

1. Menús sugeridos para la prestación “Desayuno-merienda”:

DESAYUNOS / MERIENDAS				
DESAYUNOS/ MERIENDAS	Cantidades por porción			Secundaria
	3 a 5 años	6 a 8 años	9 a 11 años	
1-LECHE CON INFUSIÓN PAN FRANCÉS/SALVADO CON MERMELADA FRUTA DE ESTACIÓN				
Leche de vaca parcialmente descremada con vitaminas A y D	150	150	150	150
Azúcar blanca molida	10	10	10	10
Té en saquito	0,5	0,5	0,5	0,5
Pan francés/salvado	30	40	50	50
Mermelada de frutas	10	15	20	25
Fruta de estación	75	150	150	150
2-LECHE CON INFUSIÓN -PAN FRANCÉS/SALVADO CON QUESO Y TOMATE				
Leche de vaca parcialmente descremada con vitaminas A y D	150	150	150	0
Azúcar blanca molida	10	10	10	10
Té en saquito	0,5	0,5	0,5	0,5
Figacita	30	40	50	60
Queso de máquina	15	15	15	30
Tomate	10	10	10	15
3- LECHE/ O YOGUR CON COPOS DE MAÍZ SIN AZÚCAR BANANA				
Leche de vaca parcialmente descremada con vitaminas A y D	150	150	150	0
Azúcar blanca molida	10	10	10	0
Yogur entero bebible	0	0	0	150
Copos de maíz sin azúcar	15	20	20	25
Banana	75	150	150	150
4-LECHE CON INFUSIÓN -PAN FRANCÉS/SALVADO CON QUESO FRUTA DE ESTACIÓN				
Leche de vaca parcialmente descremada con vitaminas A y D	150	150	150	150
Azúcar blanca molida	10	10	10	10
Mate cocido en saquito	0,5	0,5	0,5	0,5
Pan francés/salvado	30	40	50	60

Queso fresco	15	20	20	30
Fruta de estación	75	150	150	150
5-LECHE CON INFUSIÓN PAN FRANCÉS/SALVADO CON DULCE DE LECHE FRUTA DE ESTACIÓN				
Leche de vaca parcialmente descremada con vitaminas A y D	150	150	150	150
Azúcar blanca molida	10	10	10	10
Mate cocido	0,5	0,5	0,5	0,5
Pan francés/salvado	30	40	50	50
Dulce de leche	10	15	20	25
Fruta cítrica	75	150	150	150

2. Menús sugeridos para la prestación "Comedor":

ALMUERZO/CENA				
	Cantidades por			
	3 a 5 años	6 a 8 años	9 a 11 años	Secundaria
1- TIRITAS DE POLLO CON ENSALADA DE PAPA, CHAUCHA Y ZANAHORIA - FRUTA DE ESTACIÓN				
Pollo sin piel	100	130	180	200
Condimentos (ajo-perejil)	0,1	0,1	0,13	0,2
Aceite de girasol	3	3	5	10
Papa	150	200	280	300
Chaucha	50	50	70	100
Zanahoria	50	50	70	100
Aceite de girasol	8	8	10	15
Sal fina	0,25	0,25	0,31	0,36
Pan francés	0	0	0	0
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn

2-HAMBURGUESAS DE ARROZ Y LENTEJAS CON ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA, TOMATE Y HUEVO DURO- FRUTA CÍTRICA

Lentejas	40	40	50	60
Arroz	40	40	50	60
Avena o pan rallado	30	35	40	40
Ají morrón	8	8	10	10
Cebolla	15	15	20	20
Zanahoria	20	20	25	25
Apio	5	5	10	10
Huevo de gallina fresco	15	15	15	15
Perejil, ajo, comino, pimentón, etc	0,1	0,1	0,1	0,1
Tomate	70	85	120	120
Zanahoria	50	60	70	70
Huevo de gallina fresco	20	20	25	25
Aceite de girasol	10	10	15	15
Sal final	0,25	0,25	0,25	0,25
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn

3 MILANESA DE POLLO CON/ PURÉ MIXTO- FRUTA DE ESTACIÓN

Carne de pollo	60	80	115	140
Huevo de gallina entero crudo	10	10	15	20
Pan rallado	15	20	30	40
Aceite de girasol	7	7	10	15
Perejil, ajo, etc.	0,1	0,1	0,13	0,2
Papa	160	180	250	300
Zapallo	80	100	140	170
Manteca/aceite	5	5	6	10
Nuez moscada	0,10	0,10	0,13	0,15
Sal fina	0,25	0,25	0,31	0,4
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn

4 TORTILLA DE ZAPALLITO CON QUESO Y ENSALADA DE ARROZ, LENTEJA Y TOMATE- FRUTA CÍTRICA

Zapallito	120	150	170	190
Cebolla	20	30	40	50
Zanahoria	20	20	30	40
Ají rojo / morrón rojo	5	5	6	10
Quesos de Pasta Blanda Promedio	15	20	25	30
Huevo de gallina entero crudo	20	25	30	35
Aceite de girasol	3	3	4	10
Lentejas	15	20	25	30
Arroz blanco	30	30	40	50
Tomate fresco	60	80	100	120
Pimentón dulce, laurel, ajo, perejil	0,10	0,10	0,13	0,16
Aceite de girasol	8	8	10	15
Sal fina	0,25	0,25	0,31	0,4
Pan francés	30	30	30	30
Naranja/mandarina	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
5-CARNE A LA PORTUGUESA CON BATATAS AL HORNO Y ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA- BANANA				
Vacuno (tapa de nalga/colita de cuadril)	80	100	125	150
Cebolla	20	20	25	30
Ají rojo / morrón rojo	5	5	6	10
Tomate (puré de tomate)	50	60	75	90
Aceite de girasol	3	3	4	8
Batata	180	220	280	300
Lechuga	20	20	30	40
Zanahoria	50	50	65	80
Aceite de girasol	10	10	12	15
Condimentos varios	0,10	0,10	0,13	0,15
Sal fina	0,25	0,25	0,30	0,36
Banana	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
6- SALTEADO DE POLLO Y BRÓCOLI CON FIDEOS TIRABUZÓN- FRUTA DE ESTACIÓN				

Pollo sin piel	100	130	180	220
Cebolla	15	15	20	35
Brócoli	35	50	70	100
Ají rojo / morrón rojo	5	5	7	10
Aceite de girasol	10	10	13	15
Fideos secos	50	50	70	70
Quesos de Pasta Dura	5	5	7	10
Pimentón dulce, laurel, ajo, perejil	0,10	0,10	0,13	0,16
Sal fina	0,25	0,25	0,3	0,36
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
7-CARNE AL HORNO RELLENA CON VEGETALES CON PURÉ DE BATATA Y CALABAZA-FRUTA DE ESTACIÓN				
Vacuno (tapa de nalga/colita de cuadril)	80	100	130	150
Acelga	80	100	130	150
Huevo de gallina entero crudo	10	10	15	20
Cebolla	30	30	40	50
Aceite de girasol	3	3	5	10
Batata	200	220	250	300
Zapallo	80	100	130	150
Aceite de girasol/Manteca	5	5	7	10
Sal fina	0,25	0,25	30	35
Condimentos	0,1	0,1	0,3	0,4
Pan francés	30	30	30,00	30
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
8-CAZUELA DE VERDURAS, LEGUMBRES Y POLLO - FRUTA CÍTRICA				
Pollo con piel	60	70	90	120
Cebolla	20	25	30	40
Ají rojo / morrón rojo	5	5	6	10
Zanahoria	30	40	50	60
Zapallito	25	30	40	60

Tomate (puré de tomate)	40	40	50	60
Porotos/ garbanzos	40	40	50	60
Papa	100	120	150	180
Aceite de girasol	8	8	10	15
Sal fina	0,25	0,25	0,31	0,36
Pan francés	30	30	30	30
Naranja/mandarina	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
9-TARTA DE ACELGA Y RICOTA CON ENSALADA DE ZANAHORIA Y CHOCLO - BANANA				
Harina	50	50	70	70
Aceite	20	20	30	30
Agua	25	25	35	35
Acelga	150	150	200	200
Huevo de gallina entero crudo	10	10	15	15
Cebolla	30	30	40	40
Ricota	25	25	30	30
Aceite de girasol	3	3	5	5
Condimentos	0,1	0,1	0,13	0,13
Choclo fresco	60	60	75	75
Zanahoria	40	40	50	50
Aceite de girasol	8	8	10	10
Sal Fina	0,25	0,25	0,31	0,31
Banana	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
10-MILANESA CON ENSALADA DE PAPA ARVEJA Y ZANAHORIA - FRUTA CÍTRICA				
Vacuno bola de lomo nalga cuadrada	95	95	120	150
Huevo de gallina entero crudo	10	10	15	20
Pan rallado	20	20	25	30
Aceite de girasol	7	7	10	15
Papa	90	90	120	150
Zanahoria	60	60	75	90

