2.2 ESPECIFICACIONES TÉCNICAS C.D.N° 8/2016 - IDN° 311.789.

Aspecto nutricional	
Aporte de Kcal por día (consignar la cantidad de Kcal del menú proveído por día)	**400 a 500 kcal.**
Composición del menú	
Horario de elaboración del menú	7:00 a 10:00 hs.
Horario de distribución	***Turno Mañana:*** **De 11:00 a 12:00hs.** ***Turno Tarde:*** **De 12:00 a 13:00hs.**
Constitución del menú (consignar si se compone de plato principal, acompañamiento o ensaladas y postre)	El menú consiste en alimentos fresco y natural, constituido por: **-Plato principal.** **-Ensaladas.** **-Postre.**
Completar el menú cíclico, según el ejemplo del Anexo a	**VER ANEXO "a"**
Completar el recetario del menú, según el ejemplo del Anexo b	**VER ANEXO "b"**
Modalidad del almuerzo escolar (consignar si es por catering o elaborado en la institución educativa).	El oferente es responsable de todo el proceso de elaboración de los alimentos que incluye compra de los insumos necesarios y la preparación de las comidas principales, ensaladas y postres. La preparación de los alimentos se realizara en los predios de las Escuelas beneficiadas con el almuerzo escolar.

2.3 CONTROL DE CALIDAD

Describir el sistema de calidad a ser implementado (controles, fiscalizaciones, monitoreos), según corresponda.	-La municipalidad hará un monitoreo mensual mediante una persona designada. El control de la calidad del almuerzo consumido por los niños/as todos los días estará a cargo de los técnicos de la empresa adjudicada, así como también de la capacitación de los personales que se realizará de manera mensual. El personal contará con uniformes, delantales, gorros y pelo recogido. Y se llevarán en cuenta los cinco pasos para la manipulación de alimentos según la OPS/INAN. -La capacitación del personal responsable de la elaboración del alimento y del menú estará a cargo del técnico de la empresa adjudicada. -La empresa adjudicada estará sujeta al control que será realizado en cualquier momento, a fin de avalar el cumplimiento de las especificaciones técnicas exigidas en el pliego de bases y condiciones, quedando bajo total responsabilidad de la empresa oferente mantener la calidad del almuerzo a ser entregados. El profesional técnico calificado recolectará muestras al azar para la verificación de la calidad (cumplimiento de las condiciones fisicoquímicas y/o microbiológicas aceptables, de acuerdo a las normas vigentes en materia de alimentos) de la comida. - En caso de no haber conformidad por parte de los técnicos calificados, el producto será rechazado y la empresa deberá reemplazarlo inmediatamente en su totalidad por otro que cumpla con las especificaciones técnicas requeridas. -La Municipalidad de Teniente Esteban Martíneza través de un funcionario a ser designado, del departamento de Salubridad e Higiene verificará el cumplimiento de todo lo solicitado en el Pliego de Bases y Condiciones y podrá, cuando así lo creyera conveniente, pedir cambios pertinentes.

Anexo a

1. Menú cíclico

Semana 1					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Soyo con mandioca	Arroz con salsa de pollo	Caldo de poroto con fideo	Estofado de pollo con papa	So´oapu´a con arroz
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	*Fruta de estación (Naranja)	*Fruta de estación(Banana)	Fruta cítrica	*Fruta de estación (Piña)	*Fruta de estación (Melón)
KCAL	470	500	450	470	500

Semana 2					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Caldo de poroto con fideo	Guiso de arroz con carne	Picadito de pollo con fideo	Caldo de hortalizas con carne	Polenta con salsa de pollo
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Fruta cítrica	*Fruta de estación(Banana)	*Fruta de estación(Melón)	Fruta de estación(Naranja)	*Fruta de estación (Piña)
KCAL	480	470	500	494	500

Semana 3					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Caldo de pollo con verduras y fideo	Feijao y vegetales con arroz blanco	Albóndigas de carne con arroz	Estofado de pollo con papa	Fideo con salsa de carne
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	Dulce de mamón	Fruta cítrica	*Fruta de estación(Piña)	*Fruta de estación(Melón)	*Fruta de estación (Banana)
KCAL	430	500	500	480	490

Semana 4					
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal	Tallarín de pollo	Guiso de mandioca y carne	Caldo de poroto con fideo	Vorivori de carne	Guiso de poroto con arroz
Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas	Ensalada de hortalizas
Postre	*Fruta de estación(Banana)	*Fruta de estación(Melón)	Fruta cítrica	*Fruta de estación(Piña)	Fruta cítrica
KCAL	498	500	500	490	500

*Fruta de estación según disponibilidad de la zona, respetando las combinaciones nutricionales.

