

**ANEXO 5**

		<table border="1"> <tr> <td>FECHA PROPUESTA</td> <td>AÑO COMPLETO 2019</td> </tr> <tr> <td>VIGENTE DESDE</td> <td>02-may</td> </tr> <tr> <td>NIVEL</td> <td>JARDIN INFANTES- PRIMARIA- SECUNDARIA</td> </tr> </table>		FECHA PROPUESTA	AÑO COMPLETO 2019	VIGENTE DESDE	02-may	NIVEL	JARDIN INFANTES- PRIMARIA- SECUNDARIA
FECHA PROPUESTA	AÑO COMPLETO 2019								
VIGENTE DESDE	02-may								
NIVEL	JARDIN INFANTES- PRIMARIA- SECUNDARIA								
MUNICIPIO:	<b>SAE - PROPUESTA PRESTACION DESAYUNOS / MERIENDAS ( DMC)</b>								
	<b>DMC 1</b>	<b>DMC 2</b>	<b>DMC 3</b>	<b>DMC 4</b>					
	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>					
COMP. LIQUIDO / LACTEO	LECHE CON CACAO	LECHE CON INFUSION (TE)	LECHE CON INFUSION (MATE COC)	YOGURT					
COMP. SOLIDO	VAINILLAS	GALLETITAS DULCES SIMPLES Y DULCE DE LECHE	PAN CON QUESO	CEREALES Y BANANA/DURAZN O/ NARANJA					
	<b>DMC OPCIONAL A</b>	<b>DMC OPCIONAL B</b>	<b>DMC OPCIONAL C</b>						
COMP. LIQUIDO / LACTEO	YOGURT	LECHE CON INFUSION (TE)	LECHE CON CACAO						
COMP. SOLIDO	BAYBISCUIT C/ MERMELADA	PAN CON DULCE DE BATATA	VAINILLAS C/ DULCE DE LECHE						
	EN CASO DE CORTES DE LUZ/FALTA DE GAS CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO	EN CASO DE FESTEJO ESPECIAL COMO CELEBRACION DE FECHA PATRIA CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO	EN CASO DE FALTA DE INFUSIONES CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO						

DMC 5

**VIERNES**

LECHE CON CACAO

PAN CON MANTECA

PERIODO VIGENCIA		DESDE 02/ MAYO	HASTA 30/ OCTUBRE		
NIVEL		PRIMARIA- SECUNDARIA			
<b>SAE - PROPUESTA PRESTACION ALMUERZO INVIERNO</b>					
<b>MUNICIPIO:</b>	ALM INV 01	ALM INV 02	ALM INV 03	ALM INV 04	ALM INV 05
<b>PRIMERA SEMANA</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	FIDEOS TIRABUZON CON SALSA PORTUGUESA  Pan	BIFECITOS A LA CACEROLA CON REVUELTO DE ZAPALLITOS Y PAPA	TIRITAS DE POLLO SALTEADO CON ENSALADA DE ZANAHORIA HUEVO CHOCLO  Pan	MILANESAS DE CARNE CON PURE MIXTO (PAPA Y ZAPALLO)	GUIZO DE LENTEJAS CON ARROZ  Pan
<b>POSTRE</b>	MANZANA/BANANA	GELATINA C/ DURAZNO/PERA	BANANA/MANZANA	GELATINA C/MANZANA/BANANA	NARANJA/MANDARINA
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
<b>SEGUNDA SEMANA</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	POLENTA NAPOLITANA CON QUESO  Pan	RISOTTO (ARROZ GARBANZOS- ZANAHORIA- CHOCLO- CARNE EN CUBOS)	TARTA DE POLLO Y VERDURA	TALLARINES CON BOLOÑESA  Pan	MILANESA DE POLLO CON PURE DE PAPA  Pan
<b>POSTRE</b>	MANZANA/BANANA	GELATINA C/ DURAZNO/PERA	NARANJA/MANDARINA	MANZANA/BANANA	GELATINA C/MANZANA/BANANA
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
<b>OPCIONALES</b>	ALM INV OPCION A	ALM INV OPCION B	FIRMA		
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	TALLARINES CON SALSA MIXTA-Pan	PIZZA NAPOLITANA CON HUEVO			
	NARANJA/MANDARINA	GELATINA C/ DURAZNO/PERA EN ALMIBAR			
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA			
EN CASO DE RETRASO DE PROVEEDOR O CIRCUNSTANCIA IMPREDECIBLE CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO		EN CASO DE FESTEJO POR FIN DE CLASES O CELEBRACIONES ESPECIALES CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO			