Arvejas	40	40	50	60
Aceite de girasol	8	8	10	15
Condimentos	0,1	0,1	0,13	0,2
Sal Fina	0,25	0,25	0,25	0,31
Agua segura	cn	cn	cn	cn
Naranja/mandarina	150	150	150	150
11-SALPICÓN DE AVE + FRUTA + AGUA				
Pollo fresco	100	100	130	150
Cebolla	30	30	40	40
Ají morrón	20	20	30	30
Tomate	50	50	80	100
Zanahoria	50	50	100	120
Papa	80	100	150	200
Huevo de gallina entero crudo	25	35	50	50
Aceite de girasol	10	10	15	20
Sal final	0,25	0,25	0,31	0,31
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua segura	cn	cn	cn	cn
12-TARTA DE CHOCLO CON ENSALADA DE ZANAHORIA Y TOMATE - BANANA				
Harina	50	50	70	70
Aceite	20	20	30	30
Agua	25	25	35	35
Choclo fresco	80	80	100	100
Huevo de gallina entero crudo	10	10	15	15
Cebolla	50	50	80	80
Morrón	20	20	50	50
Queso cremoso	25	25	30	30
Aceite de girasol	3	3	5	5
Condimentos	0,1	0,1	0,13	0,13
Tomate	60	60	75	75
Zanahoria	40	40	50	50
Aceite de girasol	8	8	10	10
Sal Fina	0,25	0,25	0,31	0,31
Agua segura	cn	cn	cn	cn

Banana	150	150	150	150
13-TARTA DE ZAPALLITOS CON ENSALADA DE ARROZ Y TOMATE - BANANA				
Harina	50	50	70	70
Aceite	20	20	30	30
Agua	25	25	35	35
Zapallitos	80	80	100	100
Huevo de gallina entero crudo	15	15	25	25
Cebolla	50	50	80	80
Morrón	20	20	50	50
Queso cremoso	15	15	20	20
Aceite de girasol	5	5	10	10
Condimentos	0,1	0,1	0,13	0,13
Tomate	60	60	75	75
Arroz blanco	40	40	50	50
Aceite de girasol	8	8	10	10
Sal Fina	0,25	0,25	0,31	0,31
Agua segura	cn	cn	cn	cn
Banana	150	150	150	150
14-PASTEL DE PAPA Y ATÚN/JUREL CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA - BANANA				
Papa	180	180	200	200
Aceite	5	5	10	10
Caballa, atún o jurel	60	60	80	100
Cebolla	30	30	50	50
Morrón	15	15	30	30
Tomate triturado	30	30	40	40
Azúcar	2,5	2,5	5	5
Queso rallado	5	5	10	10
perejil, ajo, pimienta, pimentón, etc	0,1	0,1	0,1	0,1
Sal fina	0,25	0,25	0,25	0,25
Agua segura	cn	cn	cn	cn
Fruta de estación	150	150	150	150
15-SALPICÓN DE ATÚN/CABALLA/JUREL - BANANA				
Atún/caballa/jurel	100	100	130	150

Cebolla	30	30	40	40
Ají morrón	20	20	30	30
Tomate	50	50	80	100
Zanahoria	50	50	100	120
Papa	80	100	150	200
Apio	15	20	25	30
Huevo de gallina entero crudo	25	35	50	50
Aceite de girasol	10	10	15	20
Sal final	0,25	0,25	0,31	0,31
Fruta de estación	150	150	150	150
Agua para beber	cn	cn	cn	cn

****La Prestación denominada “Listo Consumo” está ideada para que se pueda utilizar en establecimientos que, en casos excepcionales y debidