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

				y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de mandioca con carne **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 363 kcal** **Peso por porción:** **Nivel inicial:** 170 gramos **Edad escolar:** 250 gramos	Mandioca Carne vacuna magra Tomate Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	200 g 60 g 60 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	116 g 52 g 59 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que este blando **Guiso de mandioca:** Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne en el aceite y ajo. Agregar cebolla, tomate, locote, laurel, sal yodada. Cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente cocinada y picada en cubos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente. Agregar agua si es necesario.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Soyo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 257 Kcal** **Peso por Porción:** **Nivel inicial:** **240 gramos** **Edad escolar:** **350 gramos**	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 60 g 30 g 20 g 20 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	52 g 32 g 20 g 20 g 16 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego y agregar el queso y orégano.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

Lic. Gianluca Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3 495

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN
REPÚBLICA DEL PARAGUAY

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

Polenta con salsa de pollo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 307 Kcal** **Peso por porción:** Nivel inicial: 70g salsa + 170g polenta Edad escolar: 100g salsa + 250g polenta	**Salsa de pollo** Tomate Pechuga de pollo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Polenta** Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	70 g 60 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 15 g 10 g 2 ml 0,5 g	69 g 52 g 9 g 8 g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	**Salsa de pollo** Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras. Sellar el pollo con el ajo y aceite. Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por último 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 hierva 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 18	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Caldo de poroto con fideo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 271 Kcal** **Peso por porción:** Nivel inicial: 240 gramos Edad escolar: 350 gramos	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Fideo nido Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo. Añadir la porción de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 20 minutos aproximadamente y servir el plato. Observación: si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.

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. Gianella Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3 494

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

Menú 19	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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, pelar y cortar las verduras Sellar el pollo con el ajo, una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras y agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Por último agregar las papas y cocinar hasta que estén blandas.

Menú 20	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
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				
Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Ruman á
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 200 int. 118
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Lic. Gisselle Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.494

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:** 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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 39 kcal **Peso por porción:**	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.

Lic. Glorinda Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.494
www.mec.gov.py
MEC Digital
@MEC.py

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

60 g				
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 42 kcal **Peso por porción:** 58 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, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción	Lechuga Pepino y Zanahoria Aceite	30 g 20 g 10 g 3 ml	28 g 15 g 8 g 3 ml	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y

Fdo 17

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

Energía: 39 kcal **Peso por porción:** 60 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	aceite. Servir.
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía:** 48 kcal **Peso por porción:** 50 g	Remolacha Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.

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. Gianina Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3.494

Folio 18

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

Menú 12	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 38 kcal Peso por porción: 48 g	Berro Cebolla Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g	18 g 9 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. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 49 kcal Peso por porción: 50 g	Remolacha Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 42 kcal Peso por porción: 56 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, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite	30 g 30 g 10 g 3 ml	24 g 20 g 8 g 3 ml	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un

Lic. Gianina Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.494

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Energía: 44 kcal Peso por porción: 55 g	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 44 kcal Peso por porción: 55 g	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción Energía: 42 kcal Peso por porción: 56 g	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 10 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 8 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 654 320 int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Lic. Gianina Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.484

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

Menú 19	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción Energía: 39 kcal Peso por porción: 60 g	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.

Postres				
Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef.: (595)21 654 220/ int. 18
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py

Lic. Gloria M. Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3.494

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

Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Mandarina	160 g	115g	Lavar y pelar antes de consumir.
Postre 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 64 kcal Peso por porción: 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Postre 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Barra de maní Rendimiento: 1 porción Energía: 152 kcal	Alimento a base de maní (Barra de maní)	30gr	30gr	Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.
Postre 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica Rendimiento:	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.

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595) 21 454 22 [illegible]
Email: [illegible]

Lic. Gladiska Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3.696

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

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

1 porción Energía: 52 kcal				
Postre 9	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Barra de maní Rendimiento: 1 porción Energía: 152 kcal	Alimento a base de maní (Barra de maní)			Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.
Postre 10	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 64 kcal Peso por porción: 100 g	Mamón Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 11	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Barra de maní Rendimiento: 1 porción Energía: 152 kcal	Alimento a base de maní (Barra de maní)	30gr	30gr	Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.
Postre 12	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 13	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación

Lic. Gianluca Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.492

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

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

Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Compota de frutas Rendimiento: 1 porción Energía: 118 kcal Peso por porción: 100 g	Agua potable 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.
Postre 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Postre 18	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**

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. Glaucia Acosta F.
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.494

MUNICIPALIDAD DE CAPIATÁ
MESA DE ENTRADA
INTENDENCIA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Fruta cítrica: Rendimiento: 1 porción Energía: 62 kcal	Mandarina	160 g	115g	Lavar y pelar antes de consumir
Postre 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación Rendimiento: 1 porción Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir
Postre 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Barra de maní Rendimiento: 1 porción Energía: 162 kcal	Alfiterito a base de maní (Barra de maní)	30gr	30gr	Remitirse a las especificaciones técnicas que se encuentran en el pliego estándar de Merienda Escolar.

