Educación
Tarea de todos
Paraguay Katupyry

TEKOMBO'E HA TEMBIKUAA MOTENONDEHA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

TETÃ REKUÁI GOBIERNO NACIONAL
Jajapo ñande rapere ko'ãga guive
Construyendo el futuro hoy

Nota DGG y EE N°229/2018

Asunción, 13 de abril de 2018

Señor
MARIO ANÍBAL FERREIRO SANABRIA, Intendente
Municipalidad de Asunción

El Ministerio de Educación y Ciencias (MEC), a través del Departamento de Gestión de Programas de Alimentación Escolar (DGPAE) de la Dirección de Alimentación Escolar (DAE); dependiente de la Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa (DGGSyEE) se dirige a Usted, con relación a la nota presentada por la Municipalidad de Asunción en fecha 10 de abril del corriente año y recepcionado bajo el Expediente Xilema N° 102798 en la cual hace referencia a la solicitud de aprobación del Proyecto de Almuerzo Escolar para su implementación en las instituciones educativas.

Al respecto, se ha realizado el análisis técnico del proyecto de Alimentación Escolar presentado conforme a las normativas vigentes en relación al Programa de Alimentación Escolar del Paraguay-PAEP, y por consiguiente se ha resuelto autorizar la implementación del proyecto de Almuerzo escolar, que cuenta con hojas foliadas del 1 (uno) al 22 (veinticuatro) respectivamente, según el siguiente detalle:

Instituciones Beneficiarias	Matriculados	Tiempo de Provisión			Modalidad
		Año	Total Días	Días	
8	1852	2018	130	Lunes a viernes	Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido
		2019	184		
		2020	86		

Asimismo, mencionar que 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, circunscribiéndose al análisis de las especificaciones técnicas de carácter nutricional, a garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los beneficiarios 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.

Por último, 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.

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

Lic. Cassandra Becker, Técnica Nutricionista
Departamento de Gestión de PAE

Lic. Fátima Estigarribia, Jefa
Departamento de Gestión de PAE

Lic. Milena Fernández, Directora
Dirección de Alimentación Escolar

Abog. Bernardo Enciso, Encargado de Despacho
Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa
Ministerio de Educación y Ciencias

Formulario N° 01: PROYECTO DEL SERVICIO DE ALMUERZO ESCOLAR

1. IDENTIFICACION DE LA GOBERNACION O MUNICIPIO

Municipalidad de Asunción

Departamento/Distrito*: Capital

Dirección del local de la Gobernación/Municipalidad*: Mariscal López entre Capitán Bueno y Capitán Villamayor — **Tel*: 627-3000**

Nombre del Gobernador/ Intendente*: Mario Aníbal Ferreiro Sanabria

Tel*: 627-3485 — **Celular*:------**

Correo electrónico*: secretariaprivada@asuncion.gov.py

Responsable de la alimentación escolar*: Christian Meyer Salomon

Tel*: 627-3541 — **Celular*: 0991-978-200**

Correo electrónico*: fonacideasu@gmail.com

Responsable nutricionista*: Paola María Costas Benítez N° de Registro Profesional*: 1.216

Tel*: 221-703 — **Celular*: 0992-287-222**

Correo electrónico*: pao_costas@hotmail.com

Cantidad de instituciones seleccionadas*: 8 (ocho)

Cantidad de beneficiados*: 1852 alumnos

Tiempo de provisión del servicio de almuerzo escolar (en días)*: Plurianual 400 días, de los cuales 130 días para el año 2018, 184 días para el año 2019 y 86 días para el año 2020.
Presupuesto estimado para el servicio*: 9.243.200.000.-

Precio referencial por plato: 14.500.-

% de la agricultura familiar a implementar: 10%

**Son campos obligatorios*

2. 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				Educación Inclusiva		Educación Permanente		
											Bach.Científico		Bach. Técnico-Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
1	0012017	120	Escuela Básica N°124 Mcal. Francisco Solano López	San Roque	6	10	19	13											30
2	0015048	209	Escuela Básica N° 176 Gral. Andrés Rodríguez (DC1)	Santísima Trinidad	33	41	159	174											30
3	0015134	602	Escuela Básica N° 260 Nuestra Señora de la Asunción.	Santísima Trinidad	63	66	158	132											30
4	0013016	497	Escuela Básica N° 617 Virgen Stella Maris.	Ita Enramada	38	52	160	154											30
5	0015027	182	Escuela Básica N° 821 Cnel. Felipe Toledo.	Santísima Trinidad	30	29	118	92											30

Folio 2

000064 000153

6	0014185		Escuela Básica N° 4865 Centro Educativo Campo Verde.	Recoleta	22	28	69	80											30
7	0011014	93	Escuela Básica N° 7159 Taller de Expresión y Desarrollo Infantil Municipal.	Asunción	43	33													30
8			Escuela Básica N° 7924 San Pablo	Recoleta	15	15													30
				Sub total	250	274	683	645											
				Total general	524		1328												1852.-

0000063

Folio

0000152

3. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Aspecto nutricional		
3.1 Distribución del aporte calórico por rango etáreo.	Nivel Inicial	Edad escolar
	312 kcal +/- 30 kcal	450 kcal +/- 50 kcal
Composición del menú		
3.2 Horario de preparación del menú	De 07: 00 hs a 10:00 hs	
3.3 Horario de distribución	Turno mañana: 11:00 a 12:00 hs Turno tarde: 12:00 a 13:00 hs	
3.4 Constitución del menú (completar con los componentes del menú)	Plato Principal, Ensalada y postre Elaborados con alimentos frescos y naturales	
3.5 Completar el menú cíclico, ítem 4	Ver ítem 4	
3.6 Completar el recetario del menú, ítem 5	Ver ítem 5	
3.7 Modalidad del servicio del almuerzo escolar (especificar la modalidad seleccionada).	Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido	

4. MENÚ CÍCLICO

Referirse al documento ESTANDARIZACIÓN DE PREPARACIONES CULINARIAS PARA EL SERVICIO DEL ALMUERZO/CENA ESCOLAR, aprobado por Resolución DNCP N° 2459/2017; para la elaboración del menú cíclico.

SEMANA 1						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Sopa de verduras con sopa paraguaya	Salsa de carne de soja con arroz quesú	Tallarín con salsa de carne	Revuelto de mandioca	Picadito de pollo con puré de papas
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	150 gramos de sopa de verduras + 100g de sopa paraguaya	100 g salsa + 90 g arroz	70g salsa + 80 g fideo	170 gramos	70 g picadito + 110 g puré
	Edad Escolar	200 gramos de sopa de verduras + 140g de sopa paraguaya	150 g salsa + 130 g arroz	100 g salsa + 120 g fideo	250 gramos	100 g picadito + 160 g puré
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Dulce de batata	Fruta cítrica	Ensalada de frutas	Fruta cítrica	Barra de maní

SEMANA 2						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Vori vori de carne	Guiso de arroz con poroto	Salsa de pollo con fideo	Chupín de pescado	Polenta con salsa de carne
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	240 gramos	200 gramos	70 g salsa + 80 g fideo	120 gramos	70g salsa + 170g polenta
	Edad Escolar	350 gramos	300 gramos	100 g salsa + 120 g fideo	180 gramos	100g salsa + 250g polenta
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Fruta de estación	Fruta cítrica	Maní con miel	Arroz con leche	Dulcede mamón

SEMANA 3						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Salsa de legumbres con arroz quesú	Polenta con salsa de pollo	Guiso de mandioca con carne	Caldo de poroto con fideo	Albóndigas de pollo con arroz
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	70g salsa + 100g de arroz	70g salsa + 170g polenta	170 gramos	240 gramos	70 g salsa (3 bolitas) + 90 g de arroz
	Edad Escolar	100 g salsa + 130 g de arroz	100g salsa + 250g polenta	250 gramos	350 gramos	100 g salsa (4 bolitas) + 130 g de arroz
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Fruta cítrica	Ensalada de frutas	Banana con miel	Fruta cítrica	Compota de fruta

SEMANA 4						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Picadito de carne con papa	Jopara	Estofado de pollo con papa	Guiso de arroz con carne	Vori vori de pollo
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	200 gramos	240 gramos	200 gramos	200 gramos	240 gramos
	Edad Escolar	300 gramos	350 gramos	300 gramos	300 gramos	350 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Ensalada de frutas	Fruta cítrica	Crema	Fruta de estación	Dulce de batata

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.

5. RECETARIO DEL MENÚ

Referirse al documento ESTANDARIZACIÓN DE PREPARACIONES CULINARIAS PARA EL SERVICIO DEL ALMUERZO/CENA ESCOLAR, aprobado por Resolución DNCP N° 2459/2017; en la cual se encuentran estandarizadas las recetas de los platos culinarios.

Plato Principal

Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 1 **Sopa de verduras con sopa paraguaya** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 150 gramos de sopa de verduras + 100g de sopa paraguaya Edad escolar: 200 gramos de sopa de verduras + 140g de sopa paraguaya	**Sopa de verduras:** Zapallo Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Sal yodada Agua potable **Sopa paraguaya:** Huevo* Harina de maíz Leche fluida Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	 80 g 20 g 15 g 10 g 10 g 0,5g c/n 50g 40 g 30 ml 25 g 10 g 5 ml 0,5 g	 42 g 16 g 14 g 8 g 10 g 0,5 g c/n 50g 40 g 30 ml 23 g 10 g 5 ml 0,5 g	**Sopa de verduras** Pelar, lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente con agua y sal yodada. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Procesar la preparación (licuar), agregar el queso. **Sopa paraguaya** Pelar, lavar y cortar la cebolla, rehogarla en el aceite. Juntar la harina de maíz y la cebolla rehogada. Mezclar bien para que baje la temperatura de la mezcla, luego agregar los huevos, leche, el queso Paraguay en trozos y la sal yodada, mezclar bien hasta que quede uniforme. Colocar la preparación en una asadera y llevar a horno fuerte aproximadamente 40 minutos o hasta que la superficie este dorada y al pinchar con un cuchillo salga limpio. *50 g de Huevo representa 1 unidad.
Menú 2 **Salsa de carne de soja con arroz quesú** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 277 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 100 g salsa + 90 g arroz	**Salsa de carne de soja:** Proteína texturizada de soja Tomate Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz quesú**	 25 g 70 g 15 g 10 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	 25 g 69 g 14 g 8 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Salsa de carne de soja** Hidratar la carne de soja texturizada con agua hirviendo y dejar reposar 5 a 10 minutos. Luego pasar por un colador y enjuagar suavemente con agua fría para dejarla finalmente en un recipiente. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente con aceite cebolla, tomate, locote, ajo y cebollita de hoja, cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar la carne de soja con el agua hervida. Y terminar la cocción. **Arroz** Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente.

Edad escolar: 150 g salsa + 130 g arroz	Arroz Queso Paraguay Aceite Sal yodada Agua potable	45 g 15 g 2 ml 0,5 g c/n	45 g 15 g 2 ml 0,5 g c/n	Apagar el fuego.
Menú 3 **Tallarín con salsa de carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 337 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70g salsa + 80 g fideo Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de carne** Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo tallarín Sal yodada Agua potable	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 dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 4 **Revuelto de mandioca** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 339 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	Mandioca Huevo* Queso Paraguay Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	200 g 50 g 20 g 20 g 10 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g c/n	116 g 50 g 20 g 18 g 8 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando. **Revuelto:** Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada en trozos pequeños. Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule). *50 g de huevo corresponde a 1 unidad
Menú 5 **Picadito de pollo con puré de papas** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 285 kcal **Peso por porción:**	**Picadito de pollo** Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel	60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**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. 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.

Nivel inicial:70 g picadito + 110 g puré Edad escolar:100 g picadito + 160 g puré	Agua potable **Puré de papas** Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	 134 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	**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 6 **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 7 **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 8 **Salsa de pollo con fideo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	**Salsa de pollo** Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g	**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

292 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar:100 g salsa + 120 g fideo	Laurel Agua potable **Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	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 9 **Chupín de pescado** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 269 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 120 gramos Edad escolar: 180 gramos	Papa Tomate Pescado sin escamas ni espinas 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	Cortar el pescado en trozos 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 preparación anterior. 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 10 **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 último agregar tomate, posteriormente agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua si es necesario. **Polenta.** Pelar, lavar y picar la cebolla. 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.
Menú 11 **Salsa de legumbres con arroz quesú**	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla	 70 g 20 g 15 g	 69 g 20 g 14 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.

Rendimiento: 1 porción **Energía:** 304 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz	Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel Agua potable **Arroz quesú** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción. **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 12 **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	**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 13 **Guiso de mandioca con carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250	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.

gramos				
Menú 14 **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 15 **Albóndigas de pollo con arroz** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 324 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70 g salsa (3 bolitas) + 90 g de arroz Edad escolar: 100 g salsa (4 bolitas) + 130 g de arroz	**Albóndigas de pollo:** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Galleta molida Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Arroz** Arroz Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	70 g 60 g 15 g 10 g 10 g 3ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g 0,5 g c/n	69 g 42 g 14 g 10 g 8 g 3ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 ml 0,5 g 0, 5g c/n	**Albóndigas** Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Procesarlo. Mezclar el pollo con galleta molida y el diente de ajo. Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas de tamaño uniforme. Reservar. **Salsa** Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear cebolla, ¼ diente de ajo y locote en aceite y luego agregar tomate, con los demás vegetales y cocinar hasta formar una salsa. Incorporar las albóndigas, laurel y el agua hervida hasta cubrir toda la preparación. Una vez cocinadas apagar el fuego y agregar el orégano. **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.
Menú 16 **Picadito de carne con papa** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 319 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200	Papa Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200 g 60 g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 52 g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g c/n	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 Por último, agregar las papas, las arvejas y la cebollita de hoja, cocinar hasta que estén blandas.

gramos Edad escolar: 300 gramos				
Menú 17 **Jopará** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 264 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Tomate Locro Queso Paraguay Poroto Cebolla Locote Aceite Salyodada Ajo Perejil Agua potable	60 g 40 g 30 g 20 g 15 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	32 g 39 g 30 g 20 g 15 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	Pelar, lavar y picar todos los vegetales en cubos pequeños. En una olla saltear con aceite, cebolla, locote, tomate y ajo, con sal yodada hasta que estén blandos. Agregar agua, zapallo, locro y porotos. Cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay y perejil. 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.
Menú 18 **Estofado de pollo con papa** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 257 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:200 gramos Edad escolar: 300 gramos	Papa Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	200g 60g 60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	134 g 42g 59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 ml 5 g 0,5g 0,5g c/n	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 laspapasycocinarhastaqueesténblandas.
Menú 19 **Guiso de arroz con carne** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 340 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 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 20 **Vori vori de pollo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 351 kcal **Peso por porción:** <u>Nivel inicial:</u> 240 gramos <u>Edad escolar:</u> 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.

Ensaladas

Ensalada	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 1 **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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 2 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 55 g	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. <u>Observación:</u> El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 3 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 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.

52 kcal **Peso por porción:** 55 g				
Ensalada 4 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 60 g	Lechuga Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 5 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 48 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 6 **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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 7 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 40 kcal **Peso por porción:** 60 g	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 ml 0,5 g	28 g 15 g 16 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.
Ensalada 8 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20

39 kcal **Peso por porción:** 50g				minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 9 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 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.
Ensalada 10 **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. <u>Observación:</u> El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 11 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 43 kcal **Peso por porción:** 55 g	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 12 **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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 13 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20

39 kcal **Peso por porción:** 50g				minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 14 **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. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 15 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 37 kcal **Peso por porción:** 50g	Repollo Pepino 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. <u>Observación:</u> El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 16 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 41 kcal **Peso por porción:** 45 g	Berro Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 17 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 52 kcal **Peso por porción:** 55 g	Remolacha Zanahoria Choclo Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 10 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.
Ensalada 18 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	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.

39 kcal **Peso por porción:** 60 g				
Ensalada 19 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 55 g	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.
Ensalada 20 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 38 kcal **Peso por porción:** 48 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

Postres

Postre	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Postre 1 **Dulce de batata** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	Dulce de batata	30 g	30 g	Servir el dulce.
Postre 2 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 3 **Ensalada de frutas 2** **Rendimiento:** 1 porción	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.

Energía: 62 kcal **Peso por porción:** 100 g				
Postre 4 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 5 **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.
Postre 6 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 50 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Postre 7 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 8 **Maní con miel** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 160 kcal **Peso por porción:** 35 g	Maní tostado sin sal Miel	20 g 15 ml	20 g 15 ml	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Postre 9 **Arroz con leche** **Rendimiento:** 1	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar	150 ml 100 ml 10 g 5 g	150 ml 100 ml 10 g 5 g	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

porción **Energía:** 115 kcal **Peso por porción:** 100 g	Canela Piel de naranja o limón	0,2 g c/n	0,2 g c/n	esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Postre 10 **Dulce de mamón** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 99 kcal **Peso por porción:** 50 g	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 11 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 12 **Ensalada de frutas 2** **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 13 **Banana con miel** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 97 kcal **Peso por porción:** 82 g	Banana Miel	110 g 12 ml	70 g 12 ml	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con miel. Servir.

Postre 14 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 15 **Compota de frutas** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 118 kcal **Peso por porción:** 100 g	Agua potable Fruta de estación (manzana) Azúcar Zumo de limón Canela	 200 ml 140 g 5 g 1 ml 0,5g	 200ml 129 g 5 g 1 ml 0,5g	Colocar en un recipiente el agua, el azúcar y las gotas de limón. Hervir a fuego medio hasta que el azúcar se disuelva poco a poco y se forme el almíbar. Lavar, pelar y cortar en cubos la fruta. Añadir la fruta y la canela al almíbar, mezclar bien. Cocinar hasta que la fruta esté blanda. Retirar del fuego, enfriar y luego servir. <u>Observación:</u> se puede reemplazar la manzana de 140g por pera de 180g.
Postre 16 **Ensalada de frutas 1** **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.
Postre 17 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 18 **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.
Postre 19 Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 20 Dulce de batata **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 79 kcal	Dulce de batata	30 g	30 g	Servir el dulce.

6. CONTROL DE CALIDADY PARTICIPACIÓN SOCIAL

Describir el sistema de calidad a ser implementado	
Plan de Monitoreo	Se harán verificaciones periódicas a las Instituciones Escolares que reciben el almuerzo escolar por parte de la Dirección del Fonacide de la Municipalidad de Asunción.
Plan de capacitaciones	Las empresas adjudicadas para el suministro del almuerzo escolar, se harán cargo de la capacitación de su personal para las buenas prácticas de la elaboración, manipulación y distribución de los alimentos del menú cíclico.
Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	El mecanismo de difusión del proyecto autorizado por el MEC será por medio de la Página web de la Municipalidad de Asunción www.asuncion.gov.py donde se brindarán informaciones sobre instituciones educativas beneficiadas con en el almuerzo escolar, la cantidad de beneficiarios, menús, proceso de licitación, adjudicación, los controles a realizarse y así dar mayor participación a la comunidad.

- **Plan de Monitoreo**

Se realizará un seguimiento y control del almuerzo escolar que son distribuidos en las diferentes Instituciones Educativas de la Ciudad de Asunción a fin de que los mismos cumplan con los requisitos establecidos en el Pliego de Bases y Condiciones de Servicio de Catering para el Almuerzo Escolar.

El monitoreo se realizará de forma aleatoria y se confeccionará un cronograma de visita para la fiscalización; en el cual, se controlará el sistema de almacenamiento, manipulación y entrega de los alimentos a las respectivas Instituciones Educativas. A su vez, se verificará el cumplimiento del menú, tamaño de la porción, temperatura y otros, establecidos en dicho Pliego.

Serán verificadas las instalaciones donde son elaborados y almacenados los alimentos, se realizarán observaciones y recomendaciones de mejoras en caso de no cumplir con los estándares de calidad. Se presentarán reportes mensuales de fiscalización a través de planillas y fotografías.

7. MODALIDAD DEL SERVICIO

"Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido"

La empresa adjudicada deberá llevar servida la ración correspondiente a cada estudiante en envases individuales o en recipientes de plásticos duros no tóxicos para alimentos, acompañado de cubiertos según el menú que corresponda. La ensalada y el postre deben ser transportados en recipientes no tóxicos para alimentos. En caso de que el menú llegue a la institución educativa en cantidades a ser distribuidas de acuerdo a las raciones correspondientes a esa institución, el mismo puede ser transportado en contenedores térmicos que mantengan la temperatura adecuada al momento de su distribución (estas temperaturas deberán cumplir con la tabla siguiente). En este caso la contratada deberá proveer los utensilios necesarios diariamente para el almuerzo, como platos y cubiertos según la consistencia del alimento. La contratada es responsable de distribuir los alimentos según la cantidad de raciones establecidas para cada institución educativa, de acuerdo con lo establecido por la convocante.
Definición de temperaturas para el Almuerzo Escolar

Preparación culinaria	Temperatura adecuada
Plato principal	≤65 °C
Ensalada	≤ 5 °C
Postre	Postres a base de leche ≤ 5 °C, frutas, turrones, entre otros temperatura ambiente

El personal encargado de la distribución de los alimentos debe contar con delantal, gorro y cumplir con las buenas prácticas de manipulación e higiene. La empresa debe retirar los utensilios utilizados para el almuerzo (platos, cubiertos, bandejas, ollas, cacerolas y demás utensilios utilizados) para su limpieza.
La entrega del almuerzo escolar debe realizarse en cada institución educativa, todos los días coincidentes con el calendario escolar en el horario correspondiente a 11:00 a 13:00 hs para ambos turnos; turno mañana y turno tarde.

Firma del Responsable del Proyecto: _____ Aclaración: _____

Ing. Christian D. Meyer Salomón
Director Ejecutivo del FONACIDE
Municipalidad de Asunción

Firma del Nutricionista: _____ Aclaración: _____
Registro Profesional N°:

Lic. Paola Costa
Nutricionista
Reg. Prof. N° 1216