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

Nota DAE N°: 24 **/2020**

Asunción, 13 de enero de 2020

Señor
RUBEN AMANCIO ROJAS FERREIRA, Intendente
Municipalidad de Hernandarias
Departamento de Alto Paraná

El Ministerio de Educación y Ciencias, se dirige a Usted con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Hernandarias en fecha 13 de enero del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N° 6554; en la cual solicita la autorización al Proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar que será proveído a los estudiantes.

Al respecto, la Dirección de Alimentación Escolar autoriza el proyecto para el servicio de almuerzo escolar en vista que reúne los requisitos exigidos en las normativas legales vigentes. Se adjunta los documentos que forman parte del expediente foliados del 1(uno) al 22 (veintidós).

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

Datos del proyecto para el servicio de Almuerzo Escolar autorizado. Año 2020					
Cantidad de instituciones educativas	Cantidad de estudiantes	Tiempo de Provisión del servicio			Modalidad del servicio
		Año	Total Días	Días (especificar)	
6	341	2020	139	Lunes a Viernes	Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido

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 Municipalidad de Hernandarias; 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.

Cassandra Becker, Nutricionista
Departamento de Educación Alimentaria y Nutricional

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

Melissa Desvars, Jefa
Departamento de Educación Alimentaria y Nutricional

Dirección de Alimentación Escolar
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
EdificioBeckelman, 6to. Piso. Teléf.: (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentación.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

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*: Alto Paraná	**Distrito*:** Hernandarias
Dirección del local de la Gobernación/Municipalidad*: Avda. Cesar Gianotti esquina José Asunción Flores	**N° de Tel*:** (0631) 20558 - (0631) 22212
Nombre del Gobernador/ Intendente*: RUBEN AMANCIO ROJAS FERREIRA	
N° de teléfono de línea baja*: (0631) 22212	**N° de celular:** (0983) 401240
Dirección de correo electrónico*: uoc@hernandarias.gov.py	
Nombre del/la nutricionista*: Lic. Jhoanna Samantha Soto Achucarro	
N° de Registro Profesional*: 3395	**N° de celular:** (0983) 358451
Dirección de correo electrónico*: jhoyachucarro555@gmail.com	
2. Principales datos del proyecto de almuerzo escolar	
Cantidad de instituciones seleccionadas*: 6 (seis)	
Cantidad de estudiantes beneficiados*: 341 (trescientos alumnos beneficiados)	
Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días)*: 139 (ciento treinta y nueve días hábiles)	
Fecha estimada de inicio de la provisión*: finales del mes de febrero.	
Fecha estimada de finalización de la provisión*: finales del mes de septiembre.	
Presupuesto estimado para el servicio*: 595.819.972 (quinientos noventa y cinco millones ochocientos diecinueve mil novecientos setenta y dos Guaraníes)	
Precio referencial por plato*: 12.500 Guaraníes	
% de la agricultura familiar a implementar*:10% *Decreto N° 9270/2018 establece como mínimo 10%*	

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

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutricion
Reg. N° 3395

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.

MUNICIPALIDAD DE HERNANDARIAS INTENDENCIA

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 1

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

Folio 2

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. 1º y 2º Ciclo		E.E.B. 3º Ciclo		Educación Media				Educac. Inclusiva		Educ. Permanente		
											Bach. Científ		Bach. Téc. Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
1	1005116	16512	7844 Independiente	Hernandarias	6	7	13	6											Fonacide.
2	1005063	16962	1521Arnoldo Janssen.	Hernandarias	8	5	27	24											Fonacide.
3	1005114	18964	7714San Miguel.	Hernandarias	3	7	11	12											Fonacide.
4	1005062	1702	14692 SN	Hernandarias	2	2	20	24											Fonacide.
5	1005035	6866	2419 Divino Niño Jesus.	Hernandarias	9	2	24	24											Fonacide.
6	1005037	6868	3175 Virgen Perpetuo Socorro	Hernandarias	9	7	51	38											Fonacide.
				SUBTOTAL	37	30	146	128											
					67		274												
				Total	341														

