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

7. Recetario del menú cíclico

Plato Principal

Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 1	Carne vacuna magra	60 g	52 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar.
Soyo	Zapallo	60 g	32 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños.
	Tomate	30 g	29 g	
Rendimiento:	Arroz	20 g	20 g	Saltear en un recipiente cebolla, tomate,
1 porción	Zanahoria	20 g	16 g	locote, ajo y cocinar hasta que estén
	Queso Paraguay	15 g	15 g	tiernos.
Energía:				Agregar la carne molida, zanahoria,
297 kcal	Cebolla	10 g	9 g	zapallo, la sal yodada y el arroz con
	Locote	10 g	8 g	agua hervida. Cocinar hasta que estén
Peso por	Aceite	5 ml	5 ml	blandos. Revolver lentamente hasta que
porción:	Orégano	0,5 g	0,5 g	la carne este cocida.
Nivel inicial:	Ajo	0,5 g	0,5 g	Retirar del fuego y agregar el queso y
240 gramos	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	orégano.
Edad escolar:	Agua potable	c/n	c/n	
350 gramos				
Menú 2	**Salsa de carne**			**Salsa de carne:**
				Limpiar la carne, dejarlo libre de
Tallarín con	Tomate	70 g	69 g	ligamentos y grasa. Cortar en porciones
salsa de	Carne vacuna	60 g	52 g	iguales.
carne	magra			Pelar, lavar y cortar finamente los
	Zanahoria	20 g	20 g	vegetales.
Rendimiento:	Cebolla	15 g	14 g	Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego
1 porción	Locote	10 g	8 g	agregar cebolla, locote y sal yodada.
	Aceite	5 ml	5 ml	Cocinar hasta que se ablanden, luego
Energía:	Ajo	0,5 g	0,5 g	agregar tomate y laurel. Posteriormente,
337 kcal	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	agregar agua caliente hasta cubrir los
	Laurel	0,2 g	0,2 g	ingredientes y cocinar por unos minutos
Peso por	Agua potable	c/n	c/n	hasta que quede la salsa roja.
porción:				
Nivel	**Fideo**			**Fideo**
inicial 70g	Fideo tallarín	40 g	40 g	Hervir el fideo en un recipiente con agua
salsa + 80 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	y cocinar por 8 minutos hasta que esté al
fideo	Agua potable	c/n	c/n	dente. Escurrir el agua de cocción y

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.

Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo				mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 3 **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 este cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. <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 **Guiso de fideo con pollo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 308 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 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)

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

LIC. ROSA MEC ABSTERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

TEKOMBO´E HA TEMBIKUAA
Motenondeha
Ministerio de
EDUCACIÓN y CIENCIAS

TETÃ REKUÁI
GOBIERNO NACIONAL

Paraguay de la gente

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

Edad escolar: 300 gramos				
Menú 5 **Picadito de carne con papa** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 319 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 200 gramos Edad escolar: 300 gramos	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.
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,

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

Municipalidad de Asunción
Dirección Ejecutiva
FONACIDE

LEGRAYWEB.COM.PRAY
MEC Digital
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 1.400

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

				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 **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 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 8 **Caldo de poroto con fideo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 271 kcal **Peso por porción:**	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

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 Asunción
Dirección Ejecutiva del FONACIDE

Lic. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide

MEC Digital
@MECpy

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 1.400

Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos				agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.
Menú 9 **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	**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, picar la cebolla y sellar 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 el queso desmenuzado, mezclar bien y retirar del fuego.
Menú 10 **Tallarín con salsa de pollo** **Rendimiento:** 1 porción	**Salsa de pollo** Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 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

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

www.mec.gov.py
MEC Digital

Lic. RAQUEL CACERES
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista
MECpy

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

Energía: 292 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar: 100 g salsa + 120 g fideo	Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	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 11 **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 12 **Polenta con salsa de pollo** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 307 kcal	**Salsa de pollo** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel	 70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g	 69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 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

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.

RAQUEL CABRERA
Director Ejecutivo
Municipalidad de Asunción

Lic. Geticia Domínguez
Nutricionista

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: 70g salsa + 170g polenta. Edad escolar: 100g salsa + 250g polenta.	Agua potable	c/n	c/n	verduras estén listas y agregar la sal.
	Polenta			**Polenta.**
	Agua potable	200 ml	200 ml	Pelar, lavar, picar la cebolla y sellar 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 el queso desmenuzado, mezclar bien y retirar del fuego..
	Harina de maíz	40 g	40 g	
	Cebolla	15 g	14 g	
	Queso Paraguay	10 g	10 g	
	Aceite	2 ml	2 ml	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
Menú 13	**Salsa de legumbres**			**Salsa de legumbres:**
Salsa de legumbres con arroz quesú	Tomate	70 g	69 g	Pelar, lavar y picar los vegetales finamente.
	Poroto	20 g	20 g	Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos.
	Cebolla	15 g	14 g	
	Locote	10 g	8 g	
	Aceite	3 ml	3 ml	Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción.
Rendimiento: 1 porción	Ajo	0,5 g	0,5 g	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	**Arroz quesú**
	laurel	0,2 g	0,2 g	Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego.
Energía: 304 kcal	Agua potable	c/n	c/n	
	Arroz quesú			
Peso por porción: Nivel inicial: 70g salsa + 100g de arroz. Edad escolar: 100 g salsa + 130 g de arroz.	Arroz	40 g	40 g	
	Queso Paraguay	10 g	10 g	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.
	Aceite	2 ml	2 ml	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Agua potable	c/n	c/n	
Menú 14	Mandioca	200 g	116 g	**Mandioca:**
Guiso de mandioca con carne	Carne vacuna magra	60 g	52 g	Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando.
	Tomate	60 g	59 g	
	Cebolla	15 g	14 g	**Guiso de mandioca:**
Rendimiento: 1 porción	Locote	10 g	8 g	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos.
	Aceite	5 ml	5 ml	

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

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

Energía: 363 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 170 gramos Edad escolar: 250 gramos	Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	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 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	**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 puré de papas**	**Picadito de carne** Carne vacuna magra Tomate Zanahoria	 60 g 60 g 20 g	 50 g 59 g 16 g	**Picadito de carne:** Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne en el

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 13
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital
@MECpy

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

RAQUEL CABRERA
rectora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

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:** 276 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial: 70 g picadito + 110 g puré Edad escolar: 100 g picadito + 160 g puré	Cebolla Locote Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Puré de papas** Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 134 g 50 ml 5 g 0,5 g c/n	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. **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 17 **Vorivori 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,

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 Int. 218
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.pv
www.mec.gov.py

Municipalidad de Asunción
Dirección Ejecutiva FONACIDE
Lic. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

MEC Digital

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista
MEC Py. Prof. Nº 1.499

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

				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 18 **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 19 **Estofado de pollo con papa** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 257 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:200	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 52g 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, pelar y cortarlas verduras Sellar el pollo con el ajo, una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrirlos ingredientes Por último agregarlas 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.

Lic. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Abogacionista

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

gramos Edad escolar: 300 gramos				
Menú 20 **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)

Ensaladas

Ensalada	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparacion
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. Observación: 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	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.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 16
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Municipalidad de Asunción
DIRECCIÓN EJECUTIVA
EDUCACIÓN

LIC. RAQUEL GABRESKI
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

www.mec.gov.py
MEC Digital
@MECpy

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 1.490

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: 55 g				
Ensalada 3 **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 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:** 50 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	20 g 20 g 10 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	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.

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

Lic. Leticia Domínguez
Notificadora
Matrícula Nº 1.499

Raquel Cabrera
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

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

Peso por porcion: 60 g				
Ensalada 8 **Rendimiento:** 1 porcion **Energía:** 39 kcal **Peso por porcion:** 50g	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. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 9 **Rendimiento:** 1 porcion **Energía:** 52 kcal **Peso por porcion:** 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 porcion **Energía:** 44 kcal **Peso por porcion:** 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.
Ensalada 11 **Rendimiento:** 1 porcion **Energía:** 43 kcal **Peso por porcion:** 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. Observación: 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 porcion **Energía:**	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	30 g 20 g 10 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

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

Lic. Leticia Dominguez
Nutricionista

LIC. PAOLA MEDINA CORDERA
Directora Ejecutiva Fonacide

MEC Digital
@MECpy
Municipalidad de Asunción

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

42 kcal Peso por porción: 60 g				la misma.
Ensalada 13 Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 50g	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. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 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. Observación: 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. Observación: 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. Observación: 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	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

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

Lic. RAQUEL GABBERA
Directora Ejecutiva Fonacide
MEC Digital
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Notarialista

Folio 19

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

Energía: 52 kcal **Peso por porción:** 55 g				mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 18 **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.
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:** 50 g	Berro Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	20 g 20 g 10 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 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

LIC. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

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

Energía: 63 kcal				
Postre 2 Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 3 Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 4 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 5 Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

LIC. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

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

Energía: 63 kcal				
Postre 6 Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 7 Fruta de estación **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 8 Fruta cítrica **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 9 Ensalada de frutas 1 **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 64 kcal	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.

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

LIC. RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide

www.mec.gov.py
MEC Digital
MECpy

Felicia Domínguez
Municipalidad de Asunción

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: 100 g				
Postre 10 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 11 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 12 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 13 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir

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

Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Lic. Felicia Domínguez
Nutricionista

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

63 kcal				
Postre 14 **Ensalada de frutas 1** **Rendimiento:** 1 porcion **Energía:** 64 kcal **Peso por porcion:** 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 15 **Fruta de estacion** **Rendimiento:** 1 porcion **Energia:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 16 **Fruta de estacion** **Rendimiento:** 1 porcion **Energia:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 17 **Fruta de estacion** **Rendimiento:**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

LIC. RAQUEL CARRERA
Directora Ejecutiva Fonacide

MEC Dietista Felicia Domínguez
Nutricionista

Municipalidad de Asunción

1 porción **Energía:** 63 kcal				
Postre 18 **Fruta cítrica** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 19 **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 20 **Fruta de estación** **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

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

www.mec.gov.py
@MECpy

Lic. Alicia Barrera
Directora Ejecutiva Fonacide
Municipalidad de Asunción

Fol. 025

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

8. PLANILLA DE INSUMOS. No Aplica

		Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	TOTAL EN EL MES	Total del Proyecto
		TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg	TOTAL l/kg		
Insumo	Unidad de medida	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto	Peso Bruto		
Aceite	l	0	0	0	0	0	0
Ajo	kg	0	0	0	0	0	0
Almidón de maíz	kg	0	0	0	0	0	0
Arroz	kg	0	0	0	0	0	0
Arveja en granos	kg	0	0	0	0	0	0
Azúcar	kg	0	0	0	0	0	0
Banana	kg	0	0	0	0	0	0
Batata	kg	0	0	0	0	0	0
Berro	kg	0	0	0	0	0	0
Carne vacuna magra *	kg	0	0	0	0	0	0
Carne vacuna magra molida **	kg	0	0	0	0	0	0
Cebolla de cabeza	kg	0	0	0	0	0	0
Cebollita de hoja	kg	0	0	0	0	0	0
Crema de leche	kg	0	0	0	0	0	0
Dulce de batata	kg	0	0	0	0	0	0
Dulce de mamón	kg	0	0	0	0	0	0
Fideo	kg	0	0	0	0	0	0
Harina de maíz	kg	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	kg	0	0	0	0	0	0
Laurel	kg	0	0	0	0	0	0
Leche entera	l	0	0	0	0	0	0
Lechuga	kg	0	0	0	0	0	0
Lentejas	kg	0	0	0	0	0	0
Locote	kg	0	0	0	0	0	0
Locro	kg	0	0	0	0	0	0
Mandarina	kg	0	0	0	0	0	0
Mandioca	kg	0	0	0	0	0	0
Maní	kg	0	0	0	0	0	0
Manzana	kg	0	0	0	0	0	0

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

LIC. [illegible] Directora Ejecutiva Fonacide

Municipalidad de Asunción

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

Melón	kg	0	0	0	0	0	0
Miel de abeja	l	0	0	0	0	0	0
Miel de caña o negra	l	0	0	0	0	0	0
Naranja	kg	0	0	0	0	0	0
Orégano	kg	0	0	0	0	0	0
Papa	kg	0	0	0	0	0	0
Pechuga de pollo	kg	0	0	0	0	0	0
Pera	kg	0	0	0	0	0	0
Perejil	kg	0	0	0	0	0	0
Pepino	kg	0	0	0	0	0	0
Pescado sin hueso ni piel	kg	0	0	0	0	0	0
Piña	kg	0	0	0	0	0	0
Pomelo	kg	0	0	0	0	0	0
Poroto	kg	0	0	0	0	0	0
Queso	kg	0	0	0	0	0	0
Repollo	kg	0	0	0	0	0	0
Remolacha	kg	0	0	0	0	0	0
Sal yodada	kg	0	0	0	0	0	0
Tomate	kg	0	0	0	0	0	0
Zanahoria	kg	0	0	0	0	0	0
Zapallo/calabaza	kg	0	0	0	0	0	0

9. CONTROL DE CALIDADY PARTICIPACIÓN SOCIAL

Describir el sistema de calidad a ser implementado	
9.1 Plan de Monitoreo	Se harán verificaciones periódicas a las Instituciones Escolares, por parte de Fiscalizadores con la coordinación de la Nutricionista que reciben el almuerzo escolar por parte de la Dirección del Fonacide de la Municipalidad de Asunción. 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.
9.2 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. El monitoreo se realizará de forma aleatoria por la nutricionista de la Municipalidad, 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

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

	de calidad. Se presentarán reportes mensuales de fiscalización a través de planillas y fotografías, por parte de la Nutricionista encargada de la Municipalidad. Se realizará las capacitaciones correspondientes al personal de cocina y auxiliares de las empresas adjudicadas para el servicio de provisión de los almuerzos escolares a través de la/el nutricionista de dichas empresas, debiendo ser capacitado permanentemente por el Instituto de Alimentación y Nutrición (INAN).
9.3 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. Se realizará la 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.

10. MODALIDAD DEL SERVICIO

Describirla modalidad seleccionada según corresponda:
a. **Si la modalidad empleada es "Alimentos ofrecidos por el servicio de plato servido"[1]:** se deberá describir la distribución del servicio, tipo de móvil a utilizar para el efecto, recipiente en el que se proveerá el alimento (hot bock, olla, tapper), que tipo de utensilios (platos y cubiertos) serán utilizados, quién realizará la distribución de los alimentos en la institución educativa y en qué cantidad.

10.1 CONDICIONES MINIMAS DEL SERVICIO REQUERIDO

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, para ello.

a) Durante la ejecución del contrato los alimentos incluidos en el almuerzo escolar estarán sujetos a controles aleatorios por parte de la contratante, así como de las autoridades competentes.
b) La toma de muestras podrá ser realizada en la empresa distribuidora o en las instituciones educativas por la autoridad sanitaria competente. Las que serán remitidas al Instituto Nacional de Tecnología y Normalización (INTN), para el análisis de las mismas. Los costos de los análisis físico-químicos como microbiológicos serán asumidos por el Proveedor.

[1] Es el servicio externo especializado (una empresa) de suministro de alimentos, el cual realiza la preparación diaria de los alimentos en su establecimiento y luego lo transporta en vehículos adecuados hasta la institución educativa para su posterior servicio a los estudiantes.

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

c) En caso de constatarse incumplimiento con relación a parámetros físico-químicos o microbiológicos establecidos en normativas vigentes, se actuará conforme a los establecido en el contrato y la normativa vigente aplicable.

La fiscalización básica del servicio estará a cargo del Director y/o las personas/s autorizadas por el Director de cada Institución educativa, debiendo informar a las instancias correspondientes sobre cualquier irregularidad en que incurra el proveedor.

10.2 Procedimientos para la prestación del servicio

El Director y/o la/s persona/s autorizadas por el Director de cada Institución educativa beneficiada, deberá comunicar a la empresa prestadora del servicio la cantidad de alumnos efectivamente matriculados que se acogerán al beneficio del almuerzo escolar así como también tienen la obligación de informar aquellos que no serán beneficiados.

10.3 Procedimiento para la entrega del almuerzo escolar

Una vez emitida por parte de la Contratante y recibida la orden de compra la empresa adjudicada deberá:

1. Realizar la entrega del almuerzo escolar según el cronograma establecido en esta sección y de acuerdo a lo establecido en las especificaciones técnicas del menú cíclico en relación a las kilocalorías, porciones, presentación y demás especificaciones.
2. El menú deberá ser transportado en contenedores térmicos cuidando se cumplan con la temperatura adecuada al momento de su llegada y distribución a los estudiantes. La contratada deberá proveer de los utensilios necesarios diariamente para el almuerzo, como los platos y cubiertos (cucharas).
3. Disponer de 1 (un) personal por cada 100 estudiantes, quien será el encargado de la distribución del servicio de almuerzo en la institución educativa. El personal encargado de la distribución de los alimentos deberá portar uniformes, delantales y gorro con logo de la empresa. Deberá llevar el pelo recogido, tapabocas, guantes de látex descartables, porta nombres y calzados cerrados de color blanco.
4. La entrega del bien a realizarse únicamente en el local de las instituciones educativas, por lo menos 1 hora antes del horario establecido para la distribución. La misma será diaria y deberá llevarse a cabo los días hábiles escolares (lunes a viernes).
5. La empresa debe retirar los utensilios utilizados para el servicio de almuerzo (plato, cubiertos, bandejas, ollas, cacerolas, etc, para su posterior limpieza.

10.4 INDICACIONES GENERALES

Los responsables de la recepción de los platos servidos serán los Directores y/o la/s persona/s autorizadas por el Director de cada institución educativa. El autorizado deberá ser designado a través de un acto administrativo oficial suscripto por el Director/a y/o Registro de Firmas, estando el autorizado obligado a recibir los bienes y suscribir las Actas de Recepción y Notas de Remisión.

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

MEC Digital
RAQUEL CABRERA
Directora Ejecutiva Fonacide
Ciudad de Asunción

Policía Domínguez
Notificadora

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

El acta de recepción deberá emitirse diariamente, detallando la cantidad de platos servidos a efectos de determinar la totalidad mensual consumida.

En caso de asueto, feriado o cualquier otro motivo conocido y probado en virtud del cual las clases estén suspendidas, el proveedor no estará obligado a proveer el bien ni la institución educativa a recibirlo. En tales casos, la orden de compra y/o servicios quedará invalidada para los días en que no hubo clases previa comunicación a la empresa proveedora.

Se deberá además involucrar a los padres de familia a objeto de que los mismos tengan participación y conocimiento de los alimentos destinados a sus hijos para lo cual se deberá convocar reuniones periódicas organizadas por la Institución Municipal, la empresa adjudicada y la dirección de la institución escolar.

Firma del Responsable del Proyecto: _____ Aclaración: LIC. RAQUEL CABRERA Directora Ejecutiva Fonacide Municipalidad de Asunción

Firma del Nutricionista: _____ Aclaración: Leticia Domínguez Ríos

Registro Profesional N°:

Lic. Leticia Domínguez
Nutricionista

TEKOMBO'E HA YEMBIRUAA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

TETÃ REKUAI
GOBIERNO NACIONAL

Paraguay de la gente

Departamento: CAPITAL
Distrito: ASUNCIÓN
Año: 2022

PLANILLA N° 13

(*) Se priorizan los requerimientos de las fáctibles escolares que corresponden a los servicios de alimentación escolar comenzando por la de mayor necesidad.

PLANILLA DE PRIORIZACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR, EN EL MARCO PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY - PAEP (*)

Nº de Prioridad (1)	Datos de la Institución educativa (2): Código de establecimiento escolar (**)	Código de Institución (**)	Nombre de la Institución (**)	Tipo de gestión (**): Oficial o Privada Subvencionada	Localidad o Barrio	Zona (urbana-rural)	Nombre de Asentamiento o colonia (3)	Nombre de la comunidad indígena (4)	La institución educativa cuenta con educación inclusiva (5)	Beneficiarios (6): Educación Inicial – Jardín, preJardín, pre-escolar H	M	Educación Escolar Básica – 1º y 2º Ciclo K	M	3º Ciclo H	M	Educación Media – Bachillerato Científico H	M	Bachillerato Técnico H	M	Educación Inclusiva H	M	Abastecimiento de Agua (7)	Suministro de Energía Eléctrica (8)	Servicio sanitario que dispone actualmente (9)	Cocina con cocina - comedor (10)	Porcentaje de Ausentismo (11)	Porcentaje de Deserción (12)	Porcentaje de Repitencia (13)	Instituciones educativas con Jornada escolar extendida (14)	Servicio de Alimentación escolar (15): Desayuno y Merienda escolar – Requiere	Justificación del requerimiento	Almuerzo escolar – Requiere	Justificación del requerimiento	Colación – Requiere	Justificación del requerimiento	Cena escolar – Requiere	Justificación del requerimiento
1	14155	13.159	HUIM N°159	Oficial	Villa Aurelia	Urbana	-	-	-	40	25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	CESAP	ANDE	-	NO	0	0	0	MyT	0	-	0	EL FUERTE DÉFICIT DE ALIMENTACIÓN DE ESTA ESCUELA, EL ALMUERZO ESCOLAR ES ESCASO Y DEFICITARIO, ESTA ESCUELA CUENTA CON ESTUDIANTES ALTAMENTE VULNERABLES, UNA ALTA TASA DE DESERCIÓN, DEL PASADO INFORMADO HASTA LA FECHA.	-	-	-	-	-	-

Observaciones:
(**) El llenado de los códigos solicitados es obligatorio, de lo contrario anulará el requerimiento solicitado.
(1) Nº de Prioridad: El listado de instituciones educativas debe estar priorizado conforme a los criterios establecidos en el *Manual de la Microplanificación de la Oferta Educativa*.
1. Instituciones Educativas de comunidades y asentamientos indígenas, urbanos o rurales.
2. Instituciones Educativas de asentamientos campesinos, urbanos o rurales.
3. Instituciones Educativas con jornada escolar extendida.
4. Instituciones Educativas con alto porcentaje de ausentismo escolar.
5. Instituciones Educativas con mayor nivel de deserción.
6. Instituciones Educativas con mayor nivel de repitencia escolar.

(2) Datos de la Institución educativa
(3) Si la Institución educativa no está ubicada en algún asentamiento o colonia, DEJAR EN BLANCO la casilla
(4) Si la Institución educativa no está ubicada en alguna comunidad indígena, DEJAR EN BLANCO la casilla
(5) Indicar en letra mayúscula "O" cuando la institución educativa cuenta con Educación Inclusiva; si no cuenta indicar con letra mayúscula NO
(6) Corresponde al número de potenciales beneficiarios discriminados por sexo y Nivel Educativo
(7) Especificar el tipo de abastecimiento de agua del que dispone, MARCAR con la letra que corresponda. Dato proveniente del Formulario de requerimiento de infraestructura.
a) ESSAP
b) Privado
c) SENASA
d) Arroyos/Manantiales
e) Pozos Comunes
f) Pozos artesianos
g) Tajamar
h) Aljibe
i) no posee servicio de agua
(8) Especificar el tipo de suministro eléctrico del que dispone, MARCAR con la letra que corresponda. Dato proveniente del Formulario de requerimiento de infraestructura.
a) ANDE
b) Panel Solar
c) Generador Eléctrico
d) no posee energía eléctrica
(9) Especificar el servicio sanitario que dispone actualmente el local escolar, MARCAR con la letra que corresponda. Dato proveniente del Formulario de requerimiento de infraestructura.
a) Wc conectado a red pública (desagüe cloacal)
b) Wc conectado a pozo ciego
c) Excusado tipo municipal
d) Letrina común
e) no posee ningún tipo de servicio sanitario
(10) Especificar si cuenta con cocina - comedor, MARCAR con 1 si la respuesta es SI o 0 si la respuesta es NO
(11) Señalar el % de ausentismo de la institución educativa, MARCAR con la letra que corresponda el rango de ausentismo de la institución
a) 0 al 10%
b) 11 al 25%
c) >26%
(12) Señalar el % de deserción de la institución educativa, MARCAR con la letra que corresponde al rango de deserción de la institución
a) 0 al 10%
b) 11 al 25%
c) >26%
(13) Señalar el % de repitencia de la institución educativa, MARCAR con la letra que corresponde al rango de repitencia de la institución

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS – DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN DE CAPITAL – Secretaría

Lic. Lidia B. Barreto B.
Reg. Nº 11310
Directora de Educación - Capital

000053