



Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Resolución N° 9460

**POR LA CUAL SE APRUEBAN LOS LINEAMIENTOS
TÉCNICOS Y NUTRICIONALES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL
PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY - PAEP, EN
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE GESTIÓN OFICIAL Y PRIVADA
SUBVENCIONADA.**

Asunción, 5 de abril de 2018

VISTO: El Memorándum N° 467/2018 de fecha 27 de marzo de 2018, presentado por la señora María del Carmen Giménez Sivulec, Viceministra de Educación Básica de esta Secretaría de Estado, y;

CONSIDERANDO: Que, a través del mismo remite el proyecto de Resolución "Por la cual se establece la aprobación de los lineamientos técnicos y nutricionales para la implementación del Programa de Alimentación Escolar del Paraguay - PAEP, en instituciones educativas de gestión oficial y privada subvencionada; dependientes del Ministerio de Educación y Ciencias";

La Ley N° 5210/2014 "DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR Y CONTROL SANITARIO" que en su Artículo 6° establece: "Los Gobiernos Departamentales se harán cargo de la organización, planificación y fiscalización de los programas de alimentación escolar y control sanitario, para ello coordinarán sus tareas con las Municipalidades, con el Ministerio de Educación y Cultura y con el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. La implementación de la presente Ley es responsabilidad del Gobierno Central para el área capital. Los Gobiernos Departamentales deberán regirse por las directrices emanadas del Ministerio de Educación y Cultura. En caso de incumplimiento de las directrices establecidas, el Ministerio de Hacienda no desembolsará las partidas presupuestarias para financiar el programa previsto en la presente Ley";

El Decreto N° 2366 de fecha 07 de octubre 2014 "Por el cual se reglamenta la Ley N° 5210/14, de Alimentación Escolar y Control Sanitario", que en su Artículo 14 dispone: "El Ministerio de Educación y Cultura elaborará el Programa de Alimentación Escolar del Paraguay que se implementará en coordinación con las instituciones públicas con responsabilidades del área, y aquellas privadas convocadas para el efecto"; asimismo, en su Artículo 17 establece: "El Ministerio de Educación y Cultura establecerá las directrices por las que deberán regirse los Gobiernos Departamentales para la Ejecución del Programa, así como los mecanismos administrativos de cumplimiento de los mismos", concordante con su Artículo 28 que reza: "Las directrices del Programa de Alimentación Escolar que darán cumplimiento a los Incisos a), b) y c) del Artículo 10° de la Ley serán establecidas por el Ministerio de Educación y Cultura en coordinación con el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición"; igualmente, en su Artículo 15 menciona: "El Ministerio de Educación y Cultura, dentro de su estructura en el nivel central, constituirá una dependencia de Alimentación Escolar, la que será responsable de la gestión del Programa";





Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Resolución N° 9460

POR LA CUAL SE APRUEBAN LOS LINEAMIENTOS TÉCNICOS Y NUTRICIONALES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR DEL PARAGUAY - PAEP, EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE GESTIÓN OFICIAL Y PRIVADA SUBVENCIONADA.

-2-

Que, con la vigencia de normativas que regulan la implementación del Programa de Alimentación Escolar en las instituciones educativas, como política pública a nivel nacional; es fundamental delinear acciones y definir responsabilidades entre las diferentes instituciones públicas y las privadas convocadas para el efecto;

La Ley N° 5749/2017 "Que establece la carta orgánica del Ministerio de Educación y Ciencias", que en su Artículo 3° "Competencia" establece: "El Ministerio de Educación y Ciencias es el órgano rector del sistema educativo nacional y como tal, es responsable de establecer la política educativa nacional en concordancia con los planes de desarrollo nacional, conforme lo dispone la Constitución Nacional y la Ley N° 1264/98 "GENERAL DE EDUCACIÓN".

Por tanto, en ejercicio de sus atribuciones legales,

EL MINISTRO DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS

RESUELVE:

- 1°.- **APROBAR** los lineamientos técnicos y nutricionales para la implementación del Programa de Alimentación Escolar del Paraguay - PAEP, en instituciones educativas de gestión oficial y privada subvencionada; conforme al anexo que forma parte de la presente Resolución.
- 2°.- **ENCOMENDAR** a todos los estamentos educativos de este Ministerio, la aplicación de los mecanismos necesarios para apoyar y garantizar el cumplimiento de la presente disposición.
- 3°.- **DEJAR** sin efecto todas las disposiciones anteriores y contrarias a la presente Resolución.
- 4°.- **COMUNICAR** y archivar.


Raúl Aguilera Méndez
MINISTRO



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-3-

**LINEAMIENTOS TÉCNICOS Y NUTRICIONALES PARA
IMPLEMENTAR EL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR
DEL PARAGUAY – PAEP, EN LAS INSTITUCIONES
EDUCATIVAS DE GESTIÓN OFICIAL Y PRIVADA
SUBVENCIONADA.**

2018



*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias**Anexo de la Resolución N° 9460*

-4-

INTRODUCCIÓN

Por imperio de la Ley N° 5.210/14 "De Alimentación Escolar y Control Sanitario" el Ministerio de Educación y Ciencias es la autoridad de aplicación de la misma y el Decreto Reglamentario N° 2366/14 reza textualmente en su Art. 17 "el Ministerio de Educación y Cultura establecerá las directrices por las que deberán regirse los Gobiernos Departamentales para la ejecución del Programa; así como los mecanismos administrativos de cumplimiento de los mismos".

Las normativas legales vigentes mencionadas precedentemente facultan al MEC a establecer los lineamientos técnicos nutricionales claros, puntuales y concretos a los Gobiernos departamentales y municipales para la implementación del "Programa de Alimentación Escolar del Paraguay" - PAEP; en concordancia a lo establecido en el Artículo 28 del Decreto N° 2366/14 establece que "Las directrices del Programa de Alimentación Escolar que darán cumplimiento a los Incisos a), b) y c) del Artículo 10° de la Ley serán establecidos por el Ministerio de Educación y Cultura en coordinación con el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición".

De esa manera, se establecen los lineamientos técnicos y nutricionales para la implementación de los diferentes servicios de alimentación escolar a proveerse en las instituciones educativas en el marco del Programa de Alimentación Escolar del Paraguay – PAEP acorde a las normativas vigentes, elaborado en forma conjunta por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición – INAN dependiente del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, y la Dirección de Alimentación Escolar dependiente de la Dirección General de Gestión Social y Equidad Educativa del Ministerio de Educación y Ciencias.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-5-

CAPÍTULO 1.

LINEAMIENTOS TÉCNICOS PARA PLANIFICAR LA PROVISIÓN DE LOS DIFERENTES SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

1.1 PROCEDIMIENTOS PARA ELABORAR EL PROYECTO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR.

Los Gobiernos Departamentales o Municipales deben de seguir los siguientes pasos:

- Definir el tipo de servicio de alimentación escolar que será proveído; según la fuente de financiamiento con que cuenta la institución (desayuno y merienda escolar, almuerzo escolar, o cena)
- Seleccionar las instituciones educativas y la cantidad de estudiantes que serán beneficiados con el servicio de alimentación escolar de la Planilla N° 13 de "Requerimiento del Programa de Alimentación escolar" de la Metodología de Microplanificación del Proceso Educativo; elaborada previamente según el distrito correspondiente; **caso contrario no se dará curso al proyecto presentado y será rechazado de forma inmediata.**
- Para beneficiar a las instituciones educativas con el servicio de alimentación escolar, se debe respetar lo establecido en los principios y directrices de la alimentación escolar definidos en la Ley N° 5210/14 de "Alimentación Escolar y Control Sanitario"; a fin de cumplir con las metas y objetivos del programa
- Elaborar el proyecto de alimentación escolar; conforme al formato proveído por el MEC. El formato oficial¹ establecido para la presentación de los proyectos de Alimentación Escolar son: el Formulario N° 1 (almuerzo escolar), el Formulario N° 2 (desayuno y merienda escolar), el Formulario N° 3 (colación alimentaria) y el Formulario N° 4 (cena).
- Respetar los lineamientos técnicos y nutricionales emanados por el MEC. **No se dará curso a aquellos proyectos que no se ajusten a las directivas del MEC y serán devueltos para su ajuste correspondiente con observaciones.**
- El proyecto de alimentación escolar debe ser elaborado y firmado en cada hoja por un profesional nutricionista, con registro profesional vigente; además debe contener la firma y sello en cada hoja del responsable de la Gobernación o Municipio **caso contrario no se dará curso al proyecto presentado y será rechazado de forma inmediata.**
- Presentar el proyecto de alimentación escolar a la Dirección de Alimentación Escolar del MEC por medio de una nota firmada por el responsable de la Gobernación o Municipio para su análisis y posterior autorización por el MEC, según los mecanismos establecidos.

1.2 PROCEDIMIENTOS PARA AUTORIZAR EL PROYECTO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Como requisito fundamental para la implementación del servicio y para la modificación de los contratos suscriptos cuyo objeto sea la Alimentación Escolar, los Gobiernos Departamentales y

¹ Formularios proveídos por la Dirección de Alimentación Escolar del MEC, nivel central.

*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias**Anexo de la Resolución N° 9460*

-6-

Municipales deberán presentar el proyecto de alimentación escolar al MEC y obtener posteriormente una autorización.

- El periodo de presentación del proyecto de alimentación escolar para su análisis y autorización por el MEC será hasta el mes agosto del año anterior a su implementación; excepcionalmente, se podrán procesar llamados fuera de este plazo previa justificación, de manera a que pueda realizar todo el proceso de licitación dentro de los plazos correspondientes.
- El proyecto de Alimentación Escolar y la nota de solicitud de autorización podrán ser remitidas por la Gobernación o Municipio a la Dirección de Alimentación del MEC; vía correo electrónico o por mesa de entrada.
- En caso de remitir por correo electrónico, el MEC inmediatamente registrará y remitirá el número de expediente correspondiente.
- El plazo para la autorización del proyecto de Alimentación Escolar por el MEC es de 5 (cinco) días hábiles computados a partir del día siguiente hábil de la fecha de entrega. Si el proyecto reúne todos los requisitos para la autorización se emitirá una "nota de autorización" del MEC a la Gobernación o Municipio.
- En caso de que el proyecto no se ajuste a los lineamientos técnicos y nutricionales de alimentación escolar emanados por el MEC, será devuelto por medio de una nota con observaciones para su ajuste. A partir de la nueva presentación con los ajustes solicitados, el plazo para su análisis y posterior autorización será de 3 (tres) días hábiles, computados a partir del día siguiente hábil de la fecha de entrega.
- La nota de autorización del proyecto de alimentación escolar emitida por el MEC, tendrá una vigencia máxima de 1 (uno) mes desde la fecha de emisión para ser presentada junto con el Pliego de Bases y Condiciones - PBC a la Dirección Nacional de Contrataciones Públicas - DNCP, fenecido ese plazo se deberá gestionar una nueva nota de autorización siguiendo el mismo procedimiento descrito anteriormente.
- El proyecto de Alimentación Escolar autorizado por el MEC no podrá ser modificado, salvo razones debidamente justificadas, para lo cual la Gobernación o el Municipio debe solicitar por medio de una nota al MEC la modificación o cancelación del proyecto ya autorizado; siguiendo el mismo procedimiento detallado más arriba.
- La modificación o cancelación de un Proyecto de Alimentación Escolar debe darse antes de la apertura de ofertas o la carga de propuestas para los casos de Subasta a la Baja Electrónica-SBE. La autorización del MEC para la modificación o cancelación de un Proyecto de Alimentación escolar tendrá una vigencia de 10 (diez) días hábiles desde la fecha de emisión para ser presentada a la DNCP, fenecido ese plazo se deberá gestionar una nueva nota de modificación o cancelación; siguiendo el mismo procedimiento descrito anteriormente.
- El MEC no se hace responsable sobre la ejecución fuera del proyecto autorizado, además de no poseer injerencia en cuestiones relativas al precio referencial, la fuente de



*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias**Anexo de la Resolución N° 9460*

-7-

financiamiento, los procesos de contratación ni la modalidad de servicio seleccionado por la contratante, circunscribiéndose al análisis de las especificaciones técnicas de carácter nutricional, garantizar el cumplimiento de los criterios de selección de los beneficiarios y a lo establecido en las normativas legales vigentes. Se remitirá al órgano de control correspondiente en caso de detectar variaciones en el cumplimiento del mismo.

- Las modificaciones a los contratos suscriptos podrán realizarse de conformidad a las disposiciones de la Ley N° 2.051/03 y previa autorización del MEC. Para dicho efecto, los Gobiernos Departamentales y Municipales deberán remitir su proyecto de modificación, la cual será revisada y autorizada conforme a los trámites dispuestos más arriba. No se tramitará ni autorizará modificaciones a contratos que no se encuentren vigentes.