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

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

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

4. Requerimiento nutricional			
4.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	Nivel Inicial	Edad escolar	Adolescente
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal	No Aplica
5. Composición del menú			
5.1 Horario de preparación del menú	De 07: 00 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 ofrecidos por el servicio de plato servido (catering)		

6. **Menú Cíclico**

SEMANA 1						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Tallarín con salsa de carne	Polenta con salsa de pollo	Caldo de poroto con fideo	Estofado de pollo con papa	Guiso de mandioca con carne
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	70 g salsa + 80g fideo	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	240 gr	200 gr	170 gr
	Edad Escolar	100g salsa +120 g de fideo	100 gramos salsa + 250 gramos polenta	350 gr	300 gr	250 gr
Ensalada		Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales
Postre		Banana con miel	Fruta de estación	Fruta cítrica	Barrita de maní	Banana

SEMANA 2						
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal		Vori vori de pollo	Salsa de legumbres con arroz quesu	Soyo	Guiso de Fideo con pollo	Picadito de carne con papa
Cantidad por ración en gramos	Nivel Inicial	240 gr	70 gr de salsa +100 gr de arroz	240 gr	200 gr	200 gr
	Edad Escolar	350 gr	100 gr de salsa + 130 gr de arroz	350 gr	300 gr	300 gr
Ensalada		Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales
Postre		Banana	Fruta cítrica	Dulce de batata	Banana	Ensalada de fruta

SEMANA 3					
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes

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.

Thoanna S. Soto Achucarro
Lic. Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 3

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

Plato Principal		Salsa de pollo con fideo	Guiso de arroz con carne	Picadito de pollo con puré de papa	Caldo de Poroto con arroz	Polenta con salsa de carne
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	70g salsa + 80g fideo	200 gr	70 g picadito + 110 g puré	240 gr	70 gr de salsa + 170 de polenta
	Edad Escolar	100g salsa + 120g fideo	300 gr	100 g picadito + 160 g puré	350 gr	100 gr de salsa + 250 gr de polenta
Ensalada		Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales
Postre		Banana	Dulce de mamón	Fruta de estación	Fruta cítrica	Banana con miel

SEMANA 4						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Guiso de arroz con poroto	Locro	Chupín de pollo	Vori vori de carne	Salsa de pollo con arroz
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	200 gr	240 gr	120 gr	240 gr	70g salsa + 90g arroz
	Edad Escolar	300 gr	350 gr	180 gr	350 gr	100g salsa + 130g arroz
Ensalada		Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales	Ensalada de Vegetales
Postre		Fruta cítrica	Banana	Dulce de batata	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.

7. Recetario del menú cíclico

Platos principales

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Tallarín con salsa de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 337 kcal **Rendimiento:**1 porción **Energía:** 340 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70g salsa + 80 g fideo	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo tallarín Sal yodada	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	 69 g 52 g 20 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	**Salsa de carne:** Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **Fideo** Hervir el fideo en un recipiente con agua y cocinar por 8 minutos hasta que esté al

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Joanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 4

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

Edad escolar:100 g salsa + 120 g fideo	Agua potable			dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Polenta con salsa de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 307 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70g salsa + 170g polenta Edad escolar:100g salsa + 250g polenta	**Salsa de pollo** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	 70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	 69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	**Salsa de pollo** Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras. Sellar el pollo con el ajo y aceite. Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por ultimo agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén listas y agregar la sal. **Polenta** Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche y retira del fuego.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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. <u>Observación:</u> 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**
Estofado de pollo con papa **Rendimiento:**1 porción **Energía :** 257 kcal **Peso por porción:**	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g	134 g 42g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. Lavar, pelar y cortar las verduras Sellar el pollo con el ajo, una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes Por último agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

Folio 5

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

Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Ajo Sal yodada Agua potable	0,5g 0,5g c/n	0,5g 0,5g c/n	
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de mandioca con carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	Mandioca Carne vacuna magra Tomate Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	200 g 60 g 60 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	116 g 52 g 59 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando. **Guiso de mandioca:** Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne en el aceite y ajo. Agregar cebolla, tomate, locote, laurel, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente cocinada y picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente. Agregar agua si es necesario.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vori vori de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 351 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que queden blandos. Luego agregar el tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel. Continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos. Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos. Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa. Agregar las bolitas del vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de legumbres con arroz quesú **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g	**Salsa de legumbres:** Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción.