**INSTRUCTIVO MOSAICO:**

Ingresar la propuesta en **LETRAS MAYUSCULA DE IMPRENTA**

Detallar Municipio que presenta la propuesta

Indicar fecha de VIGENCIA desde que día se le suministrará a las escuelas y hasta que fecha en la que cambiará la estacionalidad

Nivel: especificar nivel educativo en el que se implementará la propuesta: JARDIN DE INFANTES / PRIMARIA / SECUNDARIA

No detallar cantidades en el mosaico

**Sugerencias para ALMUERZOS**

Consiste en diseño de **plato único** ( sin entrada)

**ALIMENTOS FUENTE DE PROTEINAS DE AVB: CARNES, HUEVO, QUESOS, LECHE:**

**Carne fresca** 4-5 veces por semana. Utilizar carne roja (variar los cortes), pollo, cerdo.

No utilizar productos carnicos pre-elaborados como milanesas, medallones congelados industrializados de alto contenido en harinas, agentes aditivos, grasas y sod

Por seguridad bromatologica recomendamos preferir cortes de carne enteros, y vigilar / reducir el uso de carne picada, ello fundamentado en el alto riesgo de condada su elevada superficie de exposición y la manipulación en grandes cantidades productivas; además de su alto contenido graso.

Por seguridad bromatologica recomendamos no utilizar visceras - seso, higado, mondongo- dada su labilidad a la contaminación en grandes volúmenes y elevado c

Por seguridad bromatologica recomendamos que si se proponen preparaciones con pescado, se considere sus versiones enlatadas ( caballa, atún, jurel, por ejemplo), y reemplazar así el pescado fresco, el cual también conlleva riesgo de contener espinas.-

Uso limitado de fiambres tipo jamón cocido, paleta cocida; no más de 1 vez en 10 listas de almuerzo ( alto contenido graso y sodico).

**Huevo** siempre con cocción en preparaciones, frecuencia 3 veces por semana, como agente de liga, acorde a metas nutricionales

**Quesos:** tipo fresco, tipo barra, ricotta, en preparaciones. Queso de rallar como condimento en pastas.

**Leche:** en preparaciones: salsa blanca, en purés, en elaboración de postre lácteo ( ej. flan)

**CEREALES Y VEGETALES FECULENTOS:**

Cereales usar variedad, en lo posible base trigo candeal, arroz, maíz, combinados con vegetales no feculentos.

Progresivamente y de acuerdo a perfil local y establecimientos, considerar alguna inclusión de cereales integrales o de mayor aporte en fibra ( arroz integral, etc. Verduras feculentas ( papa, batata, mandioca) usar acorde a cuota nutricional a cubrir, variar la forma de preparación, combinar con vegetales no feculentos.

**VEGETALES NO FECULENTOS ( zapallito, espinaca, acelga, lechuga, berenjenas, tomate fresco, ají-morrón; zanahoria, zapallo, cebolla, chauchas, etc.)**

Variedad de vegetales en crudo / cocido en las 10 propuestas de almuerzos.

**LEGUMBRES:**

Legumbres ( lentejas, porotos, arvejas secas) incluir 1 vez por semana; combinar con cereales para mejorar la calidad del aporte proteico de origen vegetal.

**ACEITE VEGETAL :** uso diario, crudo, para condimentar vegetales, cereales. Si se propone fritura: no exceder 1 vez / semana.

Para ciertas preparaciones ( purés, salsa blanca, etc.) considerar el uso de manteca como alimento condimento, para mejorar el sabor resultante y aceptabilidad d

**PAN** como acompañamiento. En almuerzos no exceder los 30 gr por porción.

**POSTRES:** preferible fruta 4-5 veces por semana y 1 postre de leche por semana. Gelatina hasta 1 vez en 10 listas, siempre con fruta, tipo aspic. Evitar dulces con

**RECOMENDACIONES GENERALES:**

Sal agregada 0,25 g o menor, ya que se debe limitar el aporte de sodio. No utilizar caldos concentrados industrializados.

