2,5 gr 80 gr 10 ml 75 gr	10 cdas. 1 grande. 5 cdas 1 mediano. 5 dientes. ½ cda sopera. 1 taza chica 1 cda sopera. 1 porción pequeña.	-Lavar, pelar y picar las verduras en trozos pequeños. -Saltear en la cacerola el tomate, cebolla, Locote, zanahoria y ajo. Cocinar hasta que las mismas estén tiernas. -Agregar el poroto y dejar hervir hasta que esté cocido, luego incorporar el fideo y el queso Paraguay junto con la sal y retirar del fuego.
	GUARNICIÓN Ensalada de vegetales	Lechuga Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 100 gr 100 gr 2,5 gr 10 ml	5 platitos. 1 mediano. 1 chico. 1 cdita. 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Fruta Cítrica	Naranja	500 gr	5 unidades.	
Menú 2 (406,5kcal)	**PLATO PRINCIPAL Guisado de Arroz con Pollo.**	Pollo Tomate Locote Cebolla Arroz Sal yodada Aceite	510 gr 400 gr 100 gr 90 gr. 225 gr 2,5 gr 20 ml	1 ½ pechuga 2 grandes 1 mediano 1 taza chica 1 cdita. 2 cdas.	Retirar la piel del pollo y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar los vegetales. Saltear el pollo picado, una vez cocidos incorporar las verduras, condimentar. Una vez cocidos agregar agua hasta cubrir los alimentos, dejar hervir

					hasta que la carne este tierna. Incorporar el arroz, revolver. Retirar del fuego una vez cocido el arroz y servir.
	GUARNICIÓN Ensalada de vegetales	Repollo Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 100 gr 100 gr 2,5 gr 10 ml	5 platitos. 1 grande 1 chico 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Fruta de Estación	**Manzana**	500 gr	5 pequeñas.	
Menú 3 (500 kcal)	**PLATO PRINCIPAL Locro con Carne Vacuno.**	Carne de 1Ra Tomate Locote Zanahoria Cebolla Locro Ajo Sal yodada Orégano Aceite	400 gr 125 gr 100 gr 100 gr 120 gr. 200 gr 5 gr 2,5 gr 20 gr 10 ml	2 tazas. 1 grande. 1 ¼ pequeño. 1 chico. 1 mediano. 1 taza. 5 dientes. ½ cda sopera. 2 cdas. 1 cda sopera.	-Remojar el locro 24 horas antes de la preparación. -Pelar, lavar y cortar las verduras en cubitos. -Hervir el locro en cacerola durante 40 min aproximadamente, luego agregar la carne en cubos, verduras y sal. Revolver y dejar cocinar hasta que se ablande el locro y el caldo se espese. -Añadir orégano y retirar del fuego.
	GUARNICIÓN Ensalada de vegetales	Lechuga Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 100 gr 100 gr 2,5 gr 10 ml	5 platitos. 1 grande 1 chico 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Ensalada de frutas	Naranja Manzana Banana	250 gr 350 gr 250 gr	2 ½ pequeños. 2 grandes. 2 grandes.	Lavar y cortar las frutas en porciones pequeñas, mezclarlas bien en un bol antes de servir.
Menú 4 (408kcal)	**PLATO PRINCIPAL Tallarín con Salsa de Pollo.**	Pollo Tomate Locote Cebolla Fideo Espagueti Sal yodada Aceite	510 gr 400 gr 100 gr 90 gr. 175 gr 2,5 gr 20 ml	1 ½ pechuga 2 grandes 1 ½ pequeño 1 chico. 2 ½ puño 1 cdita. 2 cdas.	Retirar la piel del pollo y cortar en trozos pequeños, lavar y cortar los vegetales. Añadir a la cocción la cebolla picada y luego el resto de los vegetales picados. Agregar agua hasta cubrir los ingredientes y dejar cocinar por 15 a 20 min aproximadamente.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay

Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214

Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

					Retirar del fuego cuando los vegetales se encuentren todos cocidos. Reservar. Por separado cocinar el fideo en una cacerola con agua hirviendo por unos 10 min Aproximadamente. Retirar del fuego, escurrir y servir con la salsa
	GUARNICIÓN **Ensalada de Vegetales**	Repollo Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 puños picados 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE **Fruta de Estación**	Banana	550 gr	5 unidades pequeñas.	
Menú 5 (500kcal)	**PLATO PRINCIPAL** **Albóndiga con Arroz Blanco.**	Carne molida Tomate Locote Arroz Cebolla Harina de Maíz Ajo Sal yodada Orégano Aceite	400 gr 200 gr 100 gr 225 gr 120 gr. 150 gr 5 gr 2,5 gr 20 gr 10 ml	2 tazas. 2 chicos. 1 ¼ pequeño. 1 taza chica 1 mediano. ½ taza. 5 dientes. ½ cda 2 cdas. 1 cda sopera.	-Mezclar la carne, la harina de maíz y formar las esferas para la albóndigas. Lavar, pelar y picar las verduras. -Saltear las verduras en un recipiente, una vez tiernas agregar el agua (siempre caliente) junto conlas esferas de carne. Cocinar por aproximadamente 20 minutos. -En otra olla preparar el arroz blanco.
	GUARNICIÓN **Ensalada de vegetales**	Lechuga Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 100 gr 100 gr 2,5 gr 10 ml	5 platitos . 1 grande 1 chico 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE **Ensalada de Frutas.**	Naranja Manzana Banana	250 gr 350 gr 250 gr	2 ½ pequeños. 2 grandes. 2 grandes.	Lavar y cortar las frutas en porciones pequeñas, mezclarlas bien en un bol antes de servir.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay

Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214

Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

SEMANA 2

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida por persona	Preparación
Menú 1 (500 kcal)	**PLATO PRINCIPAL Vori Vori de Carne Vacuno.**	Carne de 1Ra Tomate Locote Zanahoria Zapallo Cebolla Harina deMaíz Queso Py Ajo Sal yodada Orégano Aceite	400 gr 125 gr 100 gr 100 gr 300 gr 120 gr. 200 gr 50gr 5 gr 2,5 gr 20 gr 10 ml	2 tazas. 1 grande. 1 ¼ pequeño. 1 chico. 1 Taza med. 1 mediano. 1 taza. 1 porción pequeña 5 dientes. 1/2 cda sopera. 2 cdas. 1 cda sopera.	Cortar la porción de carne en trozos pequeños y sellar. Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, y añadir a la preparación de la carne. Dejar cocinar a fuego lento el recipiente tapado. Añadir agua y reservar. Colocar la harina en un bol e ir humedeciendo con el caldo caliente hasta lograr una masa con la cual se puedan formar las bolitas del Vori Vori. Colocar las bolitas en el caldo hirviendo y dejar cocinar hasta que las mismas salgan a la superficie, agregar la sal retirar del fuego y agregar el orégano.
	GUARNICIÓN	Lechuga Tomate Zanahoria Sal Yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 puños picados. 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Fruta.	Manzana	500 gr	5 unidades.	
Menú 2 (408kcal)	**PLATO PRINCIPAL Guisado de Fideo con Pollo.**	Pollo Tomate Locote Cebolla Fideo Sal yodada Aceite	450 gr 400 gr 100 gr 90 gr. 225 gr 2,5 gr 20 ml	1 ½ pechuga 2 grandes 1 ½ pequeño 1 chico. 1 taza chica 1 cdita. 2 cdas.	-Retirar la piel del pollo y cortar en cubos pequeños. -Lavar y cortar los vegetales. -Saltear el pollo picado, una vez cocidos incorporar las verduras, condimentar. Una vez

					cocidos agregar agua hasta cubrir los alimentos, dejar hervir hasta que la carne este tierna. -Incorporar el fideo, revolver. -Retirar del fuego una vez cocido el arroz y servir.
	GUARNICIÓN Ensalada de Vegetales	Repollo Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 puños picados. 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Ensalada de Frutas.	Naranja Manzana Banana	250 gr 350 gr 250 gr	2 ½ pequeños. 2 grandes. 2 grandes.	Lavar y cortar las frutas en porciones pequeñas, mezclarlas bien en un bol antes de servir.
Menú 3 (489kcal)	**PLATO PRINCIPAL Caldo de Poroto con Arroz y verduras.**	Poroto Tomate Cebollita de hoja Zapallo Cebolla Ajo Sal yodada Arroz Aceite Queso Paraguay	225 gr 125 gr 25 gr 400 gr 120 gr. 5 gr 2,5 gr 100 gr 10 ml 75 gr	10 cdas. 1 grande. 5 cdas 2 tazas. 1 mediano. 5 dientes. ½ cda sopera. 1 taza chica 1 cda sopera. 1 porción pequeña.	Lavar, pelar y picar las verduras en trozos pequeños. Saltear en la cacerola el tomate, cebolla, Locote, zanahoria y ajo. Cocinar hasta que las mismas estén tiernas. Agregar el poroto y dejar hervir hasta que esté cocido, luego incorporar el arroz y zapallo, luego incorporar el queso Paraguay junto con la sal y retirar del fuego.
	GUARNICIÓN	Lechuga Tomate Zanahoria Sal Yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 puños picados 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Fruta Cítrica.	Naranja	750 gr	5 pequeños.	
Menú 4 (492kcal)	**PLATO PRINCIPAL Estofado de Pollo y Papa.**	Pechuga Pollo Cebolla Zanahoria Perejil Tomate Papa Aceite Sal Yodada	400 gr 100 gr 100 gr 10 gr 200 gr 1000 gr 20 ml 2,5 gr	2 tazas. 1 chico. 1 chico. 1 cda 1 grande ½ taza 2 cdas. 1 cdita.	Picar la carne en trozos pequeños. Luego sellar con el ajo. Lavar y cortar los vegetales, añadir a la cocción la cebolla picada y luego el resto de los vegetales cortados.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE

Misiones - Paraguay

Gral. Caballero e/ Pbro. Molas Nº 491 Tel.: 0781 – 283 214

Correo: muni.santamaria@hotmail.com - RUC: 80028975-7

					Por ultimo las papas y cocinar hasta que estén blandas. Retirar del fuego cuando los vegetales se encuentren cocinados.
	GUARNICIÓN Ensalada de Vegetales	Lechuga Tomate Zanahoria Sal Yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 puños picados. 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Fruta de Estación.	Banana	550 gr	5 unidades pequeñas.	
Menú 5 (485kcal)	**PLATO PRINCIPAL Picadito de Carne con Arroz Blanco.**	Carne Cebolla Zanahoria Perejil Tomate Aceite Sal Yodada Arroz	250 gr 100 gr 100 gr 10 gr 200 gr 20 ml 2,5 gr 225 g	2 tazas. 1 chico. 1 chico. 1 cda 1 grande 2 cdas. 1 cdita	Picar la carne en trozos pequeños. Lavar y cortar los vegetales, añadir a la cocción la cebolla picada y luego el resto de los vegetales cortados. Retirar del fuego cuando los vegetales se encuentren cocinados. **Arroz.** 1 taza chico.
	GUARNICIÓN Ensalada de vegetales	Repollo Tomate Zanahoria Sal yodada Aceite	250 gr 150 gr 45 gr 2,5 gr 10 gr	5 platitos 1 mediano. ½ chico. 1 cdita 1 cda.	Lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños, condimentar con aceite y sal.
	POSTRE Ensalada de Frutas.	Naranja Manzana Banana	250 gr 350 gr 250 gr	2 ½ pequeños. 2 grandes. 2 grandes.	Lavar y cortar las frutas en porciones pequeñas, mezclarlas bien en un bol antes de servir.

*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

4. Descripción de la modalidad empleada

- **Recepción:**

Selección de 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 frutihorticolas que no cumplen con dichas normas.

- **Almacenamiento.**

Para el correcto almacenamiento de los alimentos se tiene 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 heladeras, frezeer y estantes en donde ordenar sus productos adecuadamente.

- **Higiene.**

Se establecen sistemas de limpieza tanto de los utensilios, establecimientos, cocineras y de los alimentos a ser almacenados. Los residuos se destinan en bolsas adecuadas para su posterior deposición.

- **Pre Elaboración y Elaboración.**

El horario de pre elaboración es a partir de las 07:00 has. Se cuentan con los utensilios necesarios para la elaboración eficaz de los menús, en este proceso se tiene en cuenta los protocolos de elaboración de cada plato, respetando el menú del día.

Para dicha elaboración se cuenta con cocineras con previas capacitaciones y auxiliar de cocina de acuerdo a la cantidad de alumnos en la institución.

- **Distribución.**

Se realizara en forma equitativa en el horario establecido de 11:00 has a 13:00 has, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento. Se utilizaran utensilios no tóxicos, platos de plástico, cuchara, vaso de plástico, y un pote de plástico para los postres. Se cumplirán todas las normas de higiene y manipulación de alimentos desde el momento de la higiene del lugar, pre elaboración, elaboración, distribución y posterior limpieza del área utilizada.

Plan de Capacitación, Monitoreo y Control de calidad:

- **Capacitación:** es realizado un mes antes de la ejecución del proyecto, a través de charlas y capacitación personalizada a cada cocinera y auxiliar de cocina. La capacitación consiste en entrenar al personal en cuanto a la higiene,

manipulación y elaboración correcta de los menús establecidos, para dicha capacitación se solicita a personales capacitados y aprobados por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN).

- **Monitoreo y control de calidad:** para el correcto control son designados profesionales competentes del área tanto como nutricionistas, personal de apoyo y una encargada del Programa Alimentación Escolar dentro de la institución (Municipalidad). Mediante las visitas semanales a las instituciones educativas se realiza el relevamiento de datos específicos de los establecimientos destinados para el almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos. Se entregan informes mensuales de la situación detectada en dicha visita. La nutricionista responsable debe presentar Informe de Evaluación Antropométrica (peso y talla según edad) en tres etapas; al inicio de la ejecución del Programa, que sería en el mes de abril, luego Julio-agosto y finalmente en la última semana de octubre y noviembre previendo las constantes inclemencias del tiempo.

MUNICIPALIDAD DE SANTA MARIA DE FE DEPARTAMENTO UOC MISIONES - PARAGUAY

Encargada del Dpto. de la UOC

Municipalidad de Santa María de Fe