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
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3335

FOLIO 6

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

304 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	Sal yodada laurel Agua potable **Arroz quesú** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	**Arroz quesú** Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego. Observación: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente. La cantidad de agua hirviendo que se agrega al cereal es 2 veces su volumen.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Soyo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 297 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 60 g 30 g 20 g 20 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	52 g 32 g 29 g 20 g 16 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego y agregar el queso y orégano.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de fideo con pollo **Rendimiento:**1 porción **Energía:** 308 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Pechuga de pollo Tomate Fideo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	42g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en porciones pequeñas. 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 fideo, revolver un poco y luego agregar el agua. Cocinar hasta que se ablande el fideo (10 a 15 minutos aproximadamente)
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Picadito de carne con papa **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Papa Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja	200 g 60 g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g	134 g 52 g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar las verduras Sellar la carne con el ajo, una vez sellada agregar la cebolla, el locote, zanahoria y el tomate, y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

FOLIO 7

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

319 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Por último, agregar las papas, las arvejas y la cebollita de hoja, cocinar hasta que estén blandas.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de pollo con fideo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 292 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar:100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de pollo** Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	**Salsa de pollo:** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **Fideo:** Hervir el fideo en un recipiente con agua y sal yodada; y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 340 kcal **Peso por porción:** <u>Nivel inicial:</u> 200 gramos <u>Edad escolar:</u> 300 gramos	Carne magra Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	52g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	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 y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Picadito de pollo con puré de papas **Rendimiento:**1 porción **Energía:** 285 kcal	**Picadito de pollo** Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil o	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g	**Picadito de pollo:** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar el pollo en el aceite con el ajo, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada. Cocinar hasta que estén blandas.

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 8

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

Peso por porción: Nivel inicial:70 g picadito + 110 g puré Edad escolar: 100 g picadito + 160 g puré	cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Puré de papas** Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 134 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. **Puré de papas** Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Caldo de poroto con arroz **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 266 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Arroz 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. Luego agregar el arroz y cocinar hasta que esté cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. 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 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Polenta con salsa de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 356 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70g salsa + 170g polenta Edad escolar:100g salsa + 250g polenta	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	**Salsa de carne** Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar la carne 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. en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar la leche.

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.

Joanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 9

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

Menú 16	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Guiso de arroz con poroto **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 317 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Sal yodada Ajo Agua potable	70g 40g 20g 15g 15g 10g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	69g 40g 20g 15g 14g 8g 5ml 5g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos. Por último, agregar la cebollita de hoja. Observación: Si la legumbre utilizada es seca (excepción lenteja) deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Locro **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 343 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Locro Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Dejar en remojo el locro en agua a temperatura ambiente la noche anterior o dejar en remojo en agua caliente una hora antes de empezar la preparación. Desechar el agua de remojo. Pelar, lavar y picar todos los vegetales. Reservar. Cortar la carne en trozos iguales. Reservar. Saltear cebolla, tomate, locote, laurel, ajo. Agregar el locro y agua caliente. Hervir hasta que este blando. Luego agregar los trozos de carne, zapallo, zanahoria y dejar hervir por 15 minutos aprox. Por último, agregar cebollita de hoja, cilantro y sal yodada.
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Chupín de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 275 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 120 gramos Edad escolar: 180 gramos	Papa Tomate Pechuga de pollo Leche fluida Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	200 g 70 g 60 g 20 ml 20 g 20 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 69 g 42 g 20 ml 18 g 16 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas. En una bandeja, colocar ordenadamente la papa, encima el pollo, luego cebolla y locote, por último, tomate. Hacer una mezcla de agua potable, aceite, perejil, ajo, orégano y sal yodada, colocar sobre la Cocinar en horno moderado por 25 a 30 minutos. Retirar del horno y agregar leche y queso desmenuzado. Llevar nuevamente al horno para gratinar 5 minutos aproximadamente. Retirar del horno y servir.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. ...ción
Reg. N° 3395

Folio 10

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

Vori vori de carne **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 398 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aprox. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol, la harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar el caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas. Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de maíz al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano.

