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

Nota DGBE N°: 249 **/2019**

Asunción, 17 de mayo de 2019

Señor
DR. HUGO ALBERTO OVELAR, Gobernador
Gobernación Departamental de Cordillera

El Ministerio de Educación y Ciencias, se dirige a Usted con relación a la nota presentada por la Gobernación Departamental de Cordillera en fecha 09 de mayo del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N°130355; en la cual solicita la autorización al Proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar que será proveído a los estudiantes por la Gobernación de Cordillera.

Al respecto, la Dirección General de Bienestar Estudiantil remite el análisis técnico del proyecto para el servicio de almuerzo escolar; autorizado por la Dirección de Alimentación Escolar, en vista que reúne los requisitos exigidos en las normativas legales vigentes. Se adjunta los documentos que forman parte del expediente foliados del 1(uno) al 33 (treinta y tres).

Se resume en el siguiente cuadro los datos del proyecto autorizado:

Datos del proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar autorizado. Año 2019					
Cantidad de instituciones educativas	Cantidad de estudiantes	Tiempo de Provisión del servicio			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días (especificar)	
07	796	2019	90	Lunes a Viernes	Alimentos preparados en las escuelas.

El MEC no se hace responsable sobre la ejecución fuera del proyecto autorizado, además de no poseer injerencia en cuestiones relativas al precio referencial, la fuente de financiamiento, los procesos de contratación ni la modalidad de servicio seleccionado por la contratante y los datos omitidos en el Formulario N° 1, el cual es exclusiva responsabilidad de la Gobernación Departamental de Cordillera; circunscribiéndose al análisis de las especificaciones técnicas de carácter nutricional, a garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los estudiantes a ser beneficiados y a lo establecido en las normativas legales vigentes. Se remitirá al órgano de control correspondiente en caso de detectar variaciones en el cumplimiento del mismo.

Se exhorta agotar los medios y las gestiones administrativas necesarias; a fin de brindar la alimentación escolar todos los días del calendario escolar, para dar cumplimiento al objetivo de esta política pública.

La presente autorización tiene una vigencia de 1 (un) mes a partir de la fecha de emisión, a fin de realizar los procedimientos administrativos correspondientes.

Sin otro motivo, deseándole éxitos en sus funciones se despiden atentamente.

Claudia Benítez, Nutricionista
Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar

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

Viviana Schreiber Vaccaro, Directora
Dirección de Alimentación Escolar
Dirección General de Bienestar Estudiantil

Killy Moleda Gamarra, Directora General
Dirección General de Bienestar Estudiantil
Ministerio de Educación y Ciencias

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

GOBERNACIÓN
DEPARTAMENTO CORDILLERA

HOGAR NUESTRO FUTURO
CORDILLERA
GOBIERNO DEPARTAMENTAL DR. HUGO FLEITAS 2018/23

Nota GDC Nº 209/2019

Caacupé, 08 de mayo de 2019

Señora:
***Viviana Schreiber,** Directora*
Dirección de Alimentación Escolar
Ministerio de Educación y Ciencias
PRESENTE:

Tengo el agrado de dirigirme a Usted a los efectos de remitir el Formulario Nº 1 Proyecto de Almuerzo Escolar para su estudio y aprobación correspondiente.

Con este proyecto con el cual la Gobernación de Cordillera pretende cubrir 7 (siete) instituciones educativas más, beneficiando a 796 matriculados para este año lectivo 2019. Las instituciones a ser beneficiadas están dentro de las prioridades de la Planilla Nº 13 de la Microplanificación. En tal sentido, se decide incluir en el proyecto de almuerzo escolar a la Esc. Bás. Nº 6425 Barrio Yhaguy, ubicada en la Compañía Potrero Angelito del distrito de Itacurubí de la Cordillera, debido a que ésta posee una cantidad de matriculados (28 alumnos) que es posible cubrir con la disponibilidad presupuestaria.

Cabe mencionar que el presente proyecto es independiente del Proyecto de Almuerzo Escolar Plurianual 2018 – 2019, (aprobado y en ejecución, actual) que cubre 126 instituciones educativas y benefician a 10.151 matriculados, el cual no sufrirá modificación ni ampliación.

Sin otro motivo en particular, aprovecho la ocasión para saludarlo con la mayor estima y consideración.

GOBERNACIÓN III DEPARTAMENTO CORDILLERA DESPACHO

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
GOBERNADOR DEL III DPTO. DE CORDILLERA

MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIAS
DIRECCION GENERAL DE BIENESTAR ESTUDIANTIL
MESA DE ENTRADA
Xilema Nº: Victor Moringo
Recibido por: 130355
Fecha: 09/05/19 Hora:

Gobierno Departamental de Cordillera - Secretaría General
Caacupé. Dr. Venancio Pino y Pozo de la Virgen
Tel: 0511 242351
e-mail: gobiernodepcordillera@gmail.com
www.gobernacioncordillera.gov.py

