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

1. Identificación de las instituciones educativas seleccionadas

Orden	Código de establecimiento escolar (**)	Código de Institución (**)	Nombre de la Institución/Centro (**)	Localidad o Barrio	Estudiantes Beneficiarios														Fuente de Financiación
					E.I(Pre jardín - Jardín - preescolar)		E.E.B. 1º y 2º Ciclo		E.E.B. 3º Ciclo		Educación Media				Educación Inclusiva		Educación Permanente		
											Bach. Científico		Bach. Técnico - Profesional						
					H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	
1			Esc. Bás. Nº 250 " Prof. María F. González"		-	-	10	16											FONACIDE
2			Esc. Bás. Nº 2017 "Excom. Ramón P. Vera M."		1	3	12	11											FONACIDE
3			Escuela Básica Nº 760 "San Isidro Labrador"		5	6	30	23											FONACIDE
4			Esc. Bás. Nº 1582 " Padre Hermann E.		-	-	19	18											FONACIDE

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.

			Pieper															
5			Esc. Bás. Nº 2018 "Doña Martina Castillo de Peña"		11	5	45	35										FONACIDE
6			Escuela Básica Nº 2311 "Sargento Máximo Esteche Rojas"		-	-	11	14										FONACIDE
				Sub total	**17**	**14**	**127**	**117**										
				Total general	**31**		**244**											

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.

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

4. Menú Cíclico

SEMANA 1						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Soyo	Estofado de pollo con papa	Caldo de poroto con fideo	Polenta con salsa de pollo	Tallarín con salsa de carne
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	240 gramos	200 gramos	240 gramos	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	70 gramos Salsa + 80 gramos Fideo
	Edad Escolar	350 gramos	300 gramos	350 gramos	100 gramos salsa + 250 gramos polenta	100 gramos Salsa + 120 gramos Fideo
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Crema	Fruta (Banana)	Fruta cítrica (Mandarina)	Fruta de estacion (Piña)	Ensalada de Fruta

SEMANA 2						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Guiso de Fideo con pollo	Picadito de carne con papa	Caldo de poroto con arroz	Vori vori de pollo	Guiso de arroz con carne
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	200 gramos	200 gramos	240 gramos	240 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	300 gramos	300 gramos	350 gramos	350 gramos	300 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales

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.

Postre	Arroz con Leche	Fruta (Banana)	Fruta cítrica (Naranja)	Fruta (Melón)	Fruta Cítrica (Mandarina)

SEMANA 3						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Caldo de pollo con verduras y arroz	Picadito de carne con puré de papas	Salsa de legumbres con arroz blanco	Vori Vori de carne	Tallarín con salsa de pollo
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	240 gramos	70 gramos picadito + 110 gramos puré	70 gramos Salsa + 100 gramos Arroz	240 gramos	70 gramos Salsa + 80 gramos Fideo
	Edad Escolar	350 gramos	100 gramos picadito + 160 gramos puré	100 gramos Salsa + 130 gramos Arroz	350 gramos	100 gramos Salsa + 120 gramos Fideo
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Crema	Fruta (Piña)	Fruta cítrica (Mandarina)	Fruta (Banana)	Ensalada de Frutas

SEMANA 4						
		Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
Plato Principal		Guiso de arroz con poroto	Polenta con salsa de pollo	Locro	Revuelto de Mandioca	Guiso de arroz con pollo
Cantidad por ración en gramos	**Nivel Inicial**	200 gramos	70 gramos salsa + 170 gramos polenta	240 gramos	170 gramos	200 gramos
	Edad Escolar	300 gramos	100 gramos salsa + 250 gramos polenta	350 gramos	250 gramos	300 gramos
Ensalada		Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales	Ensalada de vegetales
Postre		Fruta cítrica (Naranja)	Fruta (Piña)	Ensalada de frutas	Arroz con leche	Fruta (Banana)

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

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

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

7- Recetario del menú cíclico

Platos Principales				
Menú 1	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Soyo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 297 kcal** **Peso por porción:** **Nivel inicial:** **240 gramos** **Edad escolar:** **350 gramos**	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 60 g 30 g 20 g 20 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	52 g 32 g 29 g 20 g 16 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Agregar la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz con agua hervida. Cocinar hasta que estén blandos. Revolver lentamente hasta que la carne este cocida. Retirar del fuego y agregar el queso y orégano.
Menú 2	**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.