Menú 20	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Salsa de pollo con arroz **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 296 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70 g salsa + 90 g arroz Edad escolar:100 g salsa + 130 g arroz	**Salsa de pollo** Tomate Pollo Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz** Arroz Aceite Sal yodada Agua potable	 70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	 69 g 42 g 16 g 14 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g c/n	**Salsa de pollo:** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **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.

Ensaladas

Menú 1	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía:**37 kcal **Peso por porción:**50 gr	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

Folio 11

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

				de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 46 kcal **Peso por porción:** 50 g	Remolacha Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos 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 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:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Lechuga Aceite Sal yodada	40 g 20 g 30 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 28 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por Porción:** 55 gr	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 15 g 8 g 3 ml 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.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por Porción:** 55 gr	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	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 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por Porción:** 55 gr	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 15 g 8 g 3 ml 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.

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 12

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

Menú 7	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 49 kcal **Peso por porción:** 50 g	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos 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 helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Lechuga Aceite Sal yodada	40 g 20 g 30 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 28 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. 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:** 44 kcal **Peso por porción: 55 g**	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. 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 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 43 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Zanahoria Lechuga Aceite Sal yodada	30 g 20 g 30 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 28 g 3 ml 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. 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 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Pepino Aceite Sal yodada	40 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 15 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

Folio 13

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:** 44 kcal **Peso por porción:** 55 g	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. 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 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 37 kcal **Peso por porción:** 50 gr	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 ml 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. 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 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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:** 49 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Lechuga Aceite Sal yodada	40 g 20 g 30 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 28 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos 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 helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 37	Repollo Tomate Zanahoria Aceite	30 g 20 g 10 g 3 ml	24 g 15 g 8 g 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite.

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 14

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

kcal **Peso por porción:** 50 gr	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	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 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 39 kcal **Peso por porción:** 60 g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 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.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 43 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Zanahoria Pepino Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 15 g 3 ml 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. 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:** 42 kcal **Peso por porción:** 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, 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.

Postres

POSTRE 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de Estación **Rendimiento:** 1 ración. **Energía:** 97 kcal	Banana Miel	110 gr 12ml	70 gr 12ml	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con una cucharada de miel. Servir.
POSTRE 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 53 kcal	Piña	200	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza y 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.

Joanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

Folio 15

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

POSTRE 3	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía: 60 kcal**	Mandarina	g160 g	115 g	. Lavar, pelar antes de consumir.
POSTRE 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 152 kcal	Barrita de mani			
POSTRE 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 gr	
POSTRE 6	**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.
POSTRE 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar, pelar antes de consumir.
POSTRE 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 79 kcal.**	Dulce de Batata.	30 g	30 g	Servir 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.

Joanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

Folio 16

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

POSTRE 9	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.

POSTRE 10	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de fruta. **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.

POSTRE 11	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.

POSTRE 12	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Dulce de mamón. **Rendimiento:** 1 porción **Energía: 99 kcal.**	Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	102 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. **Escaldar**: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de cocción. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50 ml de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que estén listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frío servir.

POSTRE 13	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de Estación. **Rendimiento: 1 ración.** **Energía: 53 kcal.**	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza y servir.

POSTRE 14	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación

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
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. Nº 3395

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS * Dpto. de Gestión de PAE * DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

UNIDAD DE HERNANDARIAS INTENDENCIA

Folio 17

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

Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
POSTRE 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 97 kcal	Banana con miel.	110 g 12ml	70 g 12ml	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con una cucharada de miel. Servir.
POSTRE 16	**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
POSTRE 17	**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.
POSTRE 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación. **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Dulce de batata	30 g	30 g	Servir dulce.
POSTRE 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 53 kcal	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza y servir.
POSTRE 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Folio 18

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

Banana con miel **Rendimiento: 1 ración. Energía: 63 kcal**	Banana	110 gr	70 gr	Lavar, pelar antes de consumir.