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.

Anexo b

2. Recetario del menú

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

SEMANA 1

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Día 1 (470 kcal)	**Plato principal**	Soyo con mandioca	Soyo de hortalizas: -Sal fina yodada 0.5 g -Carne de primera molida 70 g -Arroz 20 g -Ajo 1 g -Cebolla 20 g -Locote 10 g -Tomate 45 g - Orégano 3g -Agua 320 ml. - Laurel 1g -Zapallo 50 g -Zanahoria 30 g -Aceite 5g Queso Paraguay 10 g Mandioca 100gr		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 magra molida y sal yodada; revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego.. Mandioca: Pelar y luego lavarlos con abundante agua, poner para hervir. Y servir.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Cebolla 15 g -Lechuga 50 g -Tomate 45 g -Aceite 3 ml		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Naranja150 g	1 mediano	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 2 (500 kcal)	**Plato principal**	Arroz con salsa de pollo	Salsa de pollo: -Pechuga de pollo 90 g -Aceite 5ml g -Sal fina yodada 0,5 g -Ajo 1 g -Cebolla 20 g -Locote 11 g -Tomate 45 g Arroz blanco: -Cebolla 39 g -Aceite 2 g -Sal yodada 0,5 g -Arroz blanco 45 g		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 ultimo 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.

					Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Cebollita 4 g -Zanahoria 22 g -Tomate 46 g -Pepino 22 g -Aceite 3ml -Sal fina yodada 0,5 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Banana 70 g	1 unidad mediana	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 3 **(450 kcal)**	**Plato principal**	Caldo de poroto con fideo	Poroto negro 45 g -Fideo 15 g -QuesoParaguay 15 g -Ajo 1 g -Cebolla 20 g -Locote 12 g -Tomate 25 g -Zanahoria 22 g Zapallo 50 g -Agua mineral 320 ml -Cebollita 4 g -Laurel 1 g -Aceite 5ml		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 Incorporar el fideo, el poroto (remojado 1 día antes) y zapallo con el agua hervida y cocinar hasta que estén blandos. Luego agregar el queso Paraguay junto con la sal y retirar del fuego.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Sal fina yodada 0,5 g - Aceite 3 ml -Cebollita 4 g -Zanahoria 22 g -Cebolla 26 g -Lechuga 50 g -gotitas de limón		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	- Naranja 100 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 4 **(470 kcal)**	**Plato principal**	Estofado de pollo con papa	Estofado de pollo con papa: -Pechuga de pollo 90 g -Cebolla 20 g -Locote 12 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Papas 180 g -Perejil 2 g -Aceite 5ml -Cebollita 4 g -Ajo 1 g		Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en pequeños trozos. Sellar el pollo, luego agregar cebolla, tomate, locote, papa, ajo, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Agregar agua hervida y cocinar hasta obtener la salda deseada. Lavar hoja por hoja la lechuga y el tomate. Agregar sal y limón. Lavar y cortar los vegetales, colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y

			-Perejil 3 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		aceite..
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Perejil 3 g -Zanahoria 22 g -Repollo 48 g -Aceite 3ml -Limón (gotitas) -Cebollitas 2 g -Sal fina 0,5 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Piña 100 g	1 rodaja	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 5 **(500 kcal)**	**Plato principal**	So´oapu´a con arroz	So´oapu´a; -Carnaza de primera molida 94 g -Harina de maíz 15 g -Tomate 45 g -Aceite 5ml -Cebollita 4 g Ajo 1 g -Locote 11 g Arroz blanco: -Sal fina yodada 0.5 g -Arroz blanco 45 g		Mezclar la carne molida con harina de maíz, ajo, y la mitad de sal. Formar 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 y el resto de sal yodada. Una vez listo apagar el fuego. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Repollo 48 g -Tomate 45 g -Cebollita 4 g -Aceite 3ml -Zanahoria 22 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Melón 200 g	2 rodajas	Lavar con abundante agua pelar y cortar.