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.

Menú 3	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Caldo de poroto con fideo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 271 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u> 240 gramos** **<u>Edad escolar:</u> 350 gramos**	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Fideo nido Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo. Añadir la porción de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 20 minutos aproximadamente y servir el plato. **<u>Observación:</u>** si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.

Menú 4	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Polenta con salsa de pollo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 307 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>70g salsa + 170g polenta** **<u>Edad escolar:</u>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 200ml 40 g 14 g 10 g 2 ml 0,5 g	**Salsa de pollo** Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras. Sellar el pollo con el ajo y aceite. Una vez sellada agregar el tomate, luego las demás verduras por ultimo agregar el agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Cocinar con la olla tapada hasta que las verduras estén listas y agregar la sal. **Polenta** Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la cebolla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua. Cuando hierve incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos. Agregar leche y retira del fuego.

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.

Menú 5	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
	Salsa de carne			**Salsa de carne:**
	Tomate	70 g	69 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de
Tallarín con salsa de carne	Carne vacuna magra	60 g	52 g	ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales.
	Zanahoria	20 g	20 g	Pelar, lavar y cortar finamente los
	Cebolla	15 g	14 g	vegetales.
Rendimiento:	Locote	10 g	8 g	Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego
1 porción	Aceite	5 ml	5 ml	agregar cebolla, locote y sal yodada.
	Ajo	0,5 g	0,5 g	Cocinar hasta que se ablanden, luego
Energía:	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	agregar tomate y laurel. Posteriormente,
337 kcal	Laurel	0,2 g	0,2 g	agregar agua caliente hasta cubrir los
	Agua potable	c/n	c/n	ingredientes y cocinar por unos minutos
Peso por porción:				hasta que quede la salsa roja.
Nivel inicial:70g salsa + 80 g fideo	**Fideo**			**Fideo**
	Fideo tallarín	40 g	40 g	Hervir el fideo en un recipiente con agua
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	y cocinar por 8 minutos hasta que esté al
Edad escolar:100 g salsa + 120 g fideo	Agua potable	c/n	c/n	dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.

Menú 6	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
	Pechuga de	60g	42g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en
Guiso de fideo con pollo	pollo			porciones pequeñas.
	Tomate	70g	69g	Lavar, pelar y picar los vegetales en
	Fideo	45g	45g	cubos pequeños.
Rendimiento: 1	Cebolla	15g	14g	Saltear la carne con el aceite y ajo,
porción	Locote	10g	8g	agregar cebolla, tomate, locote con la sal
	Aceite	5ml	5ml	yodada.
Energía:	Ajo	0,5g	0,5g	Cocinar hasta formar una salsa roja.
308 kcal	Sal yodada	0,5g	0,5g	Incorporar el fideo, revolver un poco y
Peso por	Laurel	0,2g	0,2g	luego agregar el agua.
porción:	Agua	c/n	c/n	Cocinar hasta que se ablande el fideo
Nivel inicial:	potable			(10 a 15 minutos aproximadamente)
200 gramos				
Edad escolar:				
300 gramos				

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.

Menú 7	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Picadito de carne con papa **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 319 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **200 gramos** **<u>Edad escolar:</u>** **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 8	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Caldo de poroto con arroz **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 266 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **240 gramos** **<u>Edad escolar:</u>** **350 gramos**	Zapallo Poroto seco Tomate Zanahoria Arroz Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 30 g 25 g 20 g 15 g 15 g 10 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	32 g 30 g 24 g 16 g 15 g 15 g 9 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g c/n	Lavar, pelar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, zanahoria, locote y ajo con el aceite. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto y agua hervida, una vez blando agregar el zapallo. Luego agregar el arroz y cocinar hasta que esté cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. **<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.

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.