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

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY – PAEP

Formulario N° 01: Proyecto para el Servicio de Almuerzo Escolar

1. Identificación de la Gobernación o Municipalidad	
Departamento: CORDILLERA	**Distrito:**
Dirección del local de la Gobernación: Dr. Pino c/ Pozo de la Virgen	**N° de Tel:** 0511 243068
Nombre del Gobernador/ Intendente: DR. HUGO ALBERTO FLEITAS OVELAR	
N° de teléfono de línea baja: 0511 243068	**N° de celular:** 0981 828134
Dirección de correo electrónico: gobiernodepcordillera@gmail.com	
Nombre del/la nutricionista: Lic. Ágata Pont Aguilera	
N° de Registro Profesional: 3922	**N° de celular:** 0993 584 467
Dirección de correo electrónico: agata02pont@gmail.com	
2. Principales datos del proyecto de almuerzo escolar	
Cantidad de instituciones seleccionadas: 7 (siete) instituciones educativas	
Cantidad de estudiantes beneficiados: 796 (setecientos noventa y seis) alumnos	
Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días) 2019: 90 (noventa) días hábiles escolares	
Fecha estimada de inicio de la provisión 2019: Junio	
Fecha estimada de finalización de la provisión 2019: Octubre	
Total de presupuesto : 849.292.200 guaraníes	
Precio referencial por plato: 11.855 (once mil ochocientos cincuenta y cinto) guaraníes	
% de la agricultura familiar a implementar: 10% (diez por ciento) *Decreto N° 9270/2018 establece como mínimo 10%*	

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

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

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

3. Identificación de las instituciones educativas seleccionadas

Orden	Código de establecimiento escolar (**)	Código de Institución (**)	Nombre de la Institución/Centro (**)	Localidad o Barrio	Beneficiarios														Fuente de Financiación
					E.I(Pre jardín - Jardín - preescolar)		E.E.B. 1° y 2° Ciclo		E.E.B. 3° Ciclo		Educación Media				Educación Inclusiva		Educación Permanente		
											Bach. Científico		Bach. Técnico - Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
			ARROYOS Y ESTEROS																
1	0303025	2367	ESC. BAS. N° 488 DON ESPIRIDION H. GALEANO	CÑIA. COSTA PUCU	5	5	30	18											FONACIDE
			CARAGUATAY																
2	0305012	2429	ESC. BAS. Nº 447 FRANCISCO MIRANDA	FULGENCIO YEGROS	9	17	56	65											FONACIDE
			EUSEBIO AYALA																FONACIDE
3	0307018	2476	ESC. BAS. Nº 191 NIÑO SALVADOR DEL MUNDO	AGUAITY	8	19	71	41											FONACIDE
4	0307009	2467	ESC. BAS. N° 566 DEFENSORES DEL CHACO	CÑIA TUYUCUA	12	10	41	37											
			ITACURUBI DE LA CORDILLERA																FONACIDE
5	0309003	2514	ESC. BAS. N° 47 PROF. PEDRO AGUILERA	B° SAN ANTONIO	32	46	82	113											FONACIDE
6	0309024	3452	ESC. BAS. N° 6425 BARRIO YHAGUY	POTRERO ANGELITO	8	0	8	12											

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

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

			VALENZUELA															
7	0319016	12198	ESC. BAS. N° 3433 DON JOSÉ DOLORES VAZQUEZ	CÑIA. CERRO	6	5	17	23										FONACIDE
				Sub total	**80**	**102**	**305**	**309**										
				Total general	**182**		**614**											

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
EdificioBeckelman, 6to. PisoTelef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital
@MEC.py

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

4. Requerimiento nutricional		
	Nivel Inicial	**Edad escolar**
4.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal
5. Composición del menú		
5.1 Horario de preparación del menú	De 07: 00 hs a 10:00 hs	
5.2Horario de distribución	Turno mañana: 11:00 a 12:00 hs Turno tarde: 12:00 a 13:00 hs	
5.3 Constitución del menú	Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales	
5.4Modalidad del servicio del almuerzo escolar	Alimentos preparados en las escuelas	

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

GOBERNACIÓN III DEPARTAMENTO CORDILLERA DESPACHO

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión de Prestaciones

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

6. Menú Cíclico

SEMANA 1						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Soyo	Polenta con salsa de pollo	Caldo de poroto con fideo	Estofado de pollo con papa	Guiso de arroz con carne
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gramos	70 gramos salsa + 170 gramos de polenta	240 gramos	200 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	350 gramos	100 gramos de salsa + 250 gramos de polenta	350 gramos	300 gramos	300 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Arroz con leche	Fruta de estación (banana)	Fruta cítrica	Ensalada de frutas	Barrita de maní

SEMANA 2						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Guiso de fideo con pollo	So'oapu'a	Jopara	Picadito de carne con papa	Albóndigas de pollo con arroz
Cantidad por ración en gramos	200 gr.	240 gr.	240 gr.	200 gr.	70 gr. De salsa (3 bolitas) + 90 gramos de fideo	170 gramos
	300 gr.	350 gr.	350 gr.	300 gr.	100 gramos de salsa (4 bolitas) + 130 gramos de fideo	250 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Fruta de estacion (banana)	Dulce de batata	Fruta cítrica	Crema	Fruta de estación (banana)

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

SEMANA 3						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Revuelto de mandioca	Polenta de salsa con carne	Salsa de legumbres con arroz blanco	Tallarín con salsa de carne	Picadito de pollo con puré de papa
Cantidad por ración en gramos	170 gr.	170 gr.	70 gramos salsa + 70 gramos de polenta	70 gramos de salsa + 100 gramos de arroz	70 gramos de salsa + 80 gramos de fideo	70 gramos de salsa +110 gramos de puré de papa
	250 gramos	250 gramos	100 gramos salsa + 250 gramos de polenta	100 gramos de salsa + 130 gramos de arroz	100 gramos de salsa + 120 gramos de fideo	100 gramos de salsa + 160 gramos de puré
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Ensalada de frutas	Fruta de estación (banana)	Fruta cítrica	Arroz con leche	Dulce de batata