8. **Control de calidad y participación social**

	Descripción
8.1. Plan de Monitoreo	Fiscalización 3 veces semanales en las escuelas beneficiadas, por parte de la Nutricionista Johanna S. Soto Achucarro del Municipio con informes mensuales o semanales de acuerdo a los monitoreo, teniendo en cuenta la planilla adjuntada.
8.2. 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 de almuerzo escolar. El municipio cuenta con la nutricionista para fiscalizar el menú que provee la empresa adjudicada a las Escuela beneficiadas.
8.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	El Proyecto de Alimentación Escolar es promocionado y difundido por medios de comunicación local y Departamental brindando a la ciudadanía información acerca del menú anual, de la empresa ganadora de la licitación y proveedora del Almuerzo en el periodo 2020

9. **Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada**

El Sistema de entrega es: Servicio Catering.

DISTRIBUCION

Se realizara en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11:00 hs a 12:00 hs y turno tarde de 12:00 hs a 13:00hs e dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento.

Se utilizaran utensilios no tóxicos, platos de plásticos cucharas o un pote de plástico para las ensaladas.

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 Alimentos y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. (MSP Y BS)

La empresa proveedora debe proveer todo lo relacionado para la implementación la alimentación.

EQUIPAMIENTOS BASICOS MINIMOS PARA LA IMPLEMENTACION DEL ALMUERZO EN LA INSTITUCION EDUCATIVA

Utensilios para el servicio (platos, cucharas, vasos), aptos para entrar en contacto con los alimentos.

Basureros con bolsas y tapas.

Mesas y sillas.

PROCEDIMIENTO PARA LA PRESTACION DEL SERVICIO.

Distribuir el menú correspondiente a cada día según las BPM, debiendo los encargados

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Johanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395

Folio 19

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

de la distribución contar con los atuendos necesarios y en buenas condiciones de higienes (delantales, gorros, entre otros)
Distribuir el almuerzo Escolar a los Estudiantes, utilizando utensilios como platos y cubiertas (cucharas)
Retirar todos los utensilios y enseres para su correspondiente limpieza luego de finalizado el servicio.
Las personas responsables de la distribución los alimentos en las Escuelas deberán cumplir con todas las normas de higiene y salubridad.

Menú	Temperatura adecuada a la preparación
Plato principal	≥65 °C
Ensalada	≤5 °C.
Postre Postres a base de leche	Frutas, turrones, entre otros: temperatura ambiente

CONTROL DE CALIDAD
Las preparaciones del plato principal, ensalada y postre, deberán ser transportadas y distribuidas en condiciones adecuadas, de tal forma que ofrezcan las garantías de inocuidad para la salud de los estudiantes.
Durante la ejecución del contrato los alimentos incluidos en el almuerzo/cena escolar estarán sujetos a controles aleatorios por parte de la contratante, así como de la autoridad sanitaria competente.
La toma de muestras podrá ser realizada en la empresa distribuidora o en las instituciones educativas por la autoridad sanitaria competente.
Los costos de los análisis físico-químicos como microbiológicos serán asumidos por el Proveedor, sin costo alguno para la Contratante.
Los equipamientos y utensilios deberán ser adecuados y mantenerse en perfectas condiciones durante la vigencia del contrato, pudiendo la Contratante realizar los controles que correspondan según normativas vigentes.
En caso de constatarse incumplimientos con relación a parámetros fisicoquímicos o microbiológicos establecidos en normativas vigentes, se actuará conforme a lo establecido en el contrato y la normativa vigente aplicable.
La fiscalización básica del servicio estará a cargo del encargado de Alimentación Escolar designado, debiendo informar a las instancias correspondientes sobre cualquier irregularidad en que incurra el proveedor.

PLANILLA DE MONITOREO DIARIO

1. Cantidad de días de provisión de almuerzo escolar:

(En caso de rechazo del producto por entrega en mal estado u otro motivo, especificar)
Observaciones
CONTENEDORES ADECUADO DEL ALMUERZO ESCOLAR.
CONTENEDORES ADECUADO PARA ENSALADAS.
CONTENEDORES ADECUADO PARA POSTRES.