Menú 9	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Vorivori de pollo **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 351 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **240 gramos** **<u>Edad escolar:</u>** **350 gramos**	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que queden blandos. Luego agregar el tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel. Continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos. Agregar zapallo y cocinar hasta que queden blandos. Mezclar en un bol harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar un poco del caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas (vori). Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa. Agregar las bolitas del vori al caldo y cocinar hasta que salgan a la superficie. Apagar del fuego y agregar el orégano.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con carne **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 340 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **200 gramos** **<u>Edad escolar:</u>** **300 gramos**	Carne magra Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	52g 69g 45g 14g 8g 5ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en cubos. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja. incorporar el arroz, revolver un poco y luego Agregar el agua y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)

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.

Menú 11	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Caldo de pollo con verduras **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 254 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **240 gramos** **<u>Edad escolar:</u>** **350 gramos**	Pechuga de pollo Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita en hoja Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 35 g 20 g 20 g 10 g 10 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	56 g 32 g 34 g 20 g 16 g 9 g 8 g 5 ml 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Limpiar el pollo y dejarlo libre de piel, hueso y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Una vez sellado agregar cebolla, tomate y locote, luego agregar agua potable caliente, zanahoria, zapallo, sal yodada, cebollita de hoja y laurel, cocinar hasta que estén tiernas. Por último, agregar el arroz y cocinar hasta que esté listo.

Menú 12	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Picadito de carne con puré de papas **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 276 kcal Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **70 g picadito + 110 g puré** **<u>Edad escolar:</u>** **100 g picadito + 160 g puré**	**Picadito de carne** Carne vacuna magra Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil o cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 c/n	 50 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	**Picadito de 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 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.

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.

	Puré de papas			**Puré de papas**
	Papa	200 g	134 g	Lavar, pelar y cortar las papas.
	Leche fluida	50 ml	50 ml	Colocarlas un recipiente, cubrir con
	Margarina	5 g	5 g	agua y cocinar hasta que se ablanden.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Retirar del fuego, escurrir el agua de
	Agua potable	c/n	c/n	cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Salsa de legumbres con arroz quesú **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 304 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u>** **70g salsa + 100g de arroz** **<u>Edad escolar:</u>** **100 g salsa + 130 g de arroz**	**Salsa de legumbres** Tomate Poroto Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada laurel Agua potable **Arroz quesú** Arroz Queso Paraguay Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	 70 g 20 g 15 g 10 g 3 ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5g 0,5 g c/n	 69 g 20 g 14 g 8 g 3 ml 0,5g 0,5g 0,2g c/n 40 g 10 g 2 ml 0,5g 0,5 g c/n	**Salsa de legumbres:** Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear en un recipiente cebolla, tomate, locote, ajo, zanahoria y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua hervida. Y terminar la cocción. **Arroz quesú** Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Apagar el fuego. **<u>Observación:</u>** Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura natural o 1 hora antes en agua caliente. La cantidad de agua hirviendo que se agrega al cereal es 2 veces su volumen.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Vorivori de carne **Rendimiento: 1 porción**	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g	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

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: 398 kcal **Peso por porción:** **Nivel inicial: 240 gramos** **Edad escolar: 350 gramos**	Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	10 g 10 g 10 g 5 ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2 g c/n	9 g 8 g 10 g 5 ml 0,5g 0,5g 0,5g 0,2 g c/n	cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua caliente, laurel continuar la cocción por 10 minutos aprox. Agregar zapallo y cocinar hasta que se ablande. Mezclar en un bol, la harina de maíz con el queso Paraguay e integrar bien, luego agregar el caldo de la cocción y amasar para formar las bolitas. Se debe agregar poca cantidad de agua, apenas para que se ligue todo y poder formar una masa uniforme. Agregar las bolitas de maíz al caldo. Cocinar hasta que salgan a la superficie y luego apagar el fuego, agregar el orégano.
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Tallarin con salsa de pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 292 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70 g salsa + 80 g fideo Edad escolar:100 g salsa + 120 g fideo	**Salsa de pollo** Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable **Fideo** Fideo Sal yodada Agua potable	 60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	 42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 ml 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	**Salsa de pollo:** Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Pelar, lavar y cortar finamente los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. **Fideo:** Hervir el fideo en un recipiente con agua y sal yodada; y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción y mezclar el fideo con la salsa. Servir.
Menú 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de poroto con arroz.	Tomate Arroz Poroto Queso	70g 40g 20g 15g	69g 40g 20g 15g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén

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.