Condimentación aromática, suave, no picantes.

**La bebida de almuerzos es agua potable.**

**Secuencia lógica de preparaciones y variedad de alimentos** como por ejemplo no proponer menus con salsas rojas en 2 días consecutivos. ( Pastas, cazuelas, guisos, prop

**NOTA:** SI EN SU DISTRITO HAY ESCUELAS QUE NO POSEEN COCINA O POSIBILIDADES IN SITU DE ELABORACION

PRESENTE A SU VEZ EL MENU PROPUESTA PARA EL SERVICIO DE COMIDAS TIPO VIANDA , CON LA PLANILLA DE PREPARACION DESARROLLO INGREDIENTES CORRES

io.

taminación

contenido graso.

)

e la preparación.

factos de postre.

oner en forma alternada)

IPONDIENTE.-

PERIODO VIGENCIA		DESDE	HASTA
NIVEL		PRIMARIA- SECUNDARIA	
<b>MUNICIPIO:</b>			
<b>SAE - PROPUESTA PRESTACION ALMUERZO VERANO</b>			
<b>PRIMERA SEMANA</b>	ALM VER 01 LUNES	ALM VER 02 MARTES	ALM VER 03 MIÉRCOLES
	ALM VER 04 JUEVES	ALM VER 05 VIERNES	
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	FIDEOS TIRABUZON CON SALSAS PORTUGUESA  Pan	BIFECITOS A LA CACEROLA CON REVUELTO DE ZAPALLITOS Y PAPA	TIRITAS DE POLLO SALTEADO CON ENSALADA DE ZANAHORIA HUEVO CHOCLO  Pan
	MILANESAS DE CARNE CON PURE MIXTO(PAPA Y ZAPALLO)	SALPICON DE ARROZ, LENTEJA, TOMATE, LECHUGA, POLLO EN CUBOS  Pan	
<b>POSTRE</b>	MANZANA/DURAZNO	GELATINA C/ DURAZNO/PERA	BANANA/DURAZNO
	GELATINA C/MANZANA/BANANA	NARANJA/MANDARINA	
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA	AGUA
	AGUA	AGUA	AGUA
<b>SEGUNDA SEMANA</b>	ALM INV 06 LUNES	ALM INV 07 MARTES	ALM INV 08 MIÉRCOLES
	ALM INV 09 JUEVES	ALM INV 10 VIERNES	
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	TALLARINES CON SALSAS FILETO  Pan	PAN DE CARNE CON JARDINERA CASERA Y LECHUGA	TARTA DE POLLO Y VERDURA
	RISOTTO CON CARNE EN CUBOS (ARROZ GARBANZOS-ZANAHORIA-CHOCLO)-  Pan	MILANESA DE POLLO CON PURE DE PAPA  Pan	
<b>POSTRE</b>	BANANA/MANZANA	GELATINA C/ DURAZNO/PERA	BANANA/DURAZNO
	NARANJA/MANDARINA	GELATINA C/MANZANA/BANANA	
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA	AGUA
	AGUA	AGUA	AGUA
<b>OPCIONALES</b>	ALM VER OPCION A	ALM VER OPCION B	
<b>PLATO PRINCIPAL</b>	PIZZA NAPOLITANA Y HUEVO	TALLARINES CON SALSAS MIXTA-Pan	
<b>POSTRE</b>	GELATINA C/ DURAZNO/PERA EN ALMIBAR	MANZANA/BANANA	
<b>BEBIDA</b>	AGUA	AGUA	
	EN CASO DE FESTEJO POR FIN DE CLASES O CELEBRACIONES ESPECIALES CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO	EN CASO DE RETRASO DE PROVEEDOR O CIRCUNSTANCIA IMPREDECIBLE CON PREVIA AUTORIZACION SAE MUNICIPIO	FIRMA

**INSTRUCTIVO MOSAICO:** IDEM INSTRUCTIVO DE INVIERNO

**NOTA:** SI EN SU DISTRITO HAY ESCUELAS QUE NO POSEEN COCINA O POSIBILIDADES IN SITU DE ELABORACION PRESENTE A SU VEZ EL MENU PROPUESTA PARA EL SERVICIO DE COMIDAS TIPO VIANDA , CON LA PLANILLA DE PREPARACION DESARROLLO INGREDIENTES CORRESPONDIENTE.-