CONTACTOS**Dirección de Alimentación Escolar - MEC**

Independencia Nacional N° 874 e/ Piribebuy y Humaitá

Edificio Beckelman, 6to Piso

Teléf.: (595)21 454 220 Int. 18Teléf.: (595)21 492 512E-mail: alimentación.escolar@mec.gov.py



Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-8-

CAPÍTULO 2.**LINEAMIENTOS NUTRICIONALES PARA ELABORAR EL PROYECTO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR****2.1. DEFINICIÓN DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR**

La Ley de Alimentación escolar y control sanitario contiene una definición amplia de la Alimentación Escolar, el cual incluye el enfoque de derecho a una alimentación adecuada y la seguridad alimentaria nutricional, así como el proceso de enseñanza aprendizaje, lo cual se define como sigue:

"Se entiende por Alimentación Escolar a la alimentación variada, balanceada, de calidad óptima y adecuada a los requerimientos nutricionales de cada grupo etario, proporcionada en el marco del régimen escolar, conforme a las características socio-culturales y la disponibilidad de los productos e insumos alimenticios característicos de los territorios, y que al mismo tiempo, promuevan acciones pedagógicas que permitan que se conviertan en una experiencia educativa para la formación de hábitos alimentarios saludables en la población escolar atendida por el Sistema Educativo y el desarrollo de los componentes pedagógicos en materia de derecho a la alimentación y seguridad alimentaria, con la participación de la comunidad educativa". (Art 2° Ley N° 5210/14)

2.2. REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

La alimentación de los estudiantes deberá basarse en una dieta saludable y adecuada; comprender el uso de alimentos variados, inocuos utilizando los grupos de alimentos establecidos en las Guías Alimentarias del Paraguay y reflejadas en la Olla Nutricional.

Se deben de asegurar la inocuidad y la calidad de los alimentos para su consumo. Los mismos deben ser procesados, envasados y transportados en condiciones adecuadas de higiene, a fin de evitar los peligros físicos, químicos o biológicos que pongan en riesgo la salud de los estudiantes.

El valor calórico total (VCT) se deberá fraccionar en 5 (cinco) comidas diarias basadas en la siguiente distribución porcentual:

Cuadro 1. Distribución porcentual de las necesidades energéticas totales por tiempo de comida	
Desayuno	20% VCT
Colación	15% VCT
Almuerzo	25% VCT
Merienda	15% VCT
Cena	25% VCT
Fuente: OMS, Ginebra 1985. La distribución porcentual actualmente se encuentra en proceso de revisión y actualización.	

La distribución de aporte calórico por nivel educativo, de acuerdo al VCT promedio establecido, se detalla a continuación:

Cuadro 2. Distribución de aporte calórico por nivel educativo	
Nivel educativo	Aporte Calórico Total
Nivel Inicial (Pre-jardín, Jardín y Preescolar de la Educación Inicial)	1350 kcal





Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-9-

Edad escolar (1° al 6° grado de la EEB)	1800 kcal
Adolescentes (7° al 9° grado de la EEB, del 1° al 3° curso de la Educación Media)	2275 kcal
Fuente: Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición. Guías Alimentarias del Paraguay. Asunción: INAN-MSPBS.	

2.3. HORARIO DE DISTRIBUCIÓN DE LOS SERVICIOS

Los diferentes servicios de alimentación escolar deben distribuirse siguiendo horarios establecidos:

Cuadro 3. Horarios por servicios			
Servicio	Turno		
	Mañana	Tarde	Noche
Desayuno	7:00 a 7:30 horas	-	-
Merienda	-	15:00 a 15:30 horas	-
Almuerzo	11:00 a 12:00 horas	12:00 a 13:00 horas	-
Almuerzo, Jornada extendida	11:30 a 12:30 horas		-
Cena	-	-	19:30 a 20:30 horas

El menú de todos los servicios (desayuno y merienda escolar, almuerzo escolar y cena) debe estar visible en la institución educativa para conocimiento de toda la comunidad educativa.

2.4. SERVICIO DE DESAYUNO Y MERIENDA ESCOLAR

En el servicio de desayuno y merienda escolar deben ser utilizados los siguientes alimentos.

2.4.1. Alimento líquido

- 1) Leche Entera Fluida UAT
- 2) Leche Entera Fluida UAT Enriquecida con Hierro, Zinc y Vitamina C

2.4.2. Alimento sólido

- 3) Galletitas dulces con semillas de Chía y/o Sésamo
- 4) Galletita Dulce
- 5) Magdalena
- 6) Palito / Rosquita
- 7) Pan lacteado
- 8) Alimento a base de Maní
- 9) Cereales para desayuno
- 10) Galletita Crackers"
- 11) Galletita dulce con harina de arroz, de chíá y/o semilla de sésamo
- 12) Chipita chipa-pirú
- 13) Fruta fresca "Banana

2.4.3. Alimento Complementario

- 14) Miel de abeja²

²La Miel de Abeja se podrá administrar en una porción de no más de 5g, acompañando al pan 2 veces a la semana como máximo.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-10-

La adquisición del servicio de desayuno y merienda para la alimentación escolar, deberán contemplar indefectiblemente un alimento líquido (leche) y como mínimo 3 (tres) diferentes tipos de alimentos sólidos, a fin de ser intercalados durante los días de la semana.

Para el turno mañana el servicio es considerado desayuno ya que debe de distribuirse a primera hora de inicio de la jornada escolar; y como merienda para el turno tarde.

2.4.4. Preparación del menú

Para la elaboración del menú se deberá aplicar un esquema de Menú Cíclico.

Ejemplo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche
	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2	Alimento Sólido 3	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2
Semana 2	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche
	Alimento Sólido 3	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2	Alimento Sólido 3	Alimento Sólido 1
Semana 3	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche
	Alimento Sólido 2	Alimento Sólido 3	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2	Alimento Sólido 3
Semana 4	Leche	Leche	Leche	Leche	Leche
	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2	Alimento Sólido 3	Alimento Sólido 1	Alimento Sólido 2

Para elaborar el PBC se deben de utilizar las especificaciones estándar que se adjuntan en el Anexo I; además de utilizar los pliegos estandarizados para el servicio de desayuno y merienda escolar, conforme normativa vigente de la DNCP.

2.5. SERVICIO DE ALMUERZO ESCOLAR Y CENA

Las preparaciones culinarias se encuentran estandarizadas y deberán ser utilizadas por las convocantes (MEC, Gobernaciones y Municipalidades) para elaborar el Proyecto de almuerzo escolar y cena, respetando los aspectos técnicos que se establecen a continuación.

Para las estimaciones del aporte energético y de macronutrientes, se tuvo en cuenta el peso bruto y el peso neto según los factores de corrección de la Tabla de Composición de Alimentos de Centroamérica³; a excepción de la papa y la mandioca para las que se utilizaron los datos del Sistema de Análisis y Registro de Alimentos (SARA) del Ministerio de Salud de la Nación de Argentina⁴.

2.5.1. Consideraciones para algunos alimentos, hierbas aromáticas y especias

³INCAP. Tabla de composición de alimentos de Centroamérica. INCAP. Menchú MT, Méndez H. 2ª Edición, 3ª Reimpresión. 2012. Guatemala: INCAP/OPS.

⁴Ministerio de Salud de la Nación. Dirección Nacional de Salud Materno Infantil. SARA. Sistema de Análisis y Registro de Alimentos. Versión 1.2.22.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-11-

Se citan algunas observaciones que son aplicables a todos los menús a tener en cuenta para la compra y utilización de algunos alimentos, hierbas aromáticas y especias.

- Con relación a las verduras frescas que son comercializadas en forma de mazo se pueden considerar lo siguiente: o perejil, cebollita o cebollita de hoja, cilantro de 25-30 g c/mazo para un rendimiento de 5 comensales, o lechuga y berro de 250-300 g c/mazo para un rendimiento de 5 comensales.
- Podrá considerarse 1 diente de ajo de 3 a 5 g para un rendimiento de 5 comensales.
- Las hierbas aromáticas como orégano, laurel, perejil, cilantro, cebollita de hoja, romero, entre otras; pueden ser utilizadas en todos los menús ya que favorece la presentación en cuanto a las características organolépticas del plato terminado, pero no contribuye sustancialmente al aporte energético.
- Podrá considerarse 2 a 3 hojas de laurel (0,3-0,5 g c/hoja) para un rendimiento de 5 comensales.
- Para la elaboración de carne molida deberá utilizarse carne magra, la cual deberá ser molinada en el momento de ser utilizado por el riesgo microbiológico que representa la compra de la misma para esta presentación.

2.5.2. Composición del menú

Las preparaciones culinarias a ser servidas deben ser elaboradas en el día utilizando como referencia el "Recetario para Almuerzo Escolar y Cena" (Anexo II) y deberán incluir:

- Plato principal y guarnición cuando corresponda.
- Ensalada.
- Postre.

Se contemplará en cada menú definido en cada momento de alimentación una variación de $\pm 10\%$ sobre las calorías estipuladas.

a) Plato principal: que podrá contener:

- Una preparación única (guisados, caldos, estofados).
- El agregado de una guarnición cuando el menú así lo requiera (puré de papas/calabaza/zapallo, arroz, fideo, polenta, mandioca y/o batata).
- Se podrá utilizar en las preparaciones culinarias, hierbas aromáticas, como orégano, laurel, perejil, cilantro, cebollita de hoja, romero, entre otras; considerando que favorecen las características organolépticas del plato terminado, pero no contribuye sustancialmente al aporte energético.

Observación: para los menús de cena, se deberá tener en cuenta alimentos ligeros de fácil digestión. Si el almuerzo contiene legumbres o tubérculos, la cena deberá estar exenta de estos alimentos.

El esquema del plato principal responde a las características citadas a continuación:

Cuadro 4. Características generales para el plato principal			
Fuente de proteína	Formas de cocción	Acompañados de (Guarnición)	Frecuencia de consumo
Carne vacuna (sin grasa visible)	Caldos*	Puré de Papa/calabaza/zapallo	1 a 2 veces por semana. En caso de las menudencias 1 vez a la semana.
Carne de ave (sin grasa visible ni	Guisado*	Fideo	
	Estofado*	Arroz	
	Horneado		

Secretaría General

Estrella N° 443 casi Alberdi – Edificio Estrella 3° piso

Tel: (595 21) 447-989/442-055

Asunción – Paraguay

secretariamecpy@gmail.com

MEC Digital

@MECpy

www.mec.gov.py



Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-12-

piel y huesos)	Grillé	Harina de maíz Mandioca/Batata	
Menudencias (hígado y mondongo)			
Legumbres (todas las variedades)			
Carne de pescado (sin escamas y sin espinas)			1 vez a la semana.

*Exclusivamente para las menudencias.

b) Ensaladas

- Debe ser servida en un recipiente independiente del plato principal y estará compuesta obligatoriamente por al menos 3 vegetales. Esta combinación podrá contener según disponibilidad local: lechuga, berro, rúcula, tomate, repollo, choclo, zanahoria, remolacha, pepino, chaucha, rabanito, cebolla, brócoli, coliflor y variedad de zapallos.
- En caso de escasa o nula producción de alguna hortaliza que compone la ensalada del día, se podrán reemplazar por otra de las citadas anteriormente.
- Se debe tener en cuenta que los ingredientes para las ensaladas deberán ser variados, evitando repetir el mismo ingrediente en días consecutivos.
- Las ensaladas pueden estar aderezadas con sal, aceite vegetal, y/o limón, y/o vinagre, y/o especies aromáticas (albahaca, perejil, orégano, cilantro, entre otros).
- Tener en cuenta que cuando el menú principal contiene legumbres, ese día evitar la combinación con ensaladas que contenga repollo, coliflor y brócoli, ya que ambos alimentos son de difícil digestión.
- Para las ensaladas de cena, se deberá tener en cuenta hortalizas de fácil digestión, evitando principalmente repollo, coliflor y brócoli.