SEMANA 2

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Día 1 (480 kcal)	**Plato principal**	Caldo de poroto con arroz	-Poroto negro 45 g -Arroz 15 g -QuesoParaguay 15 g -Ajo 1 g -Cebolla 40 g -Locote 12 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Agua mineral 320 ml -Cebollita 4 g -Laurel 1 g -Aceite 5ml		Colocar los porotos en un recipiente con agua y dejar en remojo la noche anterior o dejarlos reposar en agua caliente una hora antes de empezar la preparación del plato. Luego lavar los porotos y desechar el agua de remojo. Lavar, pelar y picar las verduras en trozos pequeños. Saltear en la cacerola el tomate, la cebolla, el locote, el ajo y cocinar hasta que las mismas estén tiernas. Incorporar el poroto y la zanahoria con el agua hervida y cocinar por unos minutos, luego agregar el arroz hasta que estén blandos. Retirar del fuego y agregar el queso Paraguay junto con la sal yodada.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Sal fina yodada 0,5 g - Aceite 3ml -Cebollita 4 g -Zanahoria 22 g -Cebolla 26 g -Lechuga 50 g -gotitas de limón		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	Frutas	- Mandarina 150 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 2 (470 kcal)	**Plato principal**	Guiso de arroz con carne	Guiso de arroz con carne: -Carne de primera 95 g -Arroz 45 g -Tomate 45 g -Cebolla 40 -Locote 11 g -Aceite 5 g -Ajo 1 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		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 hablante el arroz (15 minutos aproximadamente)
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Aceite 3ml -Pepino 50 g -Zanahoria 22 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.

			-Tomate 45 g		
	Postre	Frutas	-Banana 70 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 3 **(500 kcal)**	**Plato principal**	Picadito de pollo con fideo	Picado de pollo: -Pechuga de pollo 95 g -Tomate 45 g -Cebolla 39 g -Locote 11 g -Zanahoria 22 g -Ajo 1 g -Aceite 5 g -Sal yodada 0,5 g -Laurel 1 g -Agua cantidad necesaria Fideo: -Fideo tallarín 45 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. 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. Fideo Cocinar el fideo en agua potable hirviendo junto con la sal yodada de 8 a 10 minutos Escurrir el agua de cocción
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Perejil 3 g -Repollo 48 g -Aceite 2 g -Sal yodada 0,5 g -Limón cantidad necesaria		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	Frutas	-Melón200 g	2 rodajas	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 4 **(494 kcal)**	**Plato principal**	Caldo de hortalizas con carne	Caldo de hortalizas con carne: -Fideo nido 11 g -Carne de primera 106 g Arroz 20 g -Ajo 1 g -Cebolla 39 g -Cebollita 4 g -Locote 11 g -Tomate 65 g -Zanahoria 22 g -Zapallo 49 g -Laurel 1 g		Cortar la carne en trozos pequeños Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar la carne 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 ultimo agregar el arroz y cocinar hasta que esté listo.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Cebollita 4 g -Lechuga 50 g -Tomate 45 g -Cebolla 26 g -Zanahoria 22 g	1 unidad	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	Frutas	-Naranja 150 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 5 **(500 kcal)**	**Plato principal**	Polenta con salsa de pollo	Salsa de pollo: -Pechuga de pollo 70 g -Tomate 45 g -Cebollita 4 g -Locote 11 g -Zanahoria 22 g -Ajo 1 g -Aceite 3 g -Sal yodada 0,5 g -Laurel 1 g -Cebolla 20 g -Agua cantidad necesaria -Orégano 5 g Polenta: -Harina de maíz 50 g -Leche 20 ml -Queso paraguay 10 g -Cebolla 20 g -Aceite 2 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		. 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 ultimo 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 agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos Agregar leche.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Tomate 45 g -Perejil 3 g -Cebolla 26 g -Aceite 2 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Piña 100 g	1 rodaja	Lavar con abundante agua pelar y cortar.