	Paraguay			tiernos.
Rendimiento: 1 porción	Cebolla	15g	14g	Incorporar el poroto, arroz, sal yodada con agua hervida y cocinar hasta que estén blandos.
	Locote	10g	8g	
	Aceite	5ml	5ml	
Energía: 317 kcal	Cebollita de hoja	5g	5g	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.
	Sal yodada	0,5g	0,5g	
Peso por porción:	Ajo	0,5g	0,5g	
Nivel inicial: 200 gramos	Agua potable	c/n	c/n	
Edad escolar: 300 gramos				
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
	Salsa de pollo			**Salsa de pollo**
	Tomate	70 g	69 g	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en
Polenta con salsa de pollo	Pechuga de pollo	60 g	52 g	trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar las verduras.
	Cebolla	10 g	9 g	Sellar el pollo con el ajo y aceite.
Rendimiento: 1 porción	Locote	10 g	8 g	Una vez sellada agregar el tomate,
	Aceite	3 ml	3 ml	luego las demás verduras por ultimo
	Ajo	0,5 g	0,5 g	agregar el agua caliente hasta cubrir los
Energía: 307 kcal	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	ingredientes.
	Laurel	0,2 g	0,2 g	Cocinar con la olla tapada hasta que las
	Agua potable	c/n	c/n	verduras estén listas y agregar la sal.
Peso por porción:	**Polenta**			**Polenta**
Nivel inicial:70g salsa + 170g polenta	Agua potable	200ml	200ml	Pelar, lavar y picar la cebolla. Saltear la
	Harina de maíz	40 g	40 g	cebolla en el aceite con sal yodada.
	Cebolla	15 g	14 g	Agregar el agua. Cuando hierve
Edad escolar:100g salsa + 250g polenta	Queso Paraguay	10 g	10 g	incorporar harina de maíz en forma de nieve de lluvia con un cernidor a fin de
	Aceite	2 ml	2 ml	evitar grumos.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	Agregar leche y retira del fuego.
Menú 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.

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

Locro **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 343 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u> 240 gramos** **<u>Edad escolar:</u> 350 gramos**	Carne 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 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Revuelto de mandioca **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 339 kcal** **Peso por porción:** **<u>Nivel inicial:</u> 170 gramos** **<u>Edad escolar:</u> 250 gramos**	Mandioca Huevo* Queso Paraguay Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	200 g 50 g 20 g 20 g 10 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g c/n	116 g 50 g 20 g 18 g 8 g 5 g 3 ml 0,5 g 0,5 g c/n	**Mandioca:** Pelar y lavar la mandioca. Cortarla en el medio en trozos similares y cocinar hasta que esté blando. **Revuelto:** Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear ajo, cebolla, locote en aceite y cocinar hasta que estén tiernos. Incorporar la mandioca previamente hervida y cortada en trozos pequeño Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule). *50 g de huevo corresponde a 1 unidad
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Guiso de arroz con pollo **Rendimiento:** 1 porción **Energía:**	**Salsa de pollo** Tomate Pollo Arroz Cebolla Locote Aceite	 70 g 60 g 45 g 15 g 10 g 5 ml	 69 g 42 g 45 g 14 g 8 g 5 ml	**Salsa de pollo:** Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en prociones pequeñas. Lavar, pelar y picar los vegetales en cubos pequeños. Saltear la carne con el aceite y el ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal

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.

348 kcal **Peso por porción:** Nivel inicial:70 g salsa + 90 g arroz Edad escolar:100 g salsa + 130 g arroz	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	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 (15minutos aproximadamente)

Ensaladas				
Menú 1	**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 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 2	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **46 kcal** **Peso por porción:** **50 g**	Remolacha Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	40 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	27 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua. Luego pelar y cortar en cubos pequeños. Lavar y cortar en cubos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **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

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.

				durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 4	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **38 kcal** **Peso por Porción:** **55 gr**	Tomate Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 15 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **40 kcal** **Peso por Porción:** **55 gr**	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y picar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. **Observación:** El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **38 kcal** **Peso por porción:** **55 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.
Menú 7	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **49 kcal** **Peso por porción:** **50g**	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.