Observación: En caso de utilizar las legumbres realizar la preparación previa del remojo en agua potable natural durante la noche anterior, o en agua potable caliente por al menos 1 hora. Desechando siempre el agua de remojo, y realizando el lavado correspondiente en agua potable antes de su uso para la cocción.

c) Postres

El esquema de los postres responde a las características citadas a continuación:

Cuadro 5. Aspectos generales a tener en cuenta para los postres		
La variedad y frecuencia debe ser obligatoriamente respetada con relación a las frutas		
Postre/Opciones	Variedad	Frecuencia
Frutas	Al menos 2 frutas diferentes por semana, según disponibilidad estacional	Diaria o al menos 3 veces en la semana
Ensalada de frutas*	Al menos 3 frutas diferentes por semana, según disponibilidad estacional	
Compota de frutas	Según disponibilidad estacional	Cualquiera de las opciones, 1 a 2 veces por semana
Dulces	Según disponibilidad	
Postres con leche	Según disponibilidad	

Postres que podrán ser utilizados en forma de reemplazo en el menú cíclico.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-13-

Cuadro 6. Intercambio de postres		
Postre/Opciones	Reemplazos	Cantidad
Frutas	Ensalada de frutas	100 g
Banana con miel	Estos postres son intercambiables entre sí.	1 banana con 2 cucharitas de miel (12 mL)
Dulce de batata/ membrillo		30 g
Dulce de mamón/ calabaza o similares		50 g
Compota de frutas		100 g
Alimento a base de maní (barra de maní)	Maní con miel	20 g de maní con 12 mL de miel
Arroz con leche	Candial	60 g
	Crema	100 g
	Mazamorra	100 g

Observación: cuando el postre corresponda a frutas enteras, la empresa contratada deberá entregar las mismas a la institución educativa limpias y sanitizadas. En el caso específico de las naranjas, deberán ser entregadas a los estudiantes peladas. Se podrá utilizar postres envasados o pre-elaborados.

2.5.3. Utensilios para el servicio de los alimentos

Los utensilios para servir las raciones correspondientes a las preparaciones de plato principal, ensalada y postre, se detallan a continuación:

Cuadro 7. Características para el servicio de alimentos		
Preparaciones	Tipo de utensilio	Capacidad
Sopas, caldos, guisados y estofados	Cucharonas	200 mL
Salsas y guarniciones (arroz, polenta, purés, entre otros)	Cucharonas	100 mL
Fideos tipo espagueti, tallarín, cintas y ensaladas de todo tipo	Pinzas	-----
Postres	Cucharonas	50 mL

2.5.4. Distribución del menú según nivel educativo

Para la distribución del almuerzo/cena escolar se deberá tener en cuenta lo siguiente:

Cuadro 8. Distribución del menú	
Componente del menú	Cantidad en gramos
Plato principal	Gramaje de acuerdo a cada nivel educativo*
Ensalada	Gramaje – establecido en el recetario de almuerzo/ cena escolar independiente del nivel educativo*
Postre	

*Para esta distribución se deberá tener en cuenta los gramajes establecidos en el (Anexo III Ración recomendada para el servicio de platos principales por nivel escolar).

2.5.5. Características para elaborar el menú

Para la elaboración del menú se deberá aplicar un esquema de Menú Cíclico establecido para cuatro semanas (con un mínimo de 9 menús diferentes de platos principales), con el objeto de evitar la repetición de platos de comida, simplificar la preparación del menú, optimizar las compras y la provisión de insumos, facilitar el servicio y el entrenamiento del personal. Los alimentos que formarán parte del Menú Cíclico deberán ser elaborados en el día a ser servidos. La presentación



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-14-

de los alimentos deberá ser acorde a las posibilidades de masticación para la edad de los estudiantes.

A continuación, la convocante deberá indicar las opciones de menú cíclico a ser licitado.

[Se debe utilizar cuatro semanas para el menú cíclico del año lectivo]

Cuadro 9. Modelo de presentación de menú cíclico

Semana X		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Plato Principal						
Cantidad por ración	Nivel Inicial					
	Edad Escolar					
	Adolescentes					
Ensalada						
Postre						

[Se deben detallar las recetas estandarizadas para un comensal, como se indica en este recetario, incluyendo el gramaje correspondiente a cada nivel educativo, si uno de los niveles no será beneficiado se dejará en blanco. En el caso de las ensaladas y postres se considerará el gramaje especificado en el recetario]

Para la elaboración del Pliego de Bases y Condiciones, se deben de utilizar las especificaciones técnicas contenidas en los Pliegos Estandarizados para el servicio de almuerzo escolar y cena; conforme a las normativas vigentes de la Dirección Nacional de Contrataciones Públicas-DNCP.

El servicio de almuerzo escolar y cena para las instituciones educativas de las comunidades indígenas será realizado conforme a las características socioculturales, respetándose las preferencias nutricionales, los hábitos alimentarios, la cultura y la tradición alimentaria de la localidad donde habita el estudiante y atendiendo a la disponibilidad de los productos e insumos alimenticios característicos de los territorios.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-15-

2.5.6. COMBINACIONES PARA EL PLATO PRINCIPAL

Propuesta A	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo	Carne vacuna	Carne de pollo
	Harina de maíz	Fideo	Arroz	Mandioca	Papa
Semana 2	Legumbre/Huevo	Carne de pollo	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo
	Fideo	Arroz	Harina de maíz	Fideo	Arroz
Semana 3	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo	Carne de pollo	Carne vacuna
	Mandioca	Papa	Fideo	Arroz	Harina de maíz
Semana 4	Carne de pollo	Legumbre/Huevo	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo
	Fideo	Arroz	Mandioca	Papa	Fideo

Propuesta B	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1	Carne de pollo	Pescado	Carne vacuna	Legumbre/Huevo	Carne de pollo
	Arroz	Papa	Fideo	Locro	Harina de maíz
Semana 2	Carne vacuna	Legumbre/Huevo	Carne de pollo	Pescado	Carne vacuna
	Arroz	Fideo	Arroz	Papa	Fideo
Semana 3	Legumbre/Huevo	Carne de pollo	Carne vacuna	Legumbre/Huevo	Carne de pollo
	Locro	Harina de maíz	Arroz	Fideo	Arroz
Semana 4	Pescado	Carne vacuna	Legumbre/Huevo	Carne de pollo	Carne vacuna
	Papa	Fideo	Locro	Harina de maíz	Arroz





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-16-

Propuesta C	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1	Legumbre/Huevo	Carne vacuna	Carne de pollo	Carne vacuna	Carne de pollo
	Mandioca	Harina de maíz	Papa	Arroz	Fideo
Semana 2	Legumbre/Huevo	Pescado	Legumbre/Huevo	Carne vacuna	Carne de pollo
	Harina de maíz	Arroz	Mandioca	Harina de maíz	Papa
Semana 3	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo	Pescado	Legumbre/Huevo
	Arroz	Fideo	Harina de maíz	Arroz	Mandioca
Semana 4	Carne vacuna	Carne de pollo	Carne vacuna	Carne de pollo	Legumbre/Huevo
	Harina de maíz	Papa	Arroz	Fideo	Harina de maíz

CAPÍTULO 3.

ORGANIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA Y BUENAS PRÁCTICAS DE MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

3.1. ORGANIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

Los responsables de la institución educativa deben organizarla para recibir el servicio de alimentación escolar, para el efecto; se3.3 deberá de involucrar al Equipo Gestión de las Instituciones Educativas-EGIE, las Asociación de Cooperadores Escolares-ACE o cualquier equipo conformado para el efecto, quienes deberán de participar activamente en el PAEP.

3.2. INFRAESTRUCTURA MÍNIMA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN SERVICIO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

La adecuación de la infraestructura en las instituciones educativas para el almacenamiento de los insumos alimenticios y no alimenticios, la preparación y/o distribución de la Alimentación Escolar es un requerimiento crucial para la calidad alimentaria y nutricional, y la buena gestión del PAEP.

Esta adecuación comprende aspectos relacionados a:

- Infraestructura (construcción/adecuación de cocinas-comedores y compra/manutención/provisión de equipamientos y utensilios culinarios).
- Recursos humanos (contratación de profesionales del área de la nutrición, participación social, cocineras y auxiliares de cocina).



*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias*
Anexo de la Resolución N° 9460

-17-

Estos grandes ejes de actuación en términos de logística y servicio deben actuar de manera articulada por medio de una comunicación cotidiana y amplia participación en los procesos de planificación y evaluación de las iniciativas locales del PAEP.

Las instituciones educativas que no cuenten con una infraestructura adecuada (comedor escolar), para el servicio del almuerzo escolar o cena deberán habilitar las aulas para que cumplan la función de comedor; asegurando de esa manera que los estudiantes estén a gusto a la hora de recibir ese alimento y lo hagan en condiciones adecuadas.

3.3. INFRAESTRUCTURA MÍNIMA PARA COCINA COMEDOR ESCOLAR

- Los pisos deberán ser de materiales resistentes al tránsito, lavables, sin grietas y de fácil limpieza y desinfección. Deben estar en buenas condiciones de conservación y preferentemente nivelados.
- Las paredes, deberán ser de materiales no absorbentes y lavables, lisas, sin grietas, de fácil limpieza y desinfección, preferentemente de color claro.
- Los techos deberán ser de material que impida la acumulación de suciedad, reduzca al mínimo la condensación y la formación de mohos, y de fácil limpieza.
- Las ventanas, puertas y otras aberturas deberán ser de fácil limpieza y estar en buenas condiciones de conservación, deberán estar provistas de protección anti plagas (telas metálicas).
- Deberá contar con un sistema de red de agua potable para la realización de las operaciones de producción, cocción y limpieza de los utensilios e insumos alimenticios. Caso contrario, utilizar métodos recomendados en las Guías Alimentarias del Paraguay para potabilizar el agua a ser utilizada.
- Deberá disponer de un sistema eficaz de evacuación de aguas residuales, de manera que se evite la contaminación del abastecimiento de agua potable.
- Deberá proveerse instalaciones adecuadas y convenientemente situadas para lavarse y secarse las manos siempre que así lo exija la naturaleza de las operaciones.
- Deberá tener iluminación natural y/o artificial (lámparas de luz fluorescente o incandescente) suficiente que posibiliten la realización de las tareas y no comprometa la higiene de los alimentos, con protección en caso de roturas.
- Las instalaciones eléctricas deberán ser empotradas o exteriores y en este caso estar perfectamente recubiertas por caños aislantes y adosadas a paredes, techos o al piso, no permitiéndose cables colgantes sobre las zonas de manipulación, distribución y consumo de alimentos.
- Deberá contar con una ventilación adecuada. Las ventanas y otras aberturas deben estar provistas de las protecciones y sistemas para evitar el ingreso de agentes contaminantes.
- Deberá disponerse de equipamientos (basureros con tapas y bolsas de basura) necesarios para un correcto almacenamiento y desecho de residuos.

En el área de elaboración de los alimentos el flujo debe ser lineal, es decir, un flujo unidireccional de procesos (no debe entrecruzarse el flujo del área sucia con el producto terminado).





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-18-

3.4. EQUIPAMIENTO MÍNIMO REQUERIDO PARA COCINA-COMEDOR

- Heladera y congeladora (Freezer) según volumen de alimentos a almacenar para el uso diario.
- Cocina Industrial o fogón de material con horno y plancha de hierro.
- Mesada (elaborada de material de fácil limpieza y desinfección y que no constituya por sí misma un agente de contaminación).
- Mobiliarios para almacenamiento de los alimentos y para los utensilios, separado de los insumos domisanitarios. Los mismos deben ser de materiales que no contaminen a los alimentos almacenados.
- Piletas de lavado para cacerolas.
- Utensilios para la preparación de los alimentos (ollas, fuentes, cuchillo, cucharones, tenedor, tabla para cortar carne y verduras, bol, bandeja y otros), según necesidad y se deben evitar los utensilios de madera.
- Utensilios para el servicio (platos, cucharas, vasos, entre otros) según necesidad, de material no tóxico y de uso exclusivo para alimentos según corresponda.
- Tachos grandes p/ basura o basureros con bolsa y tapa.
- Mesas y sillas.

3.5. CONSIDERACIONES PARA ORGANIZAR EL COMEDOR ESCOLAR

- **Ambiente:** debe ser lo suficientemente ordenado, con luminosidad y ventilación.
- **Mobiliario:** en cuanto a tamaño se debe analizar el espacio en función de la necesidad de cada institución.
- **Estética:** se deberá textualizar el lugar con carteles con contenidos referidos a la alimentación saludable, la práctica de valores, la higiene y manipulación de alimentos, creando un ambiente agradable y equilibrado, que repercuta positivamente en el estudiante.
- **Turnos de servicio:** Se considera aproximadamente 100 niños por vez, dependiendo de la tipología de comedor. Deberán ingresar ordenadamente por turnos. La institución educativa debe de contar con una planificación del uso del comedor para el servicio de almuerzo/cena escolar.
- **Acompañamiento:** El objetivo fundamental del PAEP es que el momento de alimentación escolar, sea un espacio educativo para el estudiante; por ello es fundamental que directivos, plantel docente o miembros del EGIE acompañen ese momento; para lo cual deben planificar esa organización; a fin de definir responsables por día o semana.