SEMANA 3

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Día 1 (430 kcal)	**Plato principal**	Caldo de pollo con verduras y fideo	Caldo de hortalizas con carne: -Fideo nido 11 g -Pechuga de pollo 90 g -Ajo 1 g -Cebolla 40g -Cebollita 4 g -Locote 11 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Zapallo 50 g -Laurel 1 g		Cortar la carne en trozos pequeños Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar la carne 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 ultimo agregar el fideo y cocinar hasta que esté listo..
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	-Cebollita 4 g -Lechuga 32 g -Tomate 45 g -Cebolla 26 g -Zanahoria 22 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Dulce de mamón	-Mamón 50g. -Azúcar 30g. -Agua 1 L. -Clavo de olor	1/2 unidad 1 cucharada 1 litro A gusto	1- Lavar con abundante agua, pelar y cortar el mamón en rodajas. Poner en una cacerola, agregarle agua y hervir por cinco minutos. 2- Retirar del fuego y colocar en un bol con agua. 3- En la cacerola poner un poquito de agua, hasta cubrir la mitad del mamón. Agregar el azúcar en igual proporción. 4- Volver a hervir a fuego lento durante dos horas.
Día 2 (500 kcal)	**Plato principal**	Feijao y vegetales con arroz blanco	Feijao: -Cebolla 40 g -Locote 11 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Poroto negro 45 g -Ajo 1 g -Sal yodada 0,5 g -Aceite 5 g -Cebollita 4 g Arroz blanco: -Cebolla 20 g -Aceite 2 ml		1. Colocar los porotos en un recipiente con agua y dejar en remojo la noche anterior o dejarlos reposar en agua caliente una hora antes de empezar la preparación del plato. Luego lavar los porotos y desechar el agua de remojo. Lavar, pelar y picar las verduras en trozos pequeños. Saltear en la cacerola el tomate, la cebolla, el locote, el ajo y cocinar hasta que las mismas estén tiernas. Incorporar el poroto y la zanahoria

			-Sal yodada 0,5 g -Arroz blanco 45 g		con el agua hervida y cocinar por unos minutos, luego agregar el arroz hasta que estén blandos. Por último agregar la sal, retirar del fuego y servir.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Lechuga 50 g -Perejil 3 g -Zanahoria 22 g -Aceite 2 g -Cebollita 8 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Naranja 110 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 3 **(500 kcal)**	**Plato principal**	Albóndigas de carne con arroz	Albóndigas: -Carnaza de primera molida 94 g -Arroz 45 g -Galleta molida 15 g -Tomate 45 g -Zapallo 50 g -Aceite 5 g -Cebollita 4 g -Locote 11 g		Albóndiga Mezclar la carne molida con galleta molida y el diente de ajo. Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas de tamaño uniforme reservar Salsa Pelar, lavar y picar los vegetales finamente, saltear la cebolla, ajo y locote en aceite y luego agregar tomate, con los demás vegetales y cocinar hasta formar una salsa. Incorporar las albóndigas, laurel y el agua hervida hasta cubrir toda la preparación. Una vez cocinadas apagar el fuego. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Repollo 48 g -Tomate 45 g -Cebollita 8 g -Aceite 3 ml -Zanahoria 22 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Piña 200 g	2 rodajas	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 4 **(480 kcal)**	**Plato principal**	Estofado de pollo con papa	Estofado de pollo con papa: -Pechuga de pollo 90 g -Cebolla 40 g -Locote 12 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Papas 200 g		Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en pequeños trozos. Sellar el pollo, luego agregar cebolla, tomate, locote, papa, ajo, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos.

			-Perejil 2 g -Aceite 5 g -Cebollita 4 g -Ajo 1 g -Perejil 3 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		Agregar agua hervida y cocinar hasta obtener la salda deseada. Lavar hoja por hoja la lechuga y el tomate. Agregar sal y limón. Lavar y cortar los vegetales, colocar en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite..
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Perejil 3 g -Zanahoria 2 g -Repollo 48 g -Aceite 2 g -Limón (gotitas) -Cebollitas 2 g -Sal fina 0,5 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Melon 200 g	2 rodajas	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 5 **(490 kcal)**	**Plato principal**	Fideo con salsa de carne	Fideo: -Fideo 45 g -Cebolla 39 g -Aceite 2 ml -Sal yodada 0,5 g Picado de carne: -Carne de primera picada 70 g -Cebolla 39 g -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Aceite 5 g -Sal yodada 0,5 g -Locote 11 g -Ajo 1 g		Cortar la carne en porciones iguales. Sellar la carne 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. Fideo Cocinar el fideo en agua potable hirviendo junto con la sal yodada de 8 a 10 minutos Escurrir el agua de cocción
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Lechuga 48 g -Tomate 45 g -Cebollita 4 g -Aceite 10 g -Zanahoria 22 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Banana 70 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.