8. Calculo de insumos para el almuerzo escolar

Año:	2019
Institucion Educativa:	3
Nº de comensales:	337
N° de meses del proyecto:	1,7

Insumo	Unidad de medida	Semana 1 TOTAL l/kg Peso Bruto	Semana 2 TOTAL l/kg Peso Bruto	Semana 3 TOTAL l/kg Peso Bruto	Semana 4 TOTAL l/kg Peso Bruto	TOTAL EN EL MES	TOTAL DEL PROYECTO
Aceite	l	12,806	12,159	13,48	24,154	52,909	89,9453
Ajo	kg	0,8425	1,792	0,8425	0,8425	3,707	6,3019
Arroz	kg	5,055	28,845	13,48	21,905	69,085	117,4445
Arveja en granos	kg	0	1,685	0	1,685	3,37	5,729
Azúcar	kg	0	0	1,685	0	1,685	2,8645
Banana	kg	53,92	53,92	37,07	74,14	219,05	372,385
Barrita de maní	kg	10,11	10,11	10,11	10,11	40,44	68,748
Berro	kg	10,11	10,11	10,11	10,11	40,44	68,748
Canela	kg	0	0	0,1685	0	0,1685	0,28645

Documento firmado digitalmente por MEC Digital

MEC py

Lic. Gianina Gonzalez
Nutricionista
Reg. Prof. Nº 3.494

Eliana González

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

Carne vacuna magra *	kg	40,44	47,18	47,18	40,44	175,24	297,908
Cebolla de cabeza	kg	23,59	15,385	32,015	30,33	121,32	206,244
Cebollita de hoja	kg	0,1685	1,685	0,337	0,1685	2,359	4,0103
Chocio	kg	0	0	3,37	0	3,37	5,729
Fideo	kg	13,48	15,165	13,48	5,055	47,18	80,206
Galleta Molida	kg	0	3,37	0	0	3,37	5,729
Harina de maíz	kg	13,48	13,48	13,48	13,48	53,92	91,664
Huevo	kg	16,85	0	0	0	16,85	28,645
Laurel	kg	0,2022	0,2696	0,2696	0,1348	0,8762	1,48954
Leche entera	l	16,85	0	0	0	16,85	28,645
Lechuga	kg	10,11	20,22	10,11	20,22	60,66	103,122
Locote	kg	16,85	16,85	16,85	16,85	67,4	114,58
Locro	kg	0	0	13,48	0	13,48	22,916
Mamón	kg	20,22	20,22	0	0	40,44	68,748
Mandarina	kg	53,92	0	0	53,92	107,84	183,328
Mandioca	kg	67,4	0	67,4	0	134,8	229,16
Manzana	kg	0	0	47,18	0	47,18	80,206
Margarina	kg	0,1685	0	0	0	0,1685	0,28645
Miel de abeja	l	0,2	0	0	0,2	0,4	0,68
Naranja	kg	77,51	158,47	121,32	60,66	397,66	676,022
Orégano	kg	0	0,1685	0,1685	0,1685	0,5055	0,85935
Papa	kg	67,4	67,4	0	67,4	202,2	343,74
Pechuga de pollo	kg	20,22	40,44	47,18	40,44	148,28	252,076
Perejil	kg	0,1685	0	0	0	0,1685	0,28645
Pepino	kg	0	6,74	6,74	0	13,48	22,916
Poroto	kg	10,11	6,74	6,74	10,11	33,7	57,29
Queso	kg	15,165	6,74	8,425	10,11	40,44	68,748
Repollo	kg	20,22	10,11	20,22	20,22	70,77	120,309
Remolacha	kg	0	13,48	23,59	10,11	47,18	80,206
Sal yodada	kg	1,685	2,022	1,8535	1,8535	7,414	12,6038
Tomate	kg	89,305	115,535	101,1	106,153	416,195	707,5315
Zanahoria	kg	88,755	30,33	30,33	37,07	186,485	232,0245
Zapallo/calabaza	kg	20,22	20,22	40,44	40,44	121,32	206,244

9. Control de calidad y participación social

	Descripción
9.1. Plan de Monitoreo	La fiscalización del almuerzo escolar estará a cargo de los nutricionistas contratados, tanto de la empresa como por el municipio local, y lo realizarán diariamente. Dentro del control se tendrán en cuenta los siguientes puntos: Las actividades de selección, compra, almacenamiento, producción y distribución de los alimentos (respetando las características

Fran Cesar David Gonzalez
Alimentación Municipal

DIRECCIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS
REPÚBLICA DEL PARAGUAY

	organolépticas de los productos y según las buenas prácticas de higiene y manipulación de los alimentos, así como de la puntualidad en la entrega de los insumos utilizados para la elaboración. Las instalaciones físicas, equipamientos y utensilios utilizados para la elaboración de los alimentos. Velar por el cumplimiento de las buenas prácticas de la manipulación de los alimentos en las instituciones educativas. Brindar apoyo técnico a los manipuladores de alimentos en las instituciones educativas y realizar las supervisiones correspondientes. Toda actividad realizada de acuerdo a las necesidades serán anotadas en un libro de actas para llevar un registro del mismo
9.2. Plan de capacitaciones	Los alimentos tienen la función de mantener o mejorar la salud de las personas y favorecer el crecimiento en los niños y adolescentes. Cuando no se conocen o no se pone en práctica las recomendaciones para manipular higiénicamente los alimentos pueden ser contaminados y perder sus propiedades nutritivas y ser dañino para la salud del niño. De ahí la importancia de capacitar antes de que empiece el proyecto de almuerzo escolar a las personas que estarán a cargo de manipular los alimentos, también se realizarán capacitaciones durante la ejecución del proyecto. Las capacitaciones también se realizaran con los niños, directivos, docentes y padres de cada Institución educativa.
9.3. Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	Se brindará charlas informativas a padres y alumnos sobre la importancia del almuerzo escolar, como por ejemplo las enfermedades propias por déficit o exceso del consumo de nutrientes, la importancia de la desparasitación y el uso del agua potable. También se solicitará a los padres su colaboración para la elaboración del almuerzo escolar de acuerdo al tiempo que dispongan. La difusión del proyecto se realizará a través de medios de comunicación como páginas web, redes sociales, prensa oral o escrita, para así dar a conocer el menú establecido para el año lectivo, cantidad de beneficiarios e instituciones educativas que cuentan con el almuerzo escolar. Estos medios serán de una gran ayuda para divulgar la importancia del almuerzo escolar, los beneficios que este aporta al niño, para su buen crecimiento y desarrollo. La implementación del almuerzo también tiene como objetivo educar a los niños, de esa manera les enseñamos que con buenos hábitos alimenticios tendrán una mejor calidad de vida.

10. Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

El Sistema de entrega es: Alimentos preparados en las Escuelas (Cocina–Comedor Escolar).

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. Blanca Acosta F.
Reg. Prof. N° 3.496

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

1. RECEPCION.

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

El responsable de decepcionar los alimentos que componen el almuerzo escolar en las instituciones educativas no deberá aceptar productos en las condiciones citadas más abajo.

- ✓ Lote de producto vencido
- ✓ Producto que no cuente con fecha de vencimiento legible
- ✓ Producto que tenga olor desagradable, que a simple viste se encuentren enmohecidos.
- ✓ Productos cuyos envases se encuentren rotos, sucios, averiados o aplastados.
- ✓ Productos que no se contemple como componente del servicio de almuerzo escolar en el presente documento.

2. ALMACENAMIENTO.

- ✓ Para el correcto almacenamiento de los alimentos se tienen en cuenta las características de las mismas así para evitar el deterioro debido a que las entregas son hechas en forma diaria o tres veces por semana. Para ello cada institución cuenta con frezzer y estantes en donde ordenar sus productos adecuadamente.
- ✓ Mantener limpios y bien tapados los alimentos aun dentro de la heladera para evitar la contaminación cruzada.
- ✓ Lavar y secar bien las frutas y verduras antes de guardarlas en la heladera, en recipientes cerrados.
- ✓ Antes de guardar los huevos en la heladera se deben limpiar con un paño limpio y seco, colocándolos en el recipiente bien separados de otros alimentos.
- ✓ Guardar los alimentos en recipientes de vidrio o de plásticos con tapa.

3. HIGIENE.

- ✓ Se establece sistemas de limpieza tanto de los utensilios, establecimiento, cocina y de los alimentos a ser almacenados. Los residuos se destinan en bolsas adecuadas para su posterior deposición.
- ✓ El personal encargado de elaborar el menú dispondrá de uniformes tales como: cofia, delantal, guardapolvo, guantes, tapabocas, para que puedan realizar una correcta manipulación de los alimentos.
- ✓ Las personas que manipulan y sirven los alimentos deben estar en optimas condiciones de salud, libre de enfermedades respiratorias o infectocontagiosas.