SEMANA 4						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Guiso de mandioca con carne	Caldo de pollo con verdura	Guiso de arroz con poroto	Locro	Salsa de pollo con fideo
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	170 gramos	240 gramos	200 gramos	240 gramos	70 gramos salsa + 80 gramos de fideo
	Edad Escolar	250 gramos	350 gramos	300 gramos	350 gramos	100 gramos salsa + 120 gramos de fideo
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Fruta de estacion (banana)	Dulce de batata	Fruta cítrica	Crema	Fruta de estación (banana)

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

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

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

7. Recetario del menú cíclico

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú Soyo **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** 297 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial: 240 gramos** **Edad Escolar: 350 gramos**	Carne vacuna magra	60 gr.	52 gr.	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar.
	Zapallo	60 gr.	32 gr.	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Tomate	30 gr.	29 gr.	Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y
	Arroz	20 gr.	20 gr.	cocinar hasta que se estén tiernos.
	Zanahoria	20 gr.	16 gr.	Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal
	Queso Paraguay	15 gr.	15 gr.	yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que
	Cebolla	10 gr.	9 gr.	estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne
	Locote	10 gr.	8 gr.	esté cocida. Retirar del fuego y agregar el queso y el
	Aceite	5 ml.	5 ml.	orégano.
	Orégano	0.5 g	0.5 g.	
	Ajo	0,5 g.	0.5 g.	
	Sal yodada	0.5 g.	0.5 g.	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú: Polenta con salsa de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía: 307 kcal.** **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 70 gramos de salsa + 170 gramos de polenta **Edad Escolar:** 100	**Salsa de pollo**:			**Salsa de Pollo**:
	Tomate	70 g	69 g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños.
	Pechuga de pollo	60 g	52g	Lavar, pelar y cortar las verduras.
	Cebolla	10 g	9 g	Sellar el pollo con el ajo y el aceite.
	Locote	10 g	8 g	Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás
	Aceite	3 ml	3 ml	verduras, por último agregar el agua caliente hasta cubrir
	Ajo	0.5 g	0.5 g	los ingredientes.
	Sal yodada	0.5 g	0.5 g	Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén
	Laurel	0.2 g	0.2 g	listas y agregar la sal.
	Agua potable	c/n	c/n	
	Polenta:			**Polenta:**
	Agua potable	200 ml	200 ml	Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2.022

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

gramos de salsa + 250 gramos de polenta.	Harina de maiz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	40 g 15 g 10 g 2 ml 0.5 g	40 g 14 g 10 g 2 ml 0.5 g	aceite con la sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierva incorporar harina de maiz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche y retirar del fuego.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Caldo de poroto con fideo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 271 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Fideo nido Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo. Añadir la porción de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 20 minutos aproximadamente y servir el plato. Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Estofado de pollo con papa **Rendimiento:** 1 porción	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g	134 g 42g 59 g 16 g 18 g 8 g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar,pelary cortarlasverduras Sellar el pollo conel ajo,una vezselladaagregar eltomate,luegolas demásverduras y agregar elaguacalientehastacubrir los ingredientes Porúltimoagregar

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Hrimate
EdificioBeckelman, 6to. PisoTelef. : (595)21 454 220 int. 29
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

	Arveja	5 g	5 g	laspapasycocinarhastaqueesténblandas.
Energía:	Aceite	5 ml	5 ml	
257 kcal	Cebollita de	5 g	5 g	
Peso por porción:	hoja	0.5g	0.5g	
Nivel inicial:200	Ajo	0.5g	0.5g	
gramos	Sal yodada	c/n	c/n	
Edad escolar: 300	Agua potable			
gramos				

Menú 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú	Carne magra	60g	52g	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y
Guiso de arroz con	Tomate	70g	69g	cortarlos en cubos.
carne	Arroz	45g	45g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
Rendimiento:1	Cebolla	15g	14g	Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla,
porción	Locote	10g	8g	tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar
Energía :	Aceite	5ml	5ml	una salsa roja, incorporar el arroz, revolver un poco y
340 kcal	Ajo	0.5g	0.5g	luego agregar el agua y cocinar hasta que se ablande el
Peso por porción:	Sal yodada	0.5g	0.5g	arroz (15 minutos aproximadamente).
	Laurel	0.2g	0.2g	
Nivel Inicial: 200	Agua potable	c/n	c/n	
gramos				
Edad Escolar: 300				
gramos				

Menú 6	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú	Pechuga de			Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones
Guiso de fideo con	pollo	60g	42g	pequeñas.
pollo	Tomate	70g	69g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
Rendimiento:1	Fideo	45g	45g	Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla,
porción	Cebolla	15g	14g	tomate, locote con la sal yodada.
Energía :	Locote	10g	8g	Cocinar hasta formar una salsa roja. Incorporar el fideo,