3.6. RECURSO HUMANO REQUERIDO

Para lograr que la implementación efectiva del Programa de Alimentación Escolar, las Gobernaciones y los Municipios del país; deben de contratar los recursos humanos idóneos y los necesarios para que desarrollen capacidades y habilidades competentes al área de la Alimentación y Nutrición, para la elaboración del proyecto de alimentación escolar, para el mejoramiento de los hábitos alimentarios y mejor aprovechamiento de los recursos existentes.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-19-

Por tanto se debe contar con los siguientes recursos humanos:

A. Profesional del área de Nutrición y Alimentación

Perfil:

- Título profesional en Licenciatura en Nutrición Humana o Tecnología de los Alimentos o similar (excluyente).
- Con Registro Profesional vigente del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (excluyente).
- Con entrenamiento en buenas prácticas de manufactura de alimentos, inocuidad de los alimentos; respaldado mediante constancia o certificado correspondiente.
- Con disponibilidad para viajes o visitas a las instituciones educativas (excluyente).
- Manejo de idioma guaraní.
- Que reúna las siguientes competencias mínimas: responsabilidad, iniciativa, innovación, liderazgo, compromiso ético-social, trabajo en equipo, orden y eficiencia, disposición para trabajar con académicos y estudiantes, adecuado desarrollo de habilidades interpersonales.

Funciones:

- Programar y elaborar los proyectos de alimentación escolar en base a las características de la población, de su situación nutricional, y en coherencia con las directrices emanadas del MEC y de las autoridades competentes, respetando los hábitos alimentarios de la población beneficiada.
- Planear, orientar y supervisar las actividades de selección, compra, almacenamiento, producción y distribución de los alimentos respetando las características organolépticas de los productos y según las buenas prácticas de higiene y manipulación de alimentos.
- Supervisar las instalaciones físicas, equipamientos y utensilios utilizados para la elaboración de los alimentos.
- Velar por el cumplimiento de las buenas prácticas de manipulación de alimentos en las instituciones educativas.
- Brindar apoyo técnico a los manipuladores de alimentos en las instituciones educativas y realizar las supervisiones correspondientes.
- Realizar el monitoreo periódico de las instituciones beneficiadas con desayuno/merienda escolar, cantina escolar, almuerzo/cena, así como de los establecimientos de producción.
- Desarrollar proyectos y actividades lúdicas sobre educación alimentaria y nutricional para la comunidad escolar (estudiantes, docentes, padres) y articular con la Responsable de cada Institución para el desarrollo del mismo.
- Monitorear el cumplimiento de los planes, programas y/o estrategias relacionadas con alimentación y nutrición que deben ser implementadas en las instituciones educativas según directrices del MEC.
- Brindar apoyo y coordinar con los referentes locales de salud la implementación del Sistema de Vigilancia Alimentario Nutricional-SISVAN en la población escolar u otras estrategias o proyectos en nutrición.
- Cooperar operativamente con los organismos gubernamentales y no gubernamentales, que trabajen en alianza con el MEC o con los gobiernos locales.
- Elaborar un plan de trabajo anual (plan operativo anual) de preferencia intersectorial en el ámbito de la alimentación y nutrición.



Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-20-

- l. Promover la autogestión, la proactividad y el dinamismo en el desempeño de las actividades.
- m. Identificar a los escolares con patologías asociadas a la nutrición para su atención personalizada o su derivación oportuna a los especialistas según cada caso.
- n. Aplicar las leyes, normas, disposiciones y procedimientos legales vigentes en el ejercicio de sus funciones.
- o. Aplicar el código de ética institucional.
- p. Otras actividades propias del área según requerimiento o por iniciativa propia.

Demanda: Un profesional técnico por cada 1000 estudiantes.

B. Profesional del área de Participación Social

Perfil:

- a. Título profesional de Licenciatura en Trabajo Social (excluyente).
- b. Con registro profesional vigente del MSPBS.
- c. Disponibilidad para viajes o visitas a las instituciones educativas.
- d. Manejo de idioma guaraní.
- e. Experiencia de trabajo en organizaciones comunitarias.

Que reúna las siguientes competencias mínimas: responsabilidad, iniciativa e innovación, liderazgo, compromiso ético-social, trabajo en equipo, orden y eficiencia, disposición para trabajar con académicos y estudiantes, adecuado desarrollo de habilidades interpersonales.

Funciones:

- a. Apoyar la implementación del programa de alimentación escolar conforme a los lineamientos establecidos por el MEC.
- b. Organizar y capacitar a la comunidad educativa para promover la participación y control social.
- c. Diseñar actividades, evaluar estrategias para que la comunidad pueda intervenir de manera individual, grupal y comunitaria.
- d. Orientar y educar a personas, familias, grupos y comunidades en la solución pacífica de sus conflictos a través de una cultura de diálogo y concertación.

Demanda: Un profesional técnico por cada 1000 estudiantes.

C. Cocinero/a: En el caso de la modalidad de cocinar en la institución educativa.

Perfil:

- a. Estudio secundario concluido (No excluyente).
- b. Con capacitaciones en buenas prácticas de manufactura según normativas vigentes del MSPBS.
- c. Se dará prioridad a quienes certifiquen: capacitación en gastronomía y/o experiencia documentada en el área.

Funciones:

- a. Recepción de los insumos alimenticios y no alimenticios.
- b. Almacenamiento adecuado de los productos.
- c. Llevar a cabo las preparaciones culinarias de los alimentos o Preparación de los menús según recetario proveído por el profesional en Nutrición encargado.
- d. Control de la calidad de los productos alimenticios y no alimenticios recibidos.
- e. Cumplir con las normas higiénicas y de limpieza personal, de los alimentos y el equipamiento e



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-21-

insumos de cocina.

- f. Cuidado, mantención y limpieza de las áreas, de los equipos y de los utensilios que se utilizan en el servicio de alimentación escolar.
- g. Distribución del menú a los estudiantes.
- h. Participar de capacitaciones inherentes a buenas prácticas de manufactura de alimentos, manipulación higiénica de alimentos y planificación de menús.
- i. Informar a la autoridad máxima de la institución educativa de las actividades realizadas y eventuales irregularidades que puedan comprometer el desenvolvimiento eficiente de las actividades del servicio de alimentación escolar.
- j. Otras funciones que le encomiende la jefatura inmediata.

Demanda: 1 Cocinero/a por cada 100 estudiantes.

D. Auxiliar de cocina. En el caso de la modalidad de cocinar en la institución educativa, se pueden contar con auxiliares que faciliten la gestión eficiente y eficaz del servicio de alimentación escolar.

Perfil: Educación escolar básica concluida (No excluyente). Se dará prioridad a quienes certifiquen: capacitaciones en buenas prácticas de manufactura según normativas vigentes del MSPyBS; así como también en gastronomía y/o experiencia documentada en las áreas mencionadas.

Funciones:

- a. Cumplir con las normas higiénicas y de limpieza personal, de los alimentos y el equipamiento e insumos de cocina.
- b. Llevar a cabo las preparaciones preliminares y definitivas de los alimentos, bajo la supervisión del cocinero encargado del servicio de alimentación escolar.
- c. Cuidado, mantención y limpieza de las áreas, de los equipos y de los utensilios que se utilizan en el servicio de alimentación escolar.
- d. Mantener el almacenamiento adecuado de los insumos alimenticios y no alimenticios.
- e. Distribución del menú a los escolares.
- f. Retiro del servicio.
- g. Participar de capacitaciones inherentes a buenas prácticas de manufactura de alimentos, manipulación higiénica de alimentos y planificación de menús.
- h. Otras funciones que le encomiende la jefatura inmediata.

Demanda: 1 auxiliar por cada 100 estudiantes

E. Personal de limpieza para la Cocina-Comedor

Perfil: Educación escolar básica concluida (No excluyente).

Funciones:

- a. Almacenar y transportar adecuadamente insumos de limpieza.
- b. Mantener el aseo y la desinfección adecuada del área destinado para la preparación y distribución de los alimentos, maquinarias y equipos.
- c. Transportar basuras y desperdicios del área.
- d. Participar de capacitaciones inherentes a buenas prácticas de manufactura de alimentos, manipulación higiénica de alimentos.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-22-

- e. Participar de capacitaciones para el manejo de máquinas, equipamientos y procedimientos de limpieza y desinfección.
- f. Informar a la autoridad máxima de la institución educativa de las actividades realizadas y eventuales irregularidades que puedan comprometer el desenvolvimiento eficiente de las actividades del servicio de alimentación escolar.
- g. Otras funciones que le encomiende la jefatura inmediata.

Demanda: 1 por institución educativa o según el tamaño del área destinada para el servicio de alimentación escolar.

3.7. BUENAS PRÁCTICAS DE RECEPCIÓN, CONSERVACIÓN, MANIPULACIÓN Y ALMACENAMIENTO DE LOS ALIMENTOS

3.7.1. Condiciones para la recepción de los alimentos que componen el servicio de desayuno/merienda escolar en las instituciones educativas

El responsable de recepcionar los alimentos que componen el desayuno/merienda 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.
- Productos que tengan olor desagradable, que a simple vista se encuentran enmohecidos.
- Productos cuyos envases se encuentren rotos, sucios o averiados, o aplastados.
- Producto que no se contemple como componente del servicio de desayuno/merienda escolar en el presente documento.

3.7.2. Condiciones de conservación de los alimentos

La manipulación higiénica de los alimentos permite conservar y prolongar la vida útil de un producto alimenticio, manteniendo sus propiedades nutritivas por más tiempo, y es imprescindible para evitar las Enfermedades Transmitidas por Alimentos-ETA.

- **La comida preparada** puede descomponerse al transcurrir el tiempo si no se conserva adecuadamente y su consumo en estas condiciones puede ocasionar ETA, por eso se recomienda el consumo inmediato después de haberla cocinado.
- **La alta temperatura** destruye los microorganismos, por esta razón es importante cocinar muy bien los alimentos; en especial tener mucho cuidado con las carnes, cocinar completamente trozos de carne vacuna, de cerdo, de pollo y pescado antes de consumirlos. Como mínimo deben alcanzar los 70 °C durante la cocción.
- **Recibir los pescados** frescos, con ojos brillantes y salientes, escamas duras y agallas bien rojas. Si no se va a consumir en el momento se deben congelar inmediatamente.
- **Mantener limpios** bien **tapados** todos los alimentos aún 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.





Poder Ejecutivo
Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-23-

- **Guardarlos alimentos** preferentemente en recipientes de vidrio o plástico con tapas.

3.7.3. Manipulación higiénica de los alimentos durante la preparación y distribución de los mismos, en todos los servicios de Alimentación Escolar

Las personas que manipulan y sirven los alimentos deben estar en óptimas condiciones de salud libre de enfermedades respiratorias o infectocontagiosas, además deberán mantener limpias las manos constantemente (uñas cortas sin esmaltes y sin accesorios).

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

Las enfermedades provocadas por el consumo de alimentos contaminados hacen que el manejo higiénico de los mismos tenga mucha importancia. Se debe tener especial cuidado con los alimentos que se consumen crudos como las verduras y frutas, lavándolas con agua potable a chorro sin usar detergentes o jabones.