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.

Menú 8	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 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **44 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Repollo Remolacha Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 30 g 10 g 3 ml 0,5 g	24 g 20 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la remolacha y La zanahoria. Lavar y picar el repollo. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: El repollo una vez picado, se recomienda sumergir en agua helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:** **43 kcal** **Peso por porción:** **55 g**	Tomate Zanahoria 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.
Menú 11	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: **1 porción** **Energía:**	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.

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.

kcal **Peso por porción: 50 g**				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 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 43 kcal** **Peso por porción: 55 g**	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. 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: 42 kcal** **Peso por porción: 56 g**	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 40 kcal** **Peso por porción: 55g**	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 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.

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.

Menú 15	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Rendimiento: 1 porción **Energía: kcal** **Peso por porción: 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 16	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
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.
Menú 17	**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 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 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.

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: 39 kcal** **Peso por porción: 60 g**	Lechuga Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 19 g 8 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Menú 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 43 kcal** **Peso por porción: 55 g**	Tomate Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	29 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. <u>Observación:</u> La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Rendimiento: 1 porción **Energía: 42 kcal** **Peso por porción: 56 g**	Lechuga Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 ml 0,5 g	28 g 16 g 9 g 3 ml 0,5 g	Lavar y cortar los vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada, aceite. Servir. <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.

Postres				
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.

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

Crema **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 110 kcal **Peso por porción:** 60 g	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Cáscara de naranja o limón Vainilla o canela	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	Separar 25ml de leche fría y diluir la fécula en ella. Colocar el resto de la leche a hervir en una cacerola junto con el azúcar y la ramita de canela, cáscara de limón o naranja, remover constantemente. Cuando la leche rompa a hervir, bajar la intensidad del fuego (fuego medio – mínimo), retirar la canela y/o cáscara de naranja y verter la mezcla anterior poco a poco sin dejar de remover. Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.
Menú 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.
Menú 3	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 kcal**	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 4	**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.

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

Fruta de estación **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 53 kcal**	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Menú 5	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 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 6	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Arroz con leche **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 115 kcal** **Peso por porción: 100 g**	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela Piel de naranja o limón	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente. Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Menú 7	**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.

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

Fruta de estación **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 8	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 kcal**	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 9	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 63 kcal**	Melón	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 10	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 kcal**	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 11	**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.

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

Crema **Rendimiento:** 1 porción **Energía:** 110 kcal **Peso por porción:** 60 g	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Cáscara de naranja o limón Vainilla o canela	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	120 ml 10 g 5 g c/n c/n	Separar 25ml de leche fría y diluir la fécula en ella. Colocar el resto de la leche a hervir en una cacerola junto con el azúcar y la ramita de canela, cáscara de limón o naranja, remover constantemente. Cuando la leche rompa a hervir, bajar la intensidad del fuego (fuego medio – mínimo), retirar la canela y/o cáscara de naranja y verter la mezcla anterior poco a poco sin dejar de remover. Dejar cocer la mezcla por 5 minutos aproximadamente y luego sacar del fuego. Verter la crema en el recipiente, enfriar y servir bien frío.
Menú 12	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **53 kcal**	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en cubos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Menú 13	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta cítrica **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:** **61 kcal**	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir
Menú 14	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento:** **1 porción** **Energía:**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

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

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

63 kcal				
Menú 15	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Ensalada de frutas **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 kcal** **Peso por porción: 100 g**	Piña Naranja Banana	60 g 50 g 50 g	31 g 37 g 32 g	Lavar y pelar las frutas. Cortar en trozos pequeños. Colocar las frutas en un recipiente. Servir.
Menú 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
Menú 17	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 63 kcal**	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Menú 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.

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

Ensalada de frutas **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 62 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 19	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Arroz con leche **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 115 kcal** **Peso por porción: 100 g**	Agua potable Leche fluida Arroz Azúcar Canela Piel de naranja o limón	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	150 ml 100 ml 10 g 5 g 0,2 g c/n	Blanquear el arroz con el agua por unos 10 minutos aproximadamente. Agregar leche, arroz, azúcar y piel de naranja o limón, y terminar la cocción hasta que el arroz esté totalmente cocido. Dejar enfriar, retirar la piel de naranja o limón. Espolvorear con canela y servir.
Menú 20	**Ingredientes**	**Peso Bruto**	**Peso Neto**	**Preparación**
Fruta de estación **Rendimiento: 1 porción** **Energía: 63 kcal**	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.

8- Calculo de insumos para el almuerzo escolar

Se debe completar este ítem solo si la modalidad utilizada es alimentos preparado en las escuelas.

Año:	2020-2021
Institución Educativa:	6
Nº de comensales:	275
N° de meses del proyecto:	10.3

		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		

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.

Aceite	l	11	11	10.45	10.45	42.9	441.87
Ajo	kg	0.6875	0.6875	0.6875	0.6875	2.75	28.325
Arroz	kg	5.5	19.25	16.5	26.125	67.375	693.9625
Arveja en granos	kg	1.375	1.375	0	0	2.75	28.325
Azúcar	kg	2.75	1.375	2.75	1.375	8.25	84.975
Banana	kg	44	30.25	44	44	162.25	1671.175
Barrita de maní	kg	0	0	0	0	0	0
Canela	kg	0	0.055	0	0.055	0.11	0
Carne vacuna magra *	kg	33	33	38.5	22	126.5	1302.95
Cebolla de cabeza	kg	27.5	24.75	28.875	28.875	110	1133
Cebollita de hoja	kg	1.375	1.375	0	4.125	6.875	70.8125
Choclo	kg	0	0	0	2.75	2.75	0
Fideo	kg	15.125	12.375	11	0	38.5	396.55
Harina de maíz	kg	11	11	11	11	44	453.2
Huevo	kg	0	0	0	13.75	13.75	0
Laurel	kg	0.11	0.165	0.275	0.165	0.715	7.3645
Leche entera	l	33	27.5	46.75	27.5	134.75	1387.925
Lechuga	kg	0	8.25	8.25	16.5	33	339.9
Locote	kg	13.75	13.75	13.75	13.75	55	566.5
Locro	kg	0	0	0	11	11	113.3
Mamón	kg	16.5	0	0	16.5	33	0
Mandarina	kg	44	44	44	0	132	1359.6
Mandioca	kg	0	0	0	55	55	566.5
Margarina	kg	0	0	1.375	0	1.375	0
Melón	kg	0	30.25	0	0	30.25	311.575
Naranja	kg	13.75	49.5	13.75	63.25	140.25	1444.575
Orégano	kg	0.1375	0.1375	0.1375	0	0.4125	4.24875
Papa	kg	55	55	55	0	165	1699.5
Pechuga de pollo	kg	33	38.5	38.5	33	143	1472.9
Perejil	kg	0	0	1.375	0	1.375	14.1625
Pepino	kg	5.5	5.5	0	0	11	113.3
Piña	kg	44	0	71.5	55	170.5	1756.15
Poroto	kg	8.25	8.25	5.5	5.5	27.5	283.25
Queso	kg	11	6.875	5.5	12.375	35.75	368.225
Repollo	kg	16.5	8.25	8.25	8.25	41.25	424.875
Remolacha	kg	11	19.25	22	11	63.25	651.475
Sal yodada	kg	1.65	1.375	1.7875	1.5125	6.325	65.1475
Tomate	kg	94.875	90.75	82.5	86.625	354.75	3653.925
Zanahoria	kg	33	35.75	46.75	27.5	143	1472.9
Zapallo	kg	33	33	33	16.5	115.5	1189.65

**anexar al proyecto la planilla de Excel correspondiente al cálculo de insumos*

9- Control de calidad y participación social

Describir el sistema de calidad a ser implementado	
9-1 Plan de Monitoreo	Monitoreo y control de calidad: para el correcto control son designados profesionales competentes del área tanto como nutricionistas, personal de apoyo distrital, director del programa. Mediante las visitas semanales a 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.

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

	instituciones educativas se realiza el relevamiento de datos específicos de los establecimientos destinados para el almacenamiento, preparación y distribución de los alimentos. Se entregan informes mensuales de la situación
9-2 Plan de capacitaciones	Capacitación: es realizado un mes antes de la ejecución del proyecto, a través de charlas y capacitación personalizada a cada cocinera y auxiliar de cocina. La capacitación consiste en entrenar al personal en cuanto a la higiene, manipulación y elaboración correcta de los menús establecidos, para dicha capacitación se solicita a personales capacitados y aprobados por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN).
9-3 Plan de Difusión del proyecto a la comunidad	El Proyecto de Alimentación Escolar es promocionado y difundido por medios de comunicación local y Departamental brindando a la ciudadanía información acerca del menú anual, de la empresa ganadora de la licitación y proveedora del Almuerzo en el periodo 2019.

10- Modalidad del servicio de almuerzo escolar seleccionada

El Sistema de entrega es: Alimentos preparados en las Escuelas (Cocinando en las escuelas).

1. RECEPCION.

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

2. ALMACENAMIENTO.

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

3. HIGIENE.

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

4. PRE ELABORACIÓN Y ELABORACIÓN.

El horario de pre elaboración es a partir de las 07:00hs a 10:30 hs. Se cuentan con los utensilios 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.

Los alimentos deberán ser elaborados en las instituciones Educativas de acuerdo a la cantidad de alumnos, no se aceptaran alimentos pre elaborados y refrigerados.

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

temperatura y la calidad del alimento.

Se utilizaran utensilios no tóxicos (platos, cucharas, potes para postres). 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, garantizando la calidad del producto final en cuanto a higiene, salubridad y calidad del almuerzo escolar.

La Municipalidad debe de proveer todo lo relacionado para la implementación de la alimentación, la empresa se encargará de la entrega de los ingredientes del menú a la institución educativa.

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

- Heladeras y congeladores.
- Cocina o Fogón.
- Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por sí 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), se debe minimizar la utilización de utensilios de madera.
- Utensilios para el servicio (platos, cucharas, potes para postres), 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 escolar a los estudiantes, utilizando utensilios como platos y cubiertos (cuchara).

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy

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

- 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 de prácticas de higiene y salubridad.
- 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 los alimentos, ni la institución a recibirlo. La comunicación en dicho caso estará a cargo del Director de cada Institución Educativa.
- El periodo de vigencia del contrato será desde el primer día hábil siguiente a la firma del contrato, hasta la entrega total de las raciones.
- Las cantidades del cuadro de plan de entregas son estimadas, estará a cargo del Director de cada escuela, especificar la cantidad exacta de alumnos.
- El proveedor debe disponer de un equipo de funcionarios técnicos, por lo menos un profesional Nutricionista, para el acompañamiento en todas las Instituciones educativas, para entrenamiento de cómo utilizar los productos de la mejor forma, y brindar capacitación al personal en cuanto a higiene y preparación de los alimentos.
- El oferente elaborará un informe sobre la cantidad de platos entregados por día en cada Institución, dicho informe deberá estar firmado por el Director de la escuela.
- Para el cobro del servicio prestado, el proveedor deberá presentar en la Municipalidad, un informe detallado de la entrega y la factura correspondiente.
- La fiscalización básica del servicio estará a cargo del Director de cada escuela, debiendo estos informar a la Municipalidad sobre cualquier incumplimiento en que incurra el proveedor.

La Municipalidad se reserva el derecho de realizar los controles de salubridad que crea necesarios.

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

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

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

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

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

Ministerio de Educación y Ciencias
Independencia Nacional 874 e/ Piribebuy y Humaitá
Edificio Beckelman, 6to. Piso Telef. : (595)21 454 220 int. 18
Telef. : (595)21 492 512
Email: alimentacion.escolar@mec.gov.py
www.mec.gov.py
MEC Digital @MECpy