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

además deberán mantener limpiar las manos constantemente (uñas cortas sin esmaltes y accesorios).

- ✓ Además los estudiantes deben lavarse correctamente las manos antes de consumir los alimentos.

4. PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN.

El horario de pre elaboración es a partir de las 07.00hs a 10.00 hs. Se cuentan con los utensilios necesarios para la elaboración eficaz de los menús, en este proceso se tienen en cuenta los protocolos de elaboración de cada plato

Para dicha elaboración se cuentan con cocineras con previa capacitaciones y auxiliar de cocina de acuerdo a la cantidad de alumnos en la institución.

El menú establecido para el día, serán elaborados con alimentos frescos e inocuos y la cocción realizará en cada Institución, de acuerdo a la cantidad de alumnos que cuentan con el beneficio del almuerzo.

5. DISTRIBUCIÓN.

Se realizara en forma equitativa en el horario establecido de turno mañana 11.00hs a 12.00hs y turno tarde 12.00hs a 13.00hs, en dos turnos de manera a conservar la temperatura y la calidad del alimento.

Se utilizaran utensilios no tóxicos (platos y cucharas) Se cumplirán todas las normas de higiene y manipulación de los alimentos desde el momento de la higiene del lugar, pre elaboración, distribución y posterior limpieza del área utilizada Así cumpliendo estrictamente con las exigencias y criterios del Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) dependencia del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (MSP Y BS).

La entrega de los alimentos será diaria y deberá llevarse a cabo durante los días hábiles escolares (de lunes a viernes), correspondiente a los cinco (5) días hábiles de clase comprendidas en la semana.

La elaboración del almuerzo escolar será realizada en la institución Educativa, mediante el acondicionamiento de una cocina escolar, para garantizar la calidad del

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

Lic. [illegible] Arrola F.
Nutricionista
Reg. Prof. N° 3.494

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

producto final en cuanto a higiene, salubridad y calidad del almuerzo escolar.

Cada Institución Educativa será montada con equipamientos básicos, que se detallan a continuación:

- ✓ Heladeras y congeladores.
- ✓ Cocina.
- ✓ Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por si misma un agente contaminante).
- ✓ Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios, de materiales no contaminantes.
- ✓ Piletas de lavado.
- ✓ Utensilios para la preparación de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillos, cucharones, tenedores, tabla diferenciadas para cortar carne y verduras, bol, bandejas, entre otros).
- ✓ Utensilios para el servicio (platos, cucharas, vasos), aptos para entrar en contacto con alimentos.
- ✓ Basureros con bolsa y tapa.
- ✓ Mesas y sillas.

PROCEDIMIENTO PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO

- ✓ Llevar los ingredientes para la preparación del menú a cada institución educativa, según la cantidad estipulada en el PBC.
- ✓ Almacenar correctamente cada ingrediente de acuerdo a su naturaleza y características (a temperatura ambiente, refrigerada o congelada, según corresponda).
- ✓ Preparar el menú correspondiente a cada día según las BPM, debiendo los encargados de la preparación contar con los atuendos necesarios y en buenas condiciones de higiene (delantales, gorros, entre otros).
- ✓ Distribuir el almuerzo/cena escolar a los estudiantes, utilizando utensilios como platos y cubiertos (cuchara)
- ✓ Retirar todos los utensilios y enseres para su correspondiente limpieza, luego de finalizado el servicio
- ✓ Las personas responsables de elaborar los alimentos en las Escuelas deberán cumplir con todas las normas prácticas de higiene y salubridad

LOS SIGUIENTES RECURSOS HUMANOS SON NECESARIOS PARA LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO:

1 (un) Cocinero/a (Demanda: 1 cocinero/a por cada 100 estudiantes)

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. Gustavo Benítez F.
Reg. Profesional 3.494

Folio 30

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

1 (un) Auxiliar de Cocina (Demanda: 1 auxiliar por cada 100 estudiantes)

1 (un) Personal para la limpieza de utensilios y del espacio. (Demanda: 1 por institución educativa)

1 (un) Profesional Nutricionista (Demanda: 1 profesional técnico por cada 1000 estudiantes)

MUNICIPALIDAD DE CAPIIBARY

Firma del Gobernador o Intendente
Aclaración
Sello de la Institución

Econ. Cesar David Gonzalez
Intendente Municipal

Firma de la Nutricionista
Aclaración

Lic. Gloriana Acosta F.
Reg. Prof. N° 3.494

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.

Folio 31