Además se deberá tener en cuenta las cinco claves para la inocuidad de los alimentos, herramienta recomendada por la OMS /OPS/ INAN y citadas a continuación:

Claves	Información	¿Por qué?
1. Mantener la limpieza	• Lavarse las manos antes de preparar alimentos y varias veces durante la preparación. • Cuidar la higiene personal. • Lavarse las manos después de ir al baño.. • Lavar y desinfectar todas las superficies, utensilios y equipos usados en preparación de alimentos. • Proteger los alimentos y las áreas de la cocina de la entrada de insectos, mascotas y otros animales. Guardar los alimentos en recipientes limpios, tapados y sectorizados según su naturaleza	En la tierra, el agua, los animales y la gente se encuentran microorganismos peligrosos que causan enfermedades. Los microorganismos son llevados de una parte a otra por las manos, los utensilios, ropa, trapos de limpieza, esponjas. Todo elemento de cocina no lavado adecuadamente puede contaminar los alimentos.
2. Separar alimentos crudos y cocinados	• Separe siempre los alimentos crudos de los cocinados y de los listos para comer. • Use equipos y utensilios como cuchillos, tablas de cortar diferentes para manipular carne, pollo y pescado de otros alimentos crudos como verduras y frutas. • Mantenga los alimentos en recipientes separados para evitar contacto entre crudos y cocinados.	Los microorganismos pueden contaminar otros alimentos, comidas cocinadas o listas para comer durante su preparación o conservación.
3. Cocinar completamente	Cocine correctamente los alimentos especialmente carne, pollo, huevo y pescado. • Caliente los alimentos como caldos y guisos para asegurarse que alcancen 70 °C . Para carnes rojas y pollo cuide que no queden partes rojas en su interior. • Se recomienda el uso de termómetros. • Recaliente completamente la comida cocinada, hasta alcanzar 70 °C.	La correcta cocción mata casi todos los microorganismos peligrosos. Cocinar el alimento hasta que todas las partes alcancen 70 °C garantiza la inocuidad para el consumo. Se requiere especial control de la cocción de trozos grandes de carne, pollo entero y carne molida.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-24-

		La comida preparada, no consumida y guardada debe ser recalentada completamente antes de su consumo para matar los microorganismos.
4. Mantener los alimentos a temperaturas seguras	No deje alimentos cocinados a temperatura ambiente por más de 2 horas. • Enfíe lo más pronto posible los alimentos cocinados y los preparados y manténgalos por debajo de 5 °C. • Mantenga la comida bien caliente, por encima de 65°C • No guarde las comidas preparadas por mucho tiempo, ni siquiera en la heladera. • No descongele los alimentos a temperatura ambiente.	Si el alimento es conservado a temperatura ambiente los microorganismos se multiplican más rápidamente. En cambio por debajo de los 5 °C o por encima de 65 °C la multiplicación de microorganismos se hace más lenta o se detiene.
5. Usar agua y alimentos seguros	Use agua potable o asegúrese de potabilizarla para su consumo y antes de la preparación de alimentos. • Seleccione los alimentos sanos y frescos. • Elija alimentos ya procesados como leche pasteurizada en lugar de leche cruda. • Lave correctamente las frutas y verduras, especialmente si se comen cruda. • No utilice ni consuma alimentos después de su fecha de vencimiento	En los alimentos y el agua (incluyendo el hielo) se pueden encontrar microorganismos y sustancias químicas peligrosas, por este motivo debemos tener cuidado en la selección de los mismos. El consumo y utilización del agua potable o tratada ayuda a prevenir enfermedades.

3.7.4. Contaminación de los alimentos

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 ponen en práctica las recomendaciones para manipular higiénica, los alimentos pueden ser contaminados y perder sus propiedades nutritivas.

La contaminación puede ser:

Tipos de contaminación	
Física	Ocurre debido a la presencia de cuerpos extraños en los alimentos, por ejemplo: astillas o fragmento de vidrio provenientes de botellas rotas o envases que se rompen, trocitos de huevo, entre otros. Pueden causar rotura de dientes o lesión si se ingieren como desinfectantes.
Química	Debido a la presencia de sustancias químicas, la mala manipulación de sustancias como detergentes, lavandina y cloro pueden contaminar los alimentos, las frutas y verduras que se introducen en el mercado a veces contienen residuos de plaguicidas. Los alimentos de origen animal como el pollo y la carne vacuna se encuentran a veces contaminados por los productos veterinarios usados en la cría de animales. Pueden provocar intoxicación alimentaria
Biológica	La mala conservación de los alimentos crea un medio apropiado para el desarrollo de microorganismos y estos son capaces de producir





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-25-

alteración, contaminación en el alimento, confiriendo propiedades peligrosas para el consumidor como las ETA
--

Las ETA pueden generarse a partir de un alimento o de agua contaminada. Son llamadas así porque el alimento actúa como vehículo de transmisión de organismos dañinos y sustancias tóxicas..

Un brote de ETA se da cuando dos o más personas sufren una enfermedad similar después de ingerir un mismo alimento y los análisis epidemiológicos señalan al alimento como el origen de la enfermedad, que luego es confirmado por el laboratorio. Por lo cual, en caso de sospecharse el mismo debe ser informado a la Dirección de Vigilancia de la Salud (DGVS), dependencia del MSPBS, al MEC y al INAN.

Las ETA pueden manifestarse a través de:

- **Infecciones transmitidas por alimentos:** por ejemplo: salmonelosis, hepatitis viral tipo A y toxoplasmosis, entre otros.
- **Intoxicaciones causadas por alimentos:** por ejemplo: botulismo, intoxicación estafilocócica o por toxinas producidas por hongos.
- **Toxiinfección alimentaria:** por ejemplo, botulismo, *Clostridium botulinum*, salmonelosis, entre otros.

En general, las ETA se pueden manifestar con malestar estomacal, cólicos abdominales, náusea y vómitos, diarrea, fiebre, deshidratación; y si no es tratada a tiempo incluso puede tener un desenlace fatal, es decir, la muerte del afectado. En esto radica la importancia de la contar y consumir alimentos inocuos y de disponer con manipuladores sensibilizados en la manipulación higiénica de los alimentos desde la recepción, hasta el servicio final del alimento elaborado (preparaciones culinarias saladas o dulces); es decir, incluye el almacenamiento y transporte de alimentos.

3.7.5. Condiciones de almacenamiento los alimentos que componen el servicio de desayuno/merienda escolar.

- Disponer de un lugar limpio y aireado con acceso restringido para guardar los alimentos.
- Los alimentos deben ser colocados sobre pallets, tarimas, o estantes, no directamente sobre el piso. Los mismos deben ser de materiales que no contaminen al producto alimenticio almacenado.
- Los alimentos no deben almacenarse junto a sustancias tóxicas y/o químicas (desinfectantes, detergentes, plaguicidas, entre otros similares) ni próximas a sustancias que expiden olores fuertes. Se debe mantener los alimentos protegidos en recipientes limpios y tapados, libre de contaminación por plagas (insectos, roedores) y otros agentes biológicos.
- Evitar la proliferación de plagas por medio de la limpieza constante del lugar de almacenamiento; se recomienda el uso de planillas de limpieza y desinfección. Las planillas deben mantenerse actualizadas y contemplar como mínimo la frecuencia, actividades realizadas y el responsable de la realización/verificación de la limpieza y desinfección del Área de almacenamiento.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-26-

- Los productos almacenados se deben rotar de acuerdo al orden de adquisición y la fecha de vencimiento de los mismos, de modo que los primeros en entrar/vencer sean los primeros en salir o utilizarse, y así sucesivamente. En el almacenamiento de la leche deberá cuidarse de apilar de la siguiente manera: hasta 7 cajas de leche de 1 litro de 12 unidades, hasta 10 cajas de leche de 200 ml de 27 unidades. Con los mismos cuidados que los demás insumos alimenticios recepcionados, teniendo gran importancia que deben estar alejados de la pared y piso, de ser posible sobre tarimas o estantes.

3.7.6. Condiciones de almacenamiento de los alimentos que componen el servicio de almuerzo escolar, modalidad alimentos preparados en las instituciones educativas.

- Disponer de un depósito, área o zona limpia y aireada donde se almacenan los insumos, bajo el control estricto de representantes del EGIE.
- Nunca almacenar los alimentos directamente sobre el suelo, colocarlos sobrepallets, tarimas y/o estantes.
- Almacenar separadamente los alimentos crudos y los cocinados, con el fin de evitar la contaminación cruzada entre ellos.
- Proteger los alimentos almacenados de la contaminación externa con envases cerrados y/o recipientes herméticos (platos cocinados, carnes y pescados crudos, productos sobrantes de latas abiertas, salsas y otros).
- Los alimentos perecederos deben mantenerse refrigerados (a menos 5 °C)⁵, evitando cortes de la cadena de frío para garantizar su inocuidad.
- En caso de recibirse en la institución educativa alimentos perecederos, deben conservarse a temperaturas seguras según su naturaleza. En caso de carnes y similares, congelar las mismas si no se va a utilizar inmediatamente; pero en las porciones que posteriormente se prevén utilizar (ya que no es adecuada la recongelación de alimentos ya descongelados; en especial con los alimentos cárnicos por la pérdida proteína y de líquido y junto con este vitaminas y minerales hidrosolubles). Mantener en condiciones de refrigeración o congelación, según el caso, todos los alimentos perecederos y semiperecederos (por ejemplo las carnes), se deben cortar en las cantidades que se utilizarán posteriormente en la preparación de cada día, colocar en bolsas individuales y congelarlas a la temperatura adecuada (-17,8°C o menos)⁶.
- Mantener en condiciones de refrigeración o congelación, según la naturaleza de los alimentos.
- Se debe verificar y registrar la temperatura del refrigerador (a menos de 5 °C) y del congelador (-18°C o menos) mediante una planilla que contenga datos como fecha, hora y persona responsable del control.
- Evitar la proliferación de plagas como insectos y roedores dentro del depósito y en los alrededores del mismo.
- Los alimentos no deben almacenarse junto a sustancias tóxicas y o químicas desinfectantes, detergentes, plaguicidas, entre otros.



⁵Según Estándares internacionales (FDA) para el Manejo Adecuado de los Alimentos Refrigerados actualizado el 26 de febrero del 2015.

⁶Según Estándares internacionales (FDA) para el Manejo Adecuado de los Alimentos Congelados actualizado el 09 de octubre del 2015.

Secretaría General

Estrella N° 443 casi Alberdi – Edificio Estrella 3° piso

Tel: (595 21) 447-989/442-055

Asunción – Paraguay

secretariamecpy@gmail.com

MEC Digital

@MECpy

www.mec.gov.py



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-27-

3.8. HIGIENE DEL PERSONAL ENCARGADO DE MANIPULAR LOS ALIMENTOS

La higiene del manipulador de alimentos, ya sea del que prepara los alimentos y del que sirve, constituye una medida importante de control y prevención de las ETA. Por lo tanto, deberán cumplir con las siguientes normas higiénicas:

- a. Tener siempre el cuerpo y las manos limpias (es decir, lavarse las manos de manera frecuente y minuciosa utilizando los insumos de limpieza necesarios).
- b. Tener las uñas cortas, limpias, sin esmalte, sin accesorios (pulseras, anillos, relojes, entre otros).
- c. Tener el cabello limpio, corto o recogido, y cubierto con cofia.
- d. Utilizar delantal limpio, preferentemente de color claro, cofia y calzado cerrados.
- e. No comer ni tomar tereré o mate en el área de elaboración de alimentos. No toser ni estornudar sobre los alimentos.
- f. No rascarse ni hurgarse la nariz.
- g. Mantener los artículos personales (celulares, carteras, peines, entre otros) fuera del área de elaboración de alimentos.
- h. Los trapos de cocina no deben colocarse en la cintura, ya que de forma inconsciente son utilizados para el secado de manos, o de limpieza de tablas, por ejemplo.
- i. Cuando la persona responsable de la preparación de las comidas tiene alguna herida o infección debe evitar el contacto directo con los alimentos. En caso que la persona deba igualmente manipular los alimentos debe cubrirse la herida y usar guantes, además de ayudarse con utensilios de cocina y desechar la preparación si la herida se produce durante la misma.

Observación: toda persona visitante o ajena al servicio de alimentación escolar debe cumplir con los criterios citados anteriormente. Y en caso que no cuente con la indumentaria adecuada, la convocante o la empresa proveedora del servicio debe entregar los insumos necesarios al menos para dos visitantes del servicio de alimentación escolar.

Manipuladores enfermos

El personal que padezca una enfermedad infecciosa deberá:

- Comunicarlo inmediatamente a los responsables principales del servicio, que deberán apartarlo temporalmente del trabajo en contacto directo con los alimentos.
- Acudir al médico de cabecera. En caso que éste determine la baja laboral, el trabajador no debe reincorporarse a su puesto de trabajo hasta que un segundo reconocimiento de salud asegure que está libre de la infección.
- El personal debe estar en conocimiento de estas exigencias y estar conforme con ellas.

3.9. MANIPULACIÓN DE DESECHOS

El material de desecho deberá manipularse de manera que se evite la contaminación de los alimentos y/o del agua potable. Se pondrá especial cuidado en impedir el acceso de las plagas a los desechos. Los desechos deberán retirarse de las zonas de manipulación de alimentos y otras zonas de trabajo todas las veces que sea necesario y, por lo menos, una vez al día.



*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias**Anexo de la Resolución N° 9460*

-28-

Inmediatamente después de la evacuación de los desechos los recipientes utilizados para el almacenamiento y todos los equipos que haya entrado en contacto con los desechos deberán limpiarse y desinfectarse. La zona de almacenamiento de desechos deberá, asimismo, limpiarse y desinfectarse.

Deberá disponerse de medios para el almacenamiento de los desechos y materias no comestibles antes de su eliminación del establecimiento (institución educativa), de manera que se impida el ingreso de plagas a los desechos de materias no comestibles y se evite la contaminación de las materias primas, del alimento, del agua potable, del equipo y de la infraestructura o vías de acceso en los locales escolares.