SEMANA 4

Día	Comida	Menú/ Ingredientes	Medida en gramos	Unidad de Medida Casera	Preparación
Día 1 (498kcal)	**Plato principal**	Tallarín de pollo	Salsa para tallarín de pollo: -Ajo 1 g -Tomate 45 g -Cebolla 39 g -Locote 11 g -Pechuga de pollo 90 g -Aceite 5 g -Cebollita 4 g -Sal yodada 0,5 g Fideo: -Fideo espagueti 45 g -Sal fina yodada 0,5 g		Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. 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. Fideo Cocinar el fideo en agua potable hirviendo junto con la sal yodada de 8 a 10 minutos Escurrir el agua de cocción
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Lechuga 50 g -Zanahoria 22 g -Pepino 34 g -Aceite 2 g -Cebollita 8 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Banana 70 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 2 (500 kcal)	**Plato principal**	Guiso de mandioca con carne	Guiso de mandioca con carne: -Carne de primera 95 g -Mandioca 100 g		Mandioca Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar

			-Tomate 45 g -Cebolla 40 -Locote 11 g -Aceite 5 g -Ajo 1 g -Sal yodada 0,5 g -Agua cantidad necesaria		hasta que este blando. Guiso de mandioca. Limpie 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 y sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente cocinada y picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Lechuga 50 g -Cebolla 26 g -Tomate 45 g -Cebollita 2 g -Aceite 2 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Melón200 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 3 **(500 kcal)**	**Plato principal**	Caldo de poroto con fideo	Caldo de poroto con fideo y zanahoria: -Poroto negro 45 g -Fideo 15 g -QuesoParaguay 15 g -Ajo 1 g -Cebolla 20 g -Locote 12 g -Tomate 25 g -Zanahoria 22 g -Agua mineral 320 ml -Cebollita 4 g -Laurel 1 g -Aceite 5 g		Preparación del plato: Lavar, pelar y picar las verduras en trozos pequeños. Saltear en la cacerola el tomate, la cebolla, el locote, el ajo y cocinar hasta que las mismas estén tiernas. Incorporar el poroto con el agua hervida y cocinar por unos minutos, luego agregar el fideo hasta que estén blandos. Por último agregar la sal, retirar del fuego y servir
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Sal fina yodada 0,5 g - Aceite 3 ml -Zanahoria 22 g -Cebolla 26 g -Lechuga 50 g -gotitas de limón		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	Naranja	- Naranja 150 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 4 **(490 kcal)**	**Plato principal**	Vorivori de carne	Vorivori de carne: -Ajo 1 g -Carnaza de primera 94 g		Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales

			-Harina de trigo 10 g -Harina de maizcocido 45 g -Aceite 5 g -Tomate 45 g -Zapallo 50 g -Zanahoria 22 g -Sal yodada 0,5 g -Cebolla 39 g -Locote 11 g -Orégano 5 g		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, continuar la cocción 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 orégano
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Tomate 45 g -Pepino 22 g -Perejil 2 g -Sal yodada 0,5 g		Lavar con abundante agua, cortar. Condimentar.
	Postre	Frutas	-Piña 200 g	1 feta	Lavar con abundante agua pelar y cortar.
Día 5 **(500 kcal)**	**Plato principal**	Guiso de poroto con arroz	Guiso de poroto con arroz: -Arroz 45 g -Poroto 45 g -Quesoparaguay 10 g -Cebolla 39 g -Tomate 45 g -Locote 11 g -Ajo 1 g -Zapallo 50 g -Cebollita 4 g -Aceite 5 g -Sal yodada 0,5 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 hasta que estén blandos. Por ultimo agregar la cebollita de hoja.
	Guarnición	Ensalada de hortalizas	Ensalada: -Tomate 45 g -Zanahoria 22 g -Perejil 3 g		Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales.

			-Lechuga 48 g -Aceite 2 g -Sal yodada 0,5 g -Limón cantidad necesaria		Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir
	Postre	Frutas	-Naranja 150 g	1 unidad	Lavar con abundante agua pelar y cortar.

Anexo c
3. Descripción de la modalidad empleada
Sistema de elaboración en la Institución Educativa (empresa adjudicada)

1. La elaboración del almuerzo escolar se realiza en las instituciones a cargo de la empresa que es adjudicada, se empieza la elaboración a las 7:00 hs y se sirve el almuerzo a las 11:00 hs para el turno mañana y a partir de las 12:00 hs para el turno tarde. La cocina 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. Se cuenta con un personal capacitado para la elaboración del menú: la cocinera, y una ayudante de cocina. La capacitación se realiza diaria, semanal y mensualmente. Control en la preparación y en la distribución. Así como también un control en los proveedores de las mercaderías para la preparación del almuerzo. A la hora de preparar el almuerzo la cocinera y la ayudante tienen uniformes establecidos de color blanco, así como también calzados adecuados, delantales y gorros, a la hora de la distribución 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.

MUNICIPALIDAD DE TENIENTE ESTEBAN MARTINEZ
U.O.C.

María Patricia Aquino Cáceres
Secretaria General