2. MENÚ DEL DÍA

Plato principal:
Guarnición:
Postre:
CARACTERISTICAS ORGANOLEPTICAS

Plato principal		Guarnición		Postre	
Cumple	No cumple	Cumple	No cumple	Cumple	No cumple

- Aspecto
- Color

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaita
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en [illegible]ación
Reg. N° 5395

Folio 20

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

- Olor
- Sabor
- Textura

3. OTROS INDICADORES

OBSERVACION

Se observan cortes pequeños en la carne SI NO
Se observan verduras en cortes pequeños SI NO
Se observa grasa visible
Se observan variedad de vegetales en las ensaladas presentadas en la guarnición SI NO
Las frutas se sirven limpias (en caso de las naranjas, estar peladas)
SI NO

4. MANEJO HIGIENICO DEL MANIPULADOR

INDICADORES	CUMPLE	NO CUMPLE	OBSERVACIONES
Conducta adecuada			
Uniforme adecuado			
Aseo Adecuado			
Cantidad de manipuladores			

5. ÁREA DE CONSUMO DEL ALMUERZO ESCOLAR

CONDICIÓN
Lugar De Consumo
OBSERVACIÓN
1: Patio; 2: Aula De Clase; 3: Comedor; 4: Otro (Especificar)

6. CONDICIONES HIGIÉNICAS DEL ENTORNO DONDE SE DISTRIBUYE EL ALMUERZO ESCOLAR

Lugar de distribución:.....

INDICADORES		CUMPLE	NO CUMPLE
Limpieza adecuada del lugar	SI	NO	
Aseo de las superficies (mesada, muebles, etc)		SI	NO
Ventilación adecuada	SI	NO	
Iluminación adecuada		SI	NO
Lava manos en el área de manipulación de alimentos		SI	NO
Limpieza de utensilios		SI	NO

7. MOVILIARIO Y UTENSILIOS (se dispone de)

Mesa para el servicio del almuerzo SI NO OBS:
Utensilios adecuados para el servicio del almuerzo SI NO OBS:

8. SOBRE EL MENÚ

INDICADORES	CUMPLE	NO
Cronograma de menú establecido en el	SI	NO
Se sirve a los alumnos el plato principal, la guarnición y el postre	SI	NO
Menú cíclico visible en la Institución	SI	NO

OBSERVACIONES

9. HORARIO DE DISTRIBUCIÓN DEL ALMUERZO ESCOLAR

TURNOS	HORARIO
Mañana	
Tarde	

10. SISTEMA DE ENTREGA DEL ALMUERZO ESCOLAR

INDICADORES	CUMPLE	NO

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.

Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. ...rición
Reg. Nº 3395

FOLIO 21

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

CUMPLE
Horario de llegada en la institución / Horario de inicio del servicio SI NO
Horario de retiro de la institución / Horario de termino del servicio SI NO
OBSERVACIONES

11. ACEPTACIÓN DEL ALMUERZO ESCOLAR POR PARTE DEL ALUMNO

INDICADOR	RESPUESTA	
Es del agrado del alumno el menú servido el día de la visita	SI	NO
Les gusta la presentación de la comida (preguntar a 10 alumnos)	SI	NO

OBSERVACIÓN

12. SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS ALUMNOS

INDICADORES	RESPUESTA	
Se lavan las manos antes de servirse el alimento	SI	NO
Consumen las verduras del menú	SI	NO
Consumen las frutas del postre	SI	NO

OBSERVACIONES

13. SITUACIÓN OBSERVADA

SITUACIÓN

RECOMENDACIONES

14. OBSERVACIONES ADICIONALES (Detallar todo aquello que se necesite registrar escrito y por toma de imagen)

MUNICIPALIDAD DE HERNANDARIAS INTENDENCIA

Firma del Lic. Rubén Amancio Rojas F. : _____ Aclaración: _____

INTENDENTE MUNICIPAL

Firma del Nutricionista: _____ Aclaración: Jhoanna Soto Achucarro

Registro Profesional N°: Jhoanna S. Soto Achucarro
Lic. en Nutrición
Reg. N° 3395