*Poder Ejecutivo**Ministerio de Educación y Ciencias**Anexo de la Resolución N° 9460*

-29-

ANEXO I.**ESPECIFICACIONES TÉCNICAS ESTANDARIZADAS PARA EL SERVICIO DE DESAYUNO Y MERIENDA ESCOLAR**

Las especificaciones técnicas de los alimentos que componen el servicio de desayuno y merienda escolar son elaborados por el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición – INAN dependiente del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social.

Alimento líquido

- 1) Leche Entera Fluida UAT
- 2) Leche Entera Fluida UAT Enriquecida con Hierro, Zinc y Vitamina C

Alimento sólido

- 3) Galletitas dulces con semillas de Chía y/o Sésamo
- 4) Galletita Dulce
- 5) Magdalena
- 6) Palito / Rosquita
- 7) Pan lacteado
- 8) Alimento a base de Maní
- 9) Cereales para desayuno
- 10) Galletita Crackers"
- 11) Galletita dulce con harina de arroz, de chíá y/o semilla de sésamo
- 12) Chipita, chipa-pirú
- 13) Fruta fresca "Banana

Alimento Complementario

- 14) Miel de abeja⁷

⁷La Miel de Abeja se podrá administrar en una porción de no más de 5g, acompañando al pan 2 veces a la semana como máximo.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-30-

ANEXO II.

"RECETARIO PARA ALMUERZO ESCOLAR Y CENA"

PLATOS PRINCIPALES				
Menú	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Menú 1 Vori vori de carne Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 398 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Orégano Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	80 g 60 g 40 g 25 g 20 g 10 g 10 g 10 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	70 g 32 g 40 g 24 g 16 g 9 g 8 g 10 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Sellar la carne con aceite, agregar cebolla, locote, ajo, zanahoria, sal yodada y cocinar hasta que estén blandos, luego agregar tomate. Cocinar hasta que el tomate forme una salsa roja, agregar agua potable 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 caldo, 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 2 Vori vori de pollo Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 351 kcal	Pechuga de pollo Zapallo Harina de maíz Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Orégano	80 g 60g 40g 25g 20g 10g 10g 10g 5 mL 0,5 g 0,5 g	56g 32g 40g 24g 16g 10g 9g 8g 5 mL 0,5 g 0,5 g	Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en porciones iguales. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos 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 potable caliente, laurel. Continuar la cocción por aproximadamente 10 minutos. Agregar zapallo y cocinar hasta que

Secretaría General

Estrella N° 443 casi Alberdi – Edificio Estrella 3° piso

Tel: (595 21) 447-989/442-055

Asunción – Paraguay

secretariamecpy@gmail.com



MEC Digital



@MECpy

www.mec.gov.py



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-31-

	Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	0,5 g 0,2 g c/n	0,5 g 0,2 g c/n	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 caldo, 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 3 Caldo de poroto con arroz Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 266 kcal	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 potable caliente, una vez blando agregar el zapallo. Luego agregar el arroz y cocinar hasta que este cocido, retirar del fuego y agregar el queso desmenuzado junto con la sal yodada. <u>Observación:</u> si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua a temperatura ambiente o una hora antes en agua potable caliente.
Menú 4 Caldo de poroto con fideo Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 271 kcal	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 potable caliente, una vez blando agregar el zapallo. Añadir la ración de fideo, retirar la preparación del fuego luego de unos 8 minutos aproximadamente, agregar el queso antes de servir el plato. <u>Observación:</u> si utiliza la legumbre seca deberá ser remojada 1 día antes en agua potable a temperatura natural o una hora antes en agua caliente.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-32-

Menú 5 Caldo de pollo con verduras Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 254 kcal	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. Una vez sellado agregar cebolla, tomate, ajo y locote, luego agregar agua potable caliente, zanahoria, zapallo, sal yodada y laurel, cocinar hasta que estén tiernas. Por último, agregar el arroz y cocinar hasta que esté listo. Una vez apagado en fuego agregar cebollita de hoja.
Menú 6 Locro Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 343 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Locro Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja/cilantro 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 potable 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, sal yodada, agua potable caliente y cocinar hasta que este blando. Luego agregar los trozos de carne, zapallo, zanahoria y continuar la cocción 15 minutos aprox. Por último, agregar cebollita de hoja/cilantro.
Menú 7 Soyo Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 297 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite	60 g 60 g 30 g 20 g 20 g 15 g 10 g	52 g 32 g 29 g 20 g 16 g 15 g 9 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear la cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que estén tiernos. Agregar el agua potable, la carne molida, zanahoria, zapallo, la sal yodada y el arroz. Revolver lentamente, hasta que la preparación este totalmente cocida. Retirar del fuego, agregar el queso y





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-33-

	Orégano Ajo Sal yodada Agua potable	10 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	8 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	orégano.
Menú 8 Sopa de verduras con sopa paraguaya Rendimiento: 1 ración de 200 g de sopa de verduras + 140g de sopa paraguaya Energía: 363 kcal	Sopa de verduras: Zapallo Zanahoria Cebolla Locote Queso Paraguay Sal yodada Agua potable Sopa paraguaya: Huevo* Harina de maíz Leche fluida Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	80 g 20 g 15 g 10 g 10 g 0,5g c/n 50 g 40 g 30 mL 25 g 10 g 5 mL 0,5 g	42 g 16 g 14 g 8 g 10 g 0,5 g c/n 50 g 40 g 30 mL 23 g 10 g 5 mL 0,5 g	Sopa de verduras Pelar, lavar y cortar en trozos los vegetales. Cocinar con agua potable y sal yodada. Cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Procesar la preparación (licuar) y agregar el queso. Sopa paraguaya Pelar, lavar y cortar la cebolla, rehogarla en el aceite. Juntar la harina de maíz y la cebolla rehogada. Mezclar bien para que baje la temperatura de la mezcla, luego agregar los huevos, leche, el queso Paraguay en trozos y la sal yodada, mezclar bien hasta que quede uniforme. Colocar la preparación en una asadera y llevar a horno fuerte aproximadamente 40 minutos o hasta que la superficie este dorada y al pinchar con un cuchillo salga limpio. *50 g de Huevo representa 1 unidad.
Menú 9 So'ó apu'a Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 306 kcal	Carne vacuna magra Zapallo Tomate Arroz Cebolla Locote Harina de maíz Aceite Orégano Sal yodada Ajo Laurel	80 g 60 g 30 g 20 g 10 g 10 g 5 g 5 mL 0,5 g 0,5 g	70 g 32 g 29 g 20 g 9 g 8 g 5 g 5 mL 0,5 g 0,5 g	Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Molinar y reservar. Mezclar la carne molida con harina de maíz, ajo, y la mitad de sal. Formar las esferas. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear los vegetales en aceite y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar las esferas de carne, luego el agua potable caliente, el zapallo, arroz, el resto de sal yodada y laurel. Una vez listo apagar el fuego y agregar





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-34-

	Agua potable	0,5 g 0,2 g c/n	0,5 g 0,2 g c/n	orégano.
Menú 10 Jopará Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 264 kcal	Zapallo Tomate Locro Queso Paraguay Poroto Cebolla Locote Aceite Sal yodada Ajo Perejil Agua potable	60 g 40 g 30 g 20 g 15 g 15 g 10 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	32 g 39 g 30 g 20 g 15 g 14 g 8 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 5 g c/n	Pelar, lavar y picar todos los vegetales en trozos pequeños. Saltear con aceite, la cebolla, el locote, el tomate y el ajo hasta que estén blandos. Agregar agua potable caliente, sal, zapallo, locro y porotos. Cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay y perejil. Observación: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua potable a temperatura natural o 1 hora antes en agua potable caliente.
Menú 11 Caldo de pescado Rendimiento: 1 ración de 350 g Energía: 273 kcal	Papa Pescado sin escamas ni espinas Zapallo Tomate Zanahoria Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita en hoja Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	150 g 60 g 60 g 25 g 20 g 20 g 10 g 10 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	101 g 60 g 32 g 24 g 16 g 20 g 9 g 8 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Cortar el pescado en trozos iguales. Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pescado en aceite con ajo. Una vez sellado agregar cebolla, tomate, locote, zanahoria y sal yodada, cocinar hasta que estén tiernas. Agregar agua potable caliente, el zapallo y la papa. Por último, la cebollita de hoja y laurel, cocinar hasta que esté listo. Retirar del fuego, agregar queso Paraguay.
Menú 12 Chupín de pescado Rendimiento: 1 ración de 180 g	Papa Tomate Pescado sin escamas ni espinas Leche fluida Cebolla	200 g 70 g 60 g 20 mL 20 g	134 g 69 g 42 g 20 mL	Cortar el pescado en trozos iguales. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas. En un recipiente, colocar ordenadamente la papa, encima el pollo, luego cebolla y locote, por último, tomate.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-35-

Energía: 269 kcal	Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	20 g 10 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	18 g 16 g 10 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	Hacer una mezcla de agua potable, aceite, perejil, ajo, orégano y sal yodada, colocar sobre la preparación anterior. Cocinar en horno moderado por 25 a 30 minutos. Retirar del horno y agregar leche y queso desmenuzado. Llevar nuevamente al horno para gratinar 5 minutos aproximadamente. Retirar del horno y servir.
Menú 13 Guiso de arroz con carne Rendimiento: 1 ración de 300 g Energía: 340 kcal	Carne vacuna magra Tomate Arroz Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60 g 70 g 45 g 15 g 10 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	52 g 69 g 45 g 14 g 8 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos 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 y revolver. Agregar el agua potable caliente y cocinar hasta que se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)
Menú 14 Guiso de fideo con pollo Rendimiento: 1 ración de 300 g Energía: 308 kcal	Pechuga de pollo Tomate Fideo Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable	60g 70g 45g 15g 10g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	42 g 69 g 45 g 14 g 8 g 5 mL 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n	Lavar, sacar la piel y cortar el pollo en trozos pequeñas. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear la carne con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja, incorporar el fideo y revolver. Luego agregar el agua cocinar hasta que se ablande el fideo (8 minutos aproximadamente)
Menú 15 Guiso de arroz con poroto Rendimiento: 1 ración de 300 g Energía:	Tomate Arroz Poroto Queso Paraguay Cebolla Locote Aceite Cebollita de hoja	70 g 40 g 20 g 15 g 15 g 10 g 5 mL 5 g	69 g 40 g 20 g 15 g 14 g 8 g 5 mL 5 g	Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con sal yodada y agua potable caliente hasta que estén blandos. Luego agregar el arroz y cocinar hasta por aproximadamente 15 minutos más. Por último, agregar la cebollita de hoja.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-36-

317 kcal	Sal yodada Ajo Agua potable	0,5 g 0,5 g c/n	0,5 g 0,5 g c/n	Observación: Si la legumbre utilizada es seca (excepción lenteja) deberá ser remojada 1 día antes en agua potable a temperatura natural o 1 hora antes en agua potable caliente.
Menú 16 Guiso de mandioca con carne Rendimiento: 1 ración de 250 g Energía: 363 kcal	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 blanda. Guiso de mandioca Limpiar la carne vacuna, dejarlo libre de ligamentos y cortarlo en trozos pequeños. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos 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 trozos pequeños y cocinar por 5 minutos más aproximadamente. Agregar agua potable caliente si es necesario.
Menú 17 Revuelto de mandioca Rendimiento: 1 ración Energía: 339 kcal	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 blanda. 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 cocida y cortada en trozos pequeños. Agregar huevo, sal yodada y queso. Cocinar hasta que el mismo este totalmente cocido (coagule). *50 g de huevo corresponde a 1 unidad.
Menú 18	Papa Pechuga de	200g 60g	134 g 42g	Limpiar el pollo y dejarlo libre de huesos y ligamentos. Cortar en trozos pequeñas.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-37-

Estofado de pollo con papa Rendimiento: 1 ración Energía: 257 kcal	pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Arveja Aceite Cebollita de hoja Ajo Sal yodada Agua potable	60 g 20 g 20 g 10 g 5 g 5 mL 5 g 0,5g 0,5g c/n	59 g 16 g 18 g 8 g 5 g 5 mL 5 g 0,5g 0,5g c/n	Lavar, pelar y cortar los vegetales. Sellar el pollo con el ajo, una vez sellada agregar el tomate, cebolla, zanahoria, locote y arveja (previamente sancochada), cubrir los ingredientes con agua potable caliente y cocinar hasta que estén tiernas. Por último agregar las papas, una vez listas apagar el fuego y agregar la cebollita de hoja.
Menú 19 Salsa de legumbres con arroz quesú Rendimiento: 1 ración de 100 g salsa + 130 g de arroz Energía: 304 kcal	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 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 mL 0,5 g 0,5 g c/n	69 g 20 g 14 g 8 g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 10 g 2 mL 0,5 g 0,5 g c/n	Salsa de legumbres Pelar, lavar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear la cebolla, tomate, locote y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar el poroto con el agua potable caliente y cocinar hasta que estén listos. Arroz quesú Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua potable caliente. Cocinar por 15 minutos aproximadamente. Agregar el queso Paraguay y servir. Observación: Si la legumbre utilizada es seca deberá ser remojada 1 día antes en agua potable a temperatura natural o 1 hora antes en agua potable caliente. La cantidad de agua potable caliente que se agrega al cereal es 2 veces su volumen.
Menú 20 Tallarín con salsa de carne Rendimiento: 1 ración 100 g salsa + 120 g fideo	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada	70 g 60 g 20 g 15 g 10 g	69 g 52 g 16 g 14 g 8 g	Salsa de carne Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y cortar en trozos pequeños. Pelar, lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote, zanahoria y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente,





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-38-

Energía: 337 kcal	Laurel Agua potable Fideo Fideo tallarín Sal yodada Agua potable	5 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	5 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	agregar agua potable caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Fideo Hervir el fideo en abundante agua potable, agregar sal yodada y cocinar por 8 minutos hasta que esté al dente. Servir con la salsa.
Menú 21 Picadito de pollo con puré de papas Rendimiento: 1 ración de 100 g picadito + 160 g puré Energía: 285 kcal	Picadito de pollo Pechuga de pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Perejil/cilantro Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Puré de papas Papa Leche fluida Margarina Sal yodada Agua potable	60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 g 50 mL 5 g 0,5 g c/n	42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 134 g 50 mL 5 g 0,5 g c/n	Picadito de pollo Limpiar el pollo dejarlo libre de piel, hueso y cortar en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar el pollo en el aceite con el ajo, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandas. Luego agregar tomate, sal yodada y agua potable 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 potable caliente si es necesario. Puré de papas Lavar, pelar y cortar las papas. Cocinar con agua potable hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal yodada y mezclar uniformemente.
Menú 22 Salsa de pollo con fideo Rendimiento: 1 ración de 100 g salsa + 120 g fideo	Salsa de pollo Pollo Tomate Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo	60 g 60 g 20 g 15 g 10 g 5 mL	42 g 59 g 16 g 14 g 8 g 5 mL	Salsa de pollo Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en trozos pequeños. Pelar, lavar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote, zanahoria y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden,





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-39-

Energía: 292 kcal	Sal yodada Laurel Agua potable Fideo Fideo Sal yodada Agua potable	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 40 g 0,5 g c/n	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 aprox. por 8 minutos hasta que esté al dente. Escurrir el agua de cocción.
Menú 23 Albóndigas de pollo con arroz Rendimiento: 1 ración de 100 g salsa (4 bolitas) + 130 g de arroz Energía: 324 kcal	Albóndigas de pollo: Tomate Pechuga de pollo Cebolla Galleta molida Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Arroz Arroz Aceite Ajo Sal yodada Agua potable	70 g 60 g 15 g 10 g 10 g 3mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 mL 0,5 g 0,5 g c/n	69 g 42 g 14 g 10 g 8 g 3mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 mL 0,5 g 0,5 g c/n	Albóndigas Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Procesarlo. Mezclar el pollo con galleta molida, sal yodada y ajo. Amasar bien la mezcla. Formar las albóndigas de tamaño uniforme. Reservar. Salsa Pelar, lavar y picar los vegetales finamente. Saltear cebolla, ajo y locote en aceite. Luego agregar tomate y cocinar hasta formar una salsa. Incorporar las albóndigas, laurel y el agua hervida hasta cubrir toda la preparación. Una vez cocinadas apagar el fuego y agregar el orégano. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua caliente. Cocinar por 15 minutos aproximadamente hasta que estén listos.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-40-

Menú 24 Salsa de pollo con arroz Rendimiento: 1 ración de 100 g salsa + 130 g arroz Energía: 296 kcal	Salsa de pollo Tomate Pollo Zanahoria Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Arroz Arroz Aceite Sal yodada Agua potable	70 g 60 g 20 g 15 g 10 g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 mL 0,5 g c/n	69 g 42 g 16 g 14 g 8 g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 2 mL 0,5 g c/n	Salsa de pollo Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en trozos pequeños. Pelar, lavar y cortar en trozos pequeños los vegetales. Sellar el pollo en aceite con ajo. Luego agregar cebolla, locote, zanahoria y sal yodada. Cocinar hasta que se ablanden, luego agregar tomate y laurel. Posteriormente, agregar agua potable caliente hasta cubrir los ingredientes y cocinar por unos minutos hasta que quede la salsa roja. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua potable caliente. Cocinar por 15 minutos aproximadamente hasta que esté listo.
Menú 25 Polenta con salsa de carne Rendimiento: 1 ración de 100 g salsa + 250 g polenta Energía: 356 kcal	Salsa de carne Tomate Carne vacuna magra Cebolla Locote Aceite Ajo Sal yodada Laurel Agua potable Polenta Agua potable Harina de maíz Cebolla Queso Paraguay Aceite Sal yodada	70 g 60 g 10 g 10 g 3 mL 0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 200 mL 40 g 15 g 10 g	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	Salsa de carne Limpiar la carne, dejarlo libre de ligamentos y cortar en trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar la carne en el aceite con el ajo y sal yodada, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate. Cocinar hasta que estén blandos, por ultimo agregar tomate, posteriormente agua potable caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar cocinar hasta que se haga salsa y cambie de color (rojo). Aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin líquido. Agregar agua potable caliente si es necesario. Polenta Pelar, lavar y picar la cebolla, saltearla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua potable caliente, cuando hierva, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos y cocinar



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-41-

		2 mL 0,5 g	2 mL 0,5 g	hasta que espese y esté totalmente cocinada la harina de maíz. Por último agregar la leche. Observación: La cantidad de agua potable que se utiliza para la polenta es 5 veces el volumen de la harina de maíz.
Menú 26 Polenta con salsa de pollo Rendimiento: 1 ración Energía: 307 kcal	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 Limpiar el pollo y dejarlo libre de hueso y piel. Cortar 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 vegetales, la sal yodada y el agua potable 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, saltearla en el aceite con sal yodada. Agregar el agua potable caliente, cuando hierva, incorporar harina de maíz en forma de lluvia con un cernidor a fin de evitar grumos y cocinar hasta que espese y esté totalmente cocinada la harina de maíz. Por último agregar la leche. Observación: La cantidad de agua potable que se utiliza para la polenta es 5 veces el volumen de la harina de maíz.
Menú 27 Salsa de carne de soja con arroz quesú Rendimiento: 1 ración de 150 g salsa + 130 g arroz Energía:	Salsa de carne de soja: Proteína texturizada de soja Tomate Cebolla Locote Cebollita de hoja Aceite Ajo Sal yodada	25 g 70 g 15 g 10 g 5 g 3 mL	25 g 69 g 14 g 8 g 5 g 3 mL	Salsa de carne de soja Hidratar la carne de soja texturizada con agua potable hirviendo y dejar reposar 5 a 10 minutos. Luego pasar por un colador y enjuagar suavemente con agua fría para dejarla finalmente en un recipiente. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear cebolla, tomate, locote, ajo en aceite y cocinar hasta que los mismos estén tiernos. Incorporar la proteína texturizada de soja, el laurel con agua potable caliente y cocinar





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-42-

277 kcal	Laurel Agua potable Arroz quesú Arroz Queso Paraguay Aceite Sal yodada Agua potable	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 15 g 2 mL 0,5 g c/n	0,5 g 0,5 g 0,2 g c/n 45 g 15 g 2 mL 0,5 g c/n	hasta que estén listos. Apagar el fuego y agregar la cebollita de hoja. Arroz Saltear el ajo en aceite. Agregar arroz y sal yodada. Revolver y agregar agua potable caliente. Dejar hervir por 15 minutos aproximadamente. Agregar el queso y servir
Menú 28 Picadito de carne con papa Rendimiento: 1 ración de 300 g Energía: 319 kcal	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 trozos pequeños. Lavar, pelar y cortar en trozos pequeños los vegetales. Sellar la carne con el ajo, una vez sellada agregar el tomate, cebolla, zanahoria, locote y arveja (previamente sancochada), cubrir los ingredientes con agua potable caliente y cocinar hasta que estén tiernas. Por último, agregar las papas, una vez listas apagar el fuego y agregar la cebollita de hoja.
Menú 29 Chupín de pollo Rendimiento: 1 ración de 180 g Energía: 275 kcal	Papa Tomate Pechuga de pollo Leche fluida Cebolla Locote Queso Paraguay Aceite Perejil Ajo Orégano Sal yodada Agua potable	200 g 70 g 60 g 20 mL 20 g 20 g 10 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g c/n	134 g 69 g 42 g 20 mL 18 g 16 g 10 g 5 mL 5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g 0,5 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en trozos pequeños. Pelar, lavar y cortar en rodajas finas los vegetales. Las hojas verdes picadas. En un recipiente, colocar ordenadamente la papa, encima el pollo, luego cebolla y locote, por último, tomate. Hacer una mezcla de agua potable, aceite, perejil, ajo, orégano y sal yodada, colocar sobre la preparación anterior. Cocinar en horno moderado por 25 a 30 minutos. Retirar del horno y agregar leche y queso desmenuzado. Llevar nuevamente al horno para gratinar 5 minutos aproximadamente.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-43-

			c/n	Retirar del horno y servir.
Menú 30	Picadito de carne			Picadito de carne
Picadito de carne con puré de papas	Carne vacuna magra	60 g	50 g	Limpia la carne, dejarlo libre de ligamentos y grasa. Cortar en trozos pequeños.
Rendimiento: 1 ración de 100 g picadito + 160 g puré	Tomate	60 g	59 g	Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos 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.
Energía: 276 kcal	Zanahoria	20 g	16 g	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.
	Cebolla	15 g	14 g	
	Locote	10 g	8 g	
	Perejil o cilantro	5g	5g	
	Aceite	3 mL	3 mL	
	Ajo	0,5 g	0,5 g	
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,2 g	0,2 g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Puré de papas			Puré de papas
	Papa	200 g	134 g	Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas en un recipiente, cubrir con agua y cocinar hasta que se ablanden. Retirar del fuego, escurrir el agua de cocción y hacer el puré. Agregar leche, margarina, sal y mezclar uniformemente.
	Leche fluida	50 mL	50	
	Margarina	5 g	mL	
	Sal yodada	0,5 g	5 g	
	Agua potable	c/n	0,5 g	
			c/n	
Menú 31	Guiso de hígado			Agua de maceración
Guiso de arroz con hígado	Hígado	60g	55g	Mezclar agua, sal yodada, vinagre, orégano y ajo picado.
Rendimiento: 1 ración	Tomate	70g	69g	
Energía: 350 kcal	Arroz	45g	45g	Guiso
	Cebolla	15g	14g	Pelar y desgrasar el hígado, colocar en un recipiente con el agua de maceración por 5 a 10 minutos, luego desechar el agua. Cortar el hígado en trozos pequeños. Lavar, pelar y picar los vegetales en trozos pequeños. Saltear el hígado con el aceite y ajo, agregar cebolla, tomate, locote con la sal yodada. Cocinar hasta formar una salsa roja.
	Locote	10g	8g	Incorporar el arroz, revolver un poco y luego agregar el agua y cocinar hasta que
	Aceite	5mL	5mL	
	Ajo	0,3g	0,5g	
	Sal yodada	0,5g	0,5g	
	Laurel	0,2g	0,2g	
	Agua potable	c/n	c/n	
	Agua de maceración			
	Agua potable	100	100	





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-44-

	Vinagre Sal yodada Ajo Orégano	mL 50 mL 0,5 g 0,2 g 0,2 g	mL 50 mL 0,5 g 0,2 g 0,2 g	se ablande el arroz (15 minutos aproximadamente)
Menú 32	Picadito de carne			Picadito
Picadito de pollo con puré de papas	Pechuga de pollo	60 g	42 g	Limpiar el pollo dejarlo libre de hueso y piel. Cortar en trozos pequeños.
Rendimiento: 1 ración de 100 g picadito + 160 g puré	Tomate	60 g	59 g	Lavar, pelar y cortar los vegetales en trozos pequeños. Sellar el pollo en el
Energía: 285 kcal	Zanahoria	20 g	16 g	aceite con el ajo, una vez sellado agregar los vegetales sin el tomate y la sal yodada.
	Cebolla	15 g	14 g	Cocinar hasta que estén blandas.
	Locote	10 g	8 g	Luego agregar tomate, sal yodada y agua caliente hasta cubrir los ingredientes. Dejar
	Perejil/cilantro	5g	5g	cocinar hasta que el tomate se haga salsa y cambie de color (rojo) por
	Aceite			aproximadamente 20 a 30 minutos a fuego fuerte cuidando que no se quede sin
	Ajo	3 mL	3 mL	líquido. Agregar agua si es necesario.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	
	Laurel	0,5 g	0,5 g	
	Agua potable	0,2 g	0,2 g	
	Puré de papas	c/n	c/n	Puré de papas
	Papa			Lavar, pelar y cortar las papas. Colocarlas
	Leche fluida			un recipiente, cubrir con agua y cocinar
	Margarina	200 g	134 g	hasta que se ablanden. Retirar del fuego,
	Sal yodada	50 mL	50	escurrir el agua de cocción y hacer el puré.
	Agua potable	5 g	mL	Agregar leche, margarina, sal y mezclar
		0,5 g	5 g	uniformemente.
		c/n	0,5 g	
			c/n	

ENSALADAS				
Ensalada	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Ensalada 1	Remolacha	40 g	27 g	Lavar y cocinar la remolacha en agua potable.
Rendimiento: 1 ración de 50 g	Tomate	20 g	19 g	Luego pelar y cortar en trozos pequeños.
Energía: 46 kcal	Cebolla	10 g	9 g	Lavar y cortar en trozos pequeños los demás
	Aceite	3 mL	3 mL	vegetales.
	Sal yodada	0,5 g	0,5 g	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 potable helada





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-45-

				durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 2 Rendimiento: 1 ración de 50 g Energía: 49 kcal	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 potable. Luego pelar y cortar en trozos pequeños. Lavar y cortar en trozos 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 potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 3 Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 40 kcal	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 en trozos pequeños los 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 potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 4 Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 40 kcal	Lechuga Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 20 g 3 mL 0,5 g	28 g 15 g 16 g 3 mL 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 5 Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 39 kcal	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 en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 6 Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 42 kcal	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 rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos 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 potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-46-

				aceptabilidad de la misma.
Ensalada 7 Rendimiento: 1 ración de 55 g Energía: 43 kcal	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 en trozos 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 potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 8 Rendimiento: 1 ración de 55 g Energía: 38 kcal	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 en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 9 Rendimiento: 1 ración de 45 g Energía: 41 kcal	Berro Zanahoria Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 mL 0,5 g	18 g 16 g 9 g 3 mL 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos 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 potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 10 Rendimiento: 1 ración de 50 g Energía: 38 kcal	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 cortar en trozos pequeños los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.
Ensalada 11 Rendimiento: 1 ración de 50 g Energía: 39 kcal	Berro Tomate Cebolla Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 mL 0,5 g	18 g 19 g 9 g 3 mL 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y picar los demás vegetales. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir. Observación: La cebolla una vez picada, se recomienda sumergir en agua potable helada durante 20 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-47-

Ensalada 12 Rendimiento: 1 ración de 50 g Energía: 37 kcal	Repollo Pepino Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 mL 0,5 g	24 g 15 g 8 g 3 mL 0,5 g	Lavar y rallar la zanahoria. Lavar y cortar en trozos pequeños 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 potable helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad de la misma.
Ensalada 13 Rendimiento: 1 ración de 55 g Energía: 40 kcal	Repollo Tomate Zanahoria Aceite Sal yodada	30 g 20 g 10 g 3 mL 0,5 g	24 g 19 g 9 g 3 mL 0,5 g	Lavar y cortar en trozos pequeños 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 potable helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 14 Rendimiento: 1 ración de 55 g Energía: 44 kcal	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 potable helada durante 90 minutos a fin de mejorar la aceptabilidad del mismo.
Ensalada 15 Rendimiento: 1 ración de 55 g Energía: 52 kcal	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 trozos pequeños. Lavar, cortar y cocinar la zanahoria en agua. Luego pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar los vegetales en un recipiente y mezclar con sal yodada y aceite. Servir.

POSTRES

Postre	Ingredientes	Peso Bruto	Peso Neto	Preparación
Fruta cítrica Rendimiento: 1 ración Energía: 61 kcal	Mandarina	160 g	115 g	Lavar y pelar antes de consumir.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-48-

Fruta cítrica Rendimiento: 1 ración Energía: 62 kcal	Naranja	180 g	130 g	Lavar y pelar antes de consumir.
Fruta de estación Rendimiento: 1 ración Energía: 60 kcal	Mamón	200 g	100 g	Lavar, pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Fruta de estación Rendimiento: 1 ración Energía: 50 kcal	Melón	300 g	180 g	Lavar, pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Fruta de estación Rendimiento: 1 ración Energía: 63 kcal	Banana	110 g	70 g	Lavar, pelar antes de consumir.
Fruta de estación Rendimiento: 1 ración Energía: 53 kcal	Piña	200 g	104 g	Lavar, pelar y cortar en trozos pequeños. Colocar en una compotera o taza. Servir.
Ensalada de frutas 1	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.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-49-

Rendimiento: 1 ración de 100 g				
Energía: 64 kcal				
Ensalada de frutas 2	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.
Rendimiento: 1 ración de 100 g				
Energía: 62 kcal				
Compota de frutas	Agua potable Fruta de estación (manzana) Azúcar Zumo de limón Canela	200 mL 140 g 5 g 1 mL 0,5 g	200mL 129 g 5 g 1 mL 0,5 g	Colocar en un recipiente el agua potable, 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 trozos pequeños 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. Observación: Se puede reemplazar la manzana de 140g por pera de 180g.
Banana con miel	Banana Miel	110 g 12 mL	70 g 12 mL	Lavar y pelar la fruta. Cortar en rodajas. Agregar en una compotera o taza con miel. Servir.
Rendimiento: 1 ración de 82 g				
Energía: 97 kcal				
Maní con miel	Maní tostado sin sal Miel	20 g 15 mL	20 g 15 mL	Colocar los granos de maní tostado sin sal en una compotera o taza. Agregar encima miel. Servir.
Rendimiento: 1 ración de 35 g				
Energía: 160 kcal				
Dulce de membrillo/	Dulce de membrillo/	30 g	30 g	Se podrá utilizar producto envasado o pre elaborado.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-50-

batata Rendimiento: 1 ración Energía: 79 kcal	batata			
Dulce de mamón/ calabaza Rendimiento: 1 ración de 50 g Energía: 99 kcal	Dulce de mamón/ calabaza Mamón Azúcar Clavo de olor Bicarbonato de sodio Agua potable	200 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	102 g 10 g 0,2 g 0,2 g c/n	Lavar, pelar, retirar las semillas y cortar en rodajas gruesas. Escaldar: Disolver el bicarbonato de sodio en agua hirviendo, por 5 minutos aproximadamente. Retirar del fuego las porciones de mamón y sacarlas del agua de cocción. Luego colocar en una olla el mamón con el azúcar, el clavo de olor y 50 mL de agua potable. Cocinar en una olla tapada hasta que estén listos por aproximadamente 40 minutos. Una vez frío servir. Observación: Se podrá utilizar producto envasado o pre elaborado.
Barra de maní Rendimiento: 1 ración 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.
Arroz con leche Rendimiento: 1 ración de 100 g Energía: 115 kcal	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. Observación: Se podrá utilizar producto envasado o pre elaborado.
Mazamorra Rendimiento: 1 ración	Leche fluida Locro crudo Azúcar	50 mL 20 g 5 g	50 mL 20 g 5 g	Lavar el locro y dejarlo reposar en agua caliente por una hora antes de cocinar. Hervir el locro en el agua hasta que se





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-51-

ración de 100 g Energía: 110 kcal	Vainilla Agua potable	0,2 g c/n	0,2 g c/n	ablande. Una vez blando retirar del fuego, colar. Agregar el azúcar y la vainilla, y dejar enfriar. Antes de consumir, agregar la leche fría.
Candial Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 110 kcal	Leche fluida Azúcar Fécula de maíz Anís	120 mL 10 g 5 g 0,2 g	120 mL 10 g 5 g 0,2 g	Disolver la fécula de maíz en la mitad de la leche fría. En una olla calentar a fuego moderado el resto de la leche con el azúcar y luego agregar la preparación anterior. Revolver constantemente hasta que la preparación espese. Por último, agrega el anís estrujado.
Crema Rendimiento: 1 ración de 60 g Energía: 110 kcal	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 25 mL 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.

En caso de que la Gobernación o Municipalidad requiera utilizar un menú que no se mencione en este documento, deberá solicitar autorización al MEC por medio de una nota, con la debida justificación respetando los indicadores establecidos en este recetario.



Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias
Anexo de la Resolución N° 9460

-52-

ANEXO III.

RACIÓN RECOMENDADA PARA EL SERVIDO DE LOS PLATOS PRINCIPALES POR NIVEL ESCOLAR, PARA EL SERVICIO DE ALMUERZO ESCOLAR Y CENA.

RACIÓN RECOMENDADA PARA EL SERVIDO DE LOS PLATOS PRINCIPALES POR NIVEL ESCOLAR				
PLATO PRINCIPAL	RECETA	PESO DE RACIÓN POR NIVEL		
		Nivel inicial	Edad escolar	Adolescente
Menú 1	Vori vori de carne	240 g	350 g	440 g
Menú 2	Vori vori de pollo	240 g	350 g	440 g
Menú 3	Caldo de poroto con arroz	240 g	350 g	440 g
Menú 4	Caldo de poroto con fideo	240 g	350 g	440 g
Menú 5	Caldo de pollo con verduras	240 g	350 g	440 g
Menú 6	Locro	240 g	350 g	440 g
Menú 7	Soyo	240 g	350 g	440 g
Menú 8	Sopa de verduras con sopa paraguaya	150 g de sopa de verduras + 100g de sopa paraguaya	200 g de sopa de verduras + 140g de sopa paraguaya	250 g de sopa de verduras + 180g de sopa paraguaya
Menú 9	So'opapu'a	240 g	350 g	440 g
Menú 10	Jopará	240 g	350 g	440 g
Menú 11	Caldo de pescado	240 g	350 g	440 g
Menú 12	Chupín de pescado	120 g	180 g	230 g
Menú 13	Guiso de arroz con carne	200 g	300 g	380 g
Menú 14	Guiso de fideo con pollo	200 g	300 g	380 g
Menú 15	Guiso de arroz con poroto	200 g	300 g	380 g
Menú 16	Guiso de mandioca con carne	170 g	250 g	320 g
Menú 17	Revuelto de mandioca	170 g	250 g	320 g
Menú 18	Estofado de pollo con papa	200 g	300 g	380 g
Menú 19	Salsa de legumbres con arroz quesú	70 g salsa + 100 g de arroz	100 g salsa + 130 g de arroz	130g salsa + 170g de arroz
Menú 20	Tallarín con salsa de carne	70g salsa + 80 g fideo	100 g salsa + 120 g fideo	130g salsa + 150g fideo
Menú 21	Picadito de pollo con puré de papas	70 g picadito + 110 g puré	100 g picadito + 160 g puré	130 g picadito + 200 g puré





Poder Ejecutivo

Ministerio de Educación y Ciencias

Anexo de la Resolución N° 9460

-53-

Menú 22	Salsa de pollo con fideo	70 g salsa + 80 g fideo	100 g salsa + 120 g fideo	130 g salsa + 150 g fideo
Menú 23	Albóndigas de pollo con arroz	70 g salsa (3 bolitas) + 90 g de arroz	100 g salsa (4 bolitas) + 130 g de arroz	130 g salsa (5 bolitas) + 160 g de arroz
Menú 24	Salsa de pollo con arroz	70 g salsa + 90 g arroz	100 g salsa + 130 g arroz	130 g salsa + 160 g arroz
Menú 25	Polenta con salsa de carne	70 g salsa + 170 g polenta	100 g salsa + 250g polenta	130 g salsa + 315g polenta
Menú 26	Polenta con salsa de pollo	70 g salsa + 170 g polenta	100 g salsa + 250g polenta	130 g salsa + 315g polenta
Menú 27	Salsa de carne de soja con arroz quesú	100 g salsa + 90 g arroz	150 g salsa + 130 g arroz	190 g salsa + 160 g arroz
Menú 28	Picadito de carne con papa	200 g	300 g	380 g
Menú 29	Chupín de pollo	120 g	180 g	230 g
Menú 30	Picadito de carne con puré de papas	70 g picadito + 110 g puré	100 g picadito + 160 g puré	130 g picadito + 200 g puré
Menú 31	Guiso de arroz con hígado	200 g	300 g	380 g