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2.020

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

308 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial: 200 gramos** **Edad Escolar: 300 gramos**	Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	5ml 0.5g 0.5g 0.2g c/n	5ml 0.5g 0.5g 0.2g c/n	revolver un poco y luego agregar el agua. Cocinar hasta que se ablande el fideo (10 a 15 minutos aproximadamente).
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú So'oApu'a **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** **306 kcal** **Peso por porción:** **Nivel Inicial: 240 gramos** **Edad Escolar: 350 gramos**	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Cebolla Locote Harina de maíz Aceite Orégano Sal yodada Ajo Laurel Agua potable	80g 60g 30g 20g 10g 10g 5g 5ml 0.5g 0.5g 0.5g 0.2g c/n	70g 32g 29g 20g 9g 8g 5g 5ml 0.5g 0.5g 0.5g 0.2g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. 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, el zapallo, arroz, el resto de sal yodada y laurel. Una vez listo apagar el fuego y agregar orégano.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Jopará **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** **264 kcal** **Peso por porción:** **Nivel Inicial: 240**	Zapallo Tomate Locro Queso paraguay Poroto Cebolla Locote Aceite	60g 40g 30g 20g 15g 15g 10g 5ml	35g 39g 30g 20g 15g 14g 8g 5ml	Pelar, lavar y picar todos los vegetales en cubos pequeños. En una olla saltear con aceite, cebollar, locote, tomate y ajo, con sal yodada hasta que estén blandos. Agregar agua, zapallo, locro y poroto. Cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, agregar queso paraguay y perejil. Observación: si la legumbre utilizada es seca, deberá ser

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

gramos	Sal yodada	0.5g	0.5g	remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1
Edad Escolar: 350	Ajo	0.5g	0.5g	hora antes en agua caliente.
gramos	Perejil	5g	5g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
	Papa	200g	134g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa.
Nombre del Menú	Carne vacuna			Cortar en porciones iguales.
Picadito de carne	magra	60g	52g	Lavar, pelar y cortar las verduras.
con papa	Tomate	60g	59g	Sellar la carne con el ajo; una vez sellada agregar la
Rendimiento: 1	Zanahoria	20g	16g	cebolla, el locote, zanahoria y el tomate y agregar el
porción	Cebolla	20g	18g	agua caliente hasta cubrir los ingredientes.
Energía :	Locote	10g	8g	Por último, agregar las papas. Las arvejas y la cebollita
319 kcal	Arveja	5g	G	de hoja, cocinar hasta que estén blandas.
Peso por porción:	Aceite	5ml	5ml	
Nivel Inicial: 200	Cebollita de			
gramos	hoja	5g	5g	
Edad Escolar: 300	Ajo	0.5g	0.5g	
gramos	Sal yodada	0.5g	0.5g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú	**Albóndigas de**			**Albóndigas:**
Albóndigas de	**pollo:**			Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel.
pollo con arroz	Tomate	70g	69g	Procesarlo.
Rendimiento: 1	Pechuga de			Mezclar el pollo con galleta molida y el diente de ajo.
porción	pollo	60g	42g	Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas del
Energía :	Cebolla	15g	14g	tamaño uniforme. Reservar.
324 kcal	Galleta molida	10g	10g	
Peso por porción:	Locote	10g	8g	**Salsa:**
Nivel Inicial: 70 g	Aceite	3ml	3ml	Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear
de salsa + 90 g de	Ajo	0.5g	0.5g	cebolla, ¼ diente de ajo y locote en aceite y luego

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

arroz	Sal yodada	0.5g	0.5g	agregar tomate, con los demás vegetales y cocinar hasta
Edad Escolar: 100	Laurel	0.2g	0.2g	formar una salsa. Incorporar las albóndigas, laurel y el
g de salsa + 130 g	Agua potable	c/n	c/n	agua hervida hasta cubrir toda la preparación. Una vez
de arroz	**Arroz**			cocinadas apagar el fuego y agregar el orégano.
	Arroz	45g	45g	
	Aceite	2ml	2ml	**Arroz:**
	Ajo	0.5g	0.5g	Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada.
	Sal yodada	0.5g	0.5g	Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15
	Agua potable	c/n	c/n	minutos aproximadamente. Apagar el fuego.

Menú 11	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú	Mandioca	200g	116g	**Mandioca:**
Revuelto de	Huevo*	50g	50g	Pelar y lavar la mandioca. Cortarlas en el medio en
mandioca	Queso paraguay	20g	20g	trozos similares y cocinar hasta que esté blando.
Rendimiento: 1	Cebolla	20g	18g	
porción	Locote	10g	8g	**Revuelto:**
Energía :	Cebollita de			Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
339 kcal	hoja	5g	5g	Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que
Peso por porción:	Aceite	3ml	3ml	estén tiernos.
Nivel Inicial: 170	Ajo	0.5g	0.5g	Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada
gramos	Sal yodada	0.5g	0.5g	en trozos pequeños.
Edad Escolar: 250	Agua potable	c/n	c/n	Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que
gramos				el mismo este totalmente cocido (coagule)
				*50 g de huevo corresponde a 1 unidad
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú	**Salsa de carne:**			**Salsadecarne:**
Polenta con salsa	Tomate	70g	69g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa.
de carne	Carne vacuna			Cortar en porciones iguales.
Rendimiento: 1	magra	60g	52g	Lavar, pelar y cortar los vegetales sin el tomate. Cocinar
porción	Cebolla	10g	9g	hasta que estén blandos, por último agregar tomate.

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

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

Energía : 356 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 70g salsa + 170g polenta **Edad Escolar:** 100 g salsa + 250 g polenta	Locote	10g	8g	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 son líquido. Agregar agua si es necesario. **Polenta**: Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltearla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua potable caliente, cuando hierva, incorporar la harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos y cocinar hasta que se espese y esté totalmente cocinada la harina de maíz. Por último agregar leche. **Observación:** la cantidad de agua potable que se utiliza para la polenta es 5 veces el volumen de la harina de maíz.
	Aceite	3ml	3ml	
	Ajo	0.5g	0.5g	
	Sal Yodada	0.5g	0.5g	
	Laurel	0.2g	0.2g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Polenta:			
	Agua potable	200ml	200ml	
	Harina de maíz	40g	40g	
	Cebolla	15g	14g	
	Queso paraguay	10g	10g	
	Aceite	2ml	2ml	
	Sal yodada	0.5g	0.5g	

Menú 13	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú Salsa de legumbres con arroz blanco **Rendimiento:1** porción **Energía :** 304 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 70g salsa + 100g de arroz **Edad Escolar:** 100g salsa + 130 g	**Salsa de legumbres**:			**Salsa de legumbres**: Pelar, lavar y picar los vegetales en trozo pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua potable caliente y cocinar hasta que estén listos. **Arroz blanco**: Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua potable caliente. Cocinar por 15 minutos aproximadamente. Agregar el queso paraguay y servir.
	Tomate	70g	69g	
	Poroto	20g	20g	
	Cebolla	15g	14g	
	Locote	10g	8g	
	Aceite	3ml	3ml	
	Ajo	0.5g	0.5g	
	Sal yodada	0.5g	0.5g	
	Laurel	0.2g	0.2g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Arroz quezú:			

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2.023

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

2013

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

de arroz	Arroz	40g	40g	**Observación:**
	Queso paraguay	10g	10g	Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1
	Aceite	2ml	2ml	día antes en agua potable a temperatura natural o 1 hora
	Ajo	0.5g	0.5g	antes en agua potable caliente. La cantidad de agua
	Sal yodada	0.5g	0.5g	potable caliente que se agrega al cereal es 2 veces a su
	Agua potable	c/n	c/n	volumen.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
	Salsa de carne			**Salsa de carne:**
Tallarín con salsa	Tomate	70 g	69 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa.
de carne	Carne vacuna	80 g	72 g	Cortar en porciones iguales.
	magra			Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales.
Rendimiento: 1	Zanahoria	20 g	20 g	Sellar el carne en aceite con ajo. Luego agregar cebolla,
porción	Cebolla	15 g	14 g	locote y sal yodada.
	Locote	10 g	8 g	Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y
Energía:	Aceite	5 ml	5 ml	laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta
337 kcal	Ajo	0,5 g	0,5 g	cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	que quede la salsa roja.
Peso por porción:	Laurel	0.2 g	0.2 g	
Nivel inicial:70g	Agua potable	c/n	c/n	**Fideo**
salsa + 80 g fideo				Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por
	Fideo			8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de
Edad escolar:100 g	Fideo tallarín	60 g	60 g	cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
salsa + 120 g fideo	Sal yodada	0.5 g	0.5 g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú	**Picadito de**			Picadito de pollo:
Picadito de pollo	**pollo:**			Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en
con puré de papas	Pechuga de			porciones iguales.
Rendimiento:1	pollo	60g	42g	Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños.
porción	Tomate	60g	59g	Sellar el pollo en el aceite con el ajo, una vez sellado

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

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

Energía :	Zanahoria	20g	16g	agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada.
285 kcal	Cebolla	15g	14g	Cocinar hasta que estén blandas.
Peso por porción:	Locote	10g	8g	Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta
	Perejil o cilantro	5g	5g	cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate
Nivel Inicial: 70g	Aceite	3ml	3ml	se haga salsa y cambie de color (rojo) por
picadito + 110 g	Ajo	0.5g	0.5g	aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte
puré	Sal yodada	0.5g	0.5g	cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si
Edad Escolar: 100	Laurel	0.2g	0.2g	es necesario.
g picadito + 160 g	Agua potable	c/n	c/n	
puré	**Puré de papas:**			**Puré de papas:**
	Papa	200g	134g	Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas en un
	Leche fluida	50ml	50ml	recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se
	Margarina	5g	5g	ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción
	Sal yodada	0.5g	0.5g	y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal yodada y
	Agua potable	c/n	c/n	mezclar uniformemente.

Menú 16	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Nombre del Menú	Mandioca	200g	116g	**Mandioca:**
Guiso de mandioca	Carne vacuna			Pelar y lavar la mandioca. Cortar en el medio en trozos
con carne	magra	60g	52g	similares y cocinar hasta que esté blando.
Rendimiento: 1	Tomate	60g	59g	
porción	Cebolla	15g	14g	**Guiso de mandioca:**
	Locote	10g	8g	Limpiar la carne vacuna, dejarlos libre de ligamentos y
	Aceite	5ml	5ml	cortarlos en cubos.
Energía :	Ajo	0.5g	0.5g	Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños.
363 kcal	Sal yodada	0.5g	0.5g	Saltear la carne en el aceite y ajo.
Peso por porción:	Laurel	0.2g	0.2g	Agregar cebolla, tomate, locote, laurel, sal yodada.
Nivel Inicial: 170g	Agua potable	c/n	c/n	Cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca
Edad Escolar: 250				previamente cocinada y picada en cubos pequeños y
gramos				cocina por 5 minutos más aproximadamente. Agregar

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

				agua si es necesario.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Caldo de pollo con verduras **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** 254 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 240 gramos **Edad Escolar:** 350 gramos	Pechuga de pollo	80g	56g	Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y córtalo en trozos pequeños.
	Zapallo	60g	32g	Lavar, pelar y cortar los vegetales.
	Tomate	35g	34g	Sellar el pollo en aceite.
	Arroz	20g	20g	Una vez sellado agregar cebolla, tomate, ajo y locote.
	Zanahoria	20g	16g	Luego agregar agua potable caliente, zanahoria, zapallo,
	Cebolla	10g	9g	sal yodada y laurel. Cocinar hasta que estén listos.
	Locote	10g	8g	Por último, agregar el arroz y cocinar hasta que esté
	Aceite	5ml	5ml	listo. Una vez apagado el fuego agregar cebollita de
	Cebollita de hoja	5g	5g	hoja.
	Ajo	0.5g	0.5g	
	Sal yodada	0.5g	0.5g	
	Laurel	0.2g	0.2g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Guiso de arroz con poroto **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** 317kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 200 gramos **Edad Escolar:** 300	Tomate	70g	69g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Arroz	40g	40g	Saltear la cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que
	Poroto	20g	20h	los mismos estén tiernos.
	Queso paraguay	15g	15g	Incorporar el poroto con sal yodada y agua potable
	Cebolla	15g	14g	caliente hasta que estén blandos.
	Locote	10g	8g	Por último, agregar la cebollita de hoja.
	Aceite	5ml	5ml	
	Cebollita de hoja	5g	5g	Observación:
	Sal yodada	0.5g	0.5g	Si la legumbre utilizada es seca (excepción de lenteja)
	Ajo	0.5g	0.5g	deberá ser remojada 1 día antes en agua potable a
				temperatura natura o 1 hora antes en agua potable

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Oviedo
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

gramos	Agua potable	c/n	c/n	caliente.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Locro **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** 343 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 240 gramos **Edad Escolar:** 350 gramos	Carne vacuna magra	80g	70g	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura ambiente la noche anterior o dejar en remojo en agua caliente una hora antes de empezar la reparación.
	Zapallo	60g	32g	Desechar el agua de remojo.
	Locro	40g	40g	Pelar, lavar y picar todos los vegetales.
	Tomate	25g	24g	Reservar.
	Zanahoria	20g	16g	Saltear cebolla, tomate, locote, laurel, ajo.
	Cebolla	10g	9g	Agregar el locro, sal yodada, agua potable caliente y cocinar hasta que esté blando. Luego agregar los trozos de carne, zapallo, zanahoria y continuar la cocción 15 minutos aproximadamente.
	Locote	10g	8g	Por último, agregar cebollita de hoja.
	Aceite	5ml	5ml	
	Cebollita de hoja	5g	5g	
	Ajo	0.5g	0.5g	
	Sal yodada	0.5g	0.5g	
	Laurel	0.2g	0.2g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Nombre del Menú Salsa de pollo con fideo **Rendimiento:** 1 porción **Energía :** 292 kcal **Peso por porción:** **Nivel Inicial:** 70g salsa + 80g fideo gramos	**Salsa de pollo**			**Salsa de pollo:**
	Pollo	60g	42g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en trozos pequeños.
	Tomate	60g	59g	Pelar, lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños.
	Zanahoria	20g	16g	Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote, zanahoria y sal yodada.
	Cebolla	15g	14g	Cocinar hasta que se ablanden. Luego agregar tomate y laurel.
	Locote	10g	8g	Posterior, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja.
	Aceite	5ml	5ml	
	Ajo	0.5g	0.5g	
	Sal yodada	0.5g	0.5g	
	Laurel	0.2g	0.2g	
	Agua potable	c/n	c/n	

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2.222

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovejar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Edad Escolar: 100g salsa + 120 g fideo	**Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	 40g 0.5g c/n	 40g 0.5g c/n	**Fideo:** Hervir el fideo en un recipiente con agua y sal yodada; y cocinar aproximadamente por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.

Ensaladas

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía:**46 kcal **Peso por porción:** 50g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	28g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 43kcal** **Peso por porción: 55g**	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	29g 16g 9g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** la cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:38kcal** **Peso por porción: 55g**	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	29g 15g 8g 3ml 0.5g	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.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Menú 4	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía: 40kcal** **Peso por porción: 55 g**	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	24g 19g 9g 3ml 0.5g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación**: el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:37kcal** **Peso por porción: 50g**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	24g 15g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. **Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** **Peso por porción:**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	24g 15g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodad y aceite. Servir. Observación: el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 39kcal** **Peso por porción: 60g**	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 20g 3ml 0.5g	28g 15g 16g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Menú 8	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía: 38kcal** **Peso por porción:** 55g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	29g 15g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**38kcal **Peso por porción:** 50g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	18g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria Lavar y cortar en trozos pequeños los demás vegetales Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar su aceptabilidad.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** **Peso por porción:** 55g	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	29g 16g 9g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** la cebolla una picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**40kcal **Peso por porción:** 55g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	24g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
Departamento Cordillera

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

				mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**38kcal **Peso por porción:** 50g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10ml 3ml 0.5g	18g 19g 9g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**39kcal **Peso por porción:** 60g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	28g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**52kcal **Peso por porción:** 55g	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40g 20g 10g 3ml 0.5g	27g 16g 10g 3ml 0.5g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en trozos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: la cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**37 Kcal **Peso por porción:**	Repollo Pepino Zanahoria Aceite	30g 20g 10g 3ml	24g 15g 8g 3ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar son sal yodada y aceite. Servir.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

50g	Sal yodada	0.5g	0.5g	**Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**39kcal **Peso por porción:** 60g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	28g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar son sal yodada y aceite. Servir.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**37kcal **Peso por porción:** 50g	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	28g 19g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad.
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**38kcal **Peso por porción:** 55g	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	29g 15g 8g 3ml 0.5g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:**43kcal **Peso por porción:**	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite	30g 20g 10g 3ml	29g 16g 9g 3ml	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.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

22

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

55g	Sal yodada	0.5g	0.5g	**Observación:** la cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40kcal **Peso por porción:** 55g	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30g 20g 10g 3ml 0.5g	24g 19g 9g 3ml 0.5g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** el repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.

Postres

Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Arroz con leche **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 115 kcal **Peso por porción:** 100g	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela Piel de naranja o limón	150ml 100ml 10g 5g 0.2g c/n	150ml 100ml 10g 5g 0.2g c/n	Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente. Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 2.022

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Menú 3	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 64 kcal **Peso por porción:** 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Barra de maní **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 152 kcal	**Alimento a base de maní (Barra de maní)**			Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. [illegible]

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Energía: 63 kcal				
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de membrillo/ batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	**Dulce de membrillo/ batata**	30 g	30 g	Servir el dulce.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Crema **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 110 kcal **Peso por porción:** 60 g	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Cáscara de naranja o limón Vainilla o canela	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	Separar 25ml de leche fría y diluir la fécula en ella. Colocar el resto de la leche a hervir en una cacerola junto con el azúcar y la ramita de canela, cáscara de limón o naranja, remover constantemente. Cuando la leche rompa a hervir, bajar la intensidad del fuego (fuego medio – mínimo), retirar la canela y/o cáscara de naranja y verter la mezcla anterior poco a poco sin dejar de remover. Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Menú 10	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal **Peso por porción:** 100 g	Piña Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir

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

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

porción **Energía:** 62 kcal				
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Arroz con leche **Rendimiento:** 1 porción **Energía: 115 kcal** **Peso por porción: 100g**	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela Piel de naranja o limón	150ml 100ml 10g 5g 0.2g c/n	150ml 100ml 10g 5g 0.2g c/n	Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente. Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de membrillo/ batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	**Dulce de membrillo/ batata**	30 g	30 g	Servir el dulce.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Dulce de membrillo/ batata	**Dulce de membrillo/**	30 g	30 g	Servir el dulce.

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3122

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 79 kcal	batata			
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Crema **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 110 kcal **Peso por porción:** 60 g	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Cáscara de naranja o limón Vainilla o canela	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	Separar 25ml de leche fría y diluir la fécula en ella. Colocar el resto de la leche a hervir en una cacerola junto con el azúcar y la ramita de canela, cáscara de limón o naranja, remover constantemente. Cuando la leche rompa a hervir, bajar la intensidad del fuego (fuego medio – mínimo), retirar la canela y/o cáscara de naranja y verter la mezcla anterior poco a poco sin dejar de remover. Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

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

8. Calculo de insumos para el almuerzo escolar

Año:	2019
Institución Educativa:	7
Nº de comensales:	796
N° de meses del proyecto:	4,5

		Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	TOTAL EN EL MES	TOTAL DEL PROYECTO
		TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg		
Insumo	Unidad de medida	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	31,84	31,84	31,84	31,84	127,36	573,12
Ajo	kg	1,99	1,99	1,99	1,99	7,96	35,82
Fécula de maíz	kg	3,98	3,98	0	3,98	11,94	53,73
Arroz	kg	59,7	59,7	31,84	47,76	199	895,5
Arveja en granos	kg	3,98	3,98	0	7,96	15,92	71,64
Azúcar	kg	3,98	7,96	7,96	0	19,9	89,55
Banana	kg	127,36	175,12	87,56	175,12	565,16	2543,22
Carne vacuna magra *	kg	95,52	95,52	95,52	111,44	398	1791
Cebolla de cabeza	kg	71,64	59,7	87,56	59,7	278,6	1253,7
Cebollita de hoja	kg	3,98	3,98	7,96	7,96	23,88	107,46
Margarina	kg	0	0	3,98	0	3,98	17,91
Dulce de batata	kg	0	23,88	23,88	23,88	71,64	322,38
Dulce de mamón	kg	23,88	0	0	0	23,88	107,46
Fideo	kg	11,94	35,82	31,84	31,84	111,44	501,48
Harina de maíz	kg	31,84	3,98	31,84	0	67,66	304,47
Galleta molida	kg	0	7,96	0	0	7,96	35,82
Laurel	kg	0,1592	0,4776	0,6368	0,6368	1,9104	8,5968
Leche entera	l	79,6	95,52	135,32	95,52	405,96	1826,82
Lechuga	kg	23,88	23,88	23,88	23,88	95,52	429,84
Locote	kg	39,8	39,8	39,8	39,8	159,2	716,4

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.022

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

Locro	kg	0	23,88	0	63,68	87,56	394,02
Mandioca	kg	0	0	159,2	159,2	318,4	1432,8
Mamón	kg	47,76	0	0	0	47,76	214,92
Naranja	kg	183,08	286,56	183,08	143,28	796	3582
Orégano	kg	0,398	0,398	0,398	0,398	1,592	7,164
Papa	kg	159,2	159,2	159,2	0	477,6	2149,2
Pechuga de pollo	kg	95,52	95,52	47,76	111,44	350,24	1576,08
Huevo	kg	0	0	39,8	0	39,8	179,1
Perejil	kg	15,92	3,98	3,98	0	23,88	107,46
Pepino	kg	15,92	31,84	31,84	31,84	111,44	501,48
Piña	kg	0	0	47,76	47,76	95,52	429,84
Poroto	kg	23,88	11,94	15,92	15,92	67,66	304,47
Queso	kg	31,84	15,92	31,84	11,94	91,54	411,93
Repollo	kg	47,76	47,76	47,76	47,76	191,04	859,68
Sal yodada	kg	3,184	4,776	4,378	3,98	16,318	73,431
Tomate	kg	262,68	294,52	302,48	286,56	1146,24	5158,08
Zanahoria	kg	115,42	71,64	79,6	103,48	370,14	1665,63
Zapallo/calabaza	kg	95,52	47,76	0	95,52	238,8	1074,6

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.922

GOBERNACIÓN III DEPARTAMENTO DESPACHO CORDILLERA

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

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

9. Control de calidad y participación social

Descripción	
9.1. Plan de Monitoreo	Se realizarán controles diarios de la materia prima (desde la recepción, utilización y almacenamiento de los alimentos) para garantizar la inocuidad y buena calidad de los alimentos; estos trabajos de monitoreo y fiscalización estarán a cargo de los Nutricionistas tanto de la Empresa contratada como de la Municipalidad.
9.2. Plan de capacitaciones	La capacitación de los manipuladores de alimentos debe ser otorgada por el INAN al personal de la empresa adjudicada antes del inicio de la provisión del almuerzo escolar. Los nutricionistas tanto de la empresa adjudicada como del municipio tendrán a su cargo capacitar al personal encargado de manipular y elaborar los alimentos, Se les capacitará sobre buenas prácticas de manufactura, control, higiene e inocuidad de los alimentos, métodos de cocción, cómo evitar la contaminación cruzada, la importancia de los nutrientes que tiene cada menú y la ración que le corresponde a cada niño, la importancia del consumo del almuerzo para el niño, para que, los encargados de elaborar los alimentos, puedan transmitir a los niños sus conocimientos e incentivar a los niños a consumir todo lo que se les brinda.
9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	Se utilizarán los medios de comunicación como redes sociales, radios locales y prensa escrita o televisiva para promocionar y hacer difusión sobre el almuerzo escolar. Es imprescindible dar a conocer los beneficios que aportan a la comunidad el servicio de Almuerzo Escolar.

10. Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

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

1. RECEPCION.

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

2. ALMACENAMIENTO.

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

3. HIGIENE.

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

4. PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN.

El horario de pre elaboración es a partir de las 07.00hs a 10,30 hs. Se cuentan con los utensilios

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

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

necesarios para la elaboración eficaz de los menús, en este proceso se tienen en cuenta los protocolos de elaboración de cada plato.
Para dicha elaboración se cuentan con cocineras con previa capacitaciones y auxiliar de cocina de acuerdo a la cantidad de alumnos en la institución.
La contratada es responsable de elaborar los alimentos conforme al menú establecido en el Pliego de Bases y Condiciones, de la entrega de los ingredientes a las instituciones educativas, de la distribución de raciones a los estudiantes dentro de las instituciones educativas, así como de la limpieza de todo lo utilizado de manera diaria, según corresponda.

5. DISTRIBUCIÓN.

Se realizará en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11.00hs a 12.00hs y turno tarde 12.00hs a 13.00hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento. Se utilizarán utensilios no tóxicos, platos de plásticos, cucharas o un pote plástico para la ensalada. Se cumplirán todas las normas de higiene y manipulación de los alimentos desde el momento de la higiene del lugar, pre elaboración, distribución y posterior limpieza del área utilizada. Así cumpliendo estrictamente con las exigencias y criterios del Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP Y BS)
La elaboración del almuerzo escolar será realizada en la institución Educativa, mediante el acondicionamiento de una cocina escolar, garantizando la calidad del producto final en cuanto a higiene, salubridad y calidad del almuerzo escolar.

6. EQUIPAMIENTOS BÁSICOS MÍNIMOS QUE DEBE SER MONTADO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA.

- Heladeras y congeladores.
- Cocina o Fogón.
- Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios, de materiales no contaminantes.
- Utensilios para la preparación de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillos, cucharones, tenedores, tabla diferenciadas para cortar carne y verduras, bol, bandejas, entre otros), se debe minimizar la utilización de utensilios de madera.
- Utensilios para el servicio (platos, cucharas, vasos), aptos para entrar en contacto con alimentos.
- Basureros con bolsa y tapa.

6. PROCEDEMIENTO PARA LA PRESTACION DEL SERVICIO

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

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

Lic. Agata Pont
Nutricionista

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

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

- Retirar todos los utensilios y enseres para su correspondiente limpieza, luego de finalizado el servicio.
- Las personas responsables de elaborar los alimentos en las escuelas deberán cumplir con todas las normas prácticas de higiene salubridad.

La empresa proveedora deberá disponer de los siguientes recursos humanos para la ejecución del contrato:

1 (un) Cocinero/a (Demanda: 1 cocinero/a por cada 100 estudiantes).
1 (un) Auxiliar de cocina (Demanda: 1 auxiliar por cada 100 estudiantes)
1 (un) personal para la limpieza de utensilios y del espacio (Demanda: 1 por institución educativa)
1 (un) profesional nutricionista (Demanda: 1 profesional por cada 1000 estudiantes)

GOBERNACIÓN III DEPARTAMENTO DESPACHO CORDILLERA

Firma del Gobernador
Aclaración
Sello de la institución

Dr. Hugo Alberto Fleitas Ovelar
Gobernador
III Departamento Cordillera

Lic. Agata Pont
Nutricionista
Reg. Prof. Nº

Firma del/la Nutricionista
Aclaración

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

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
Dpto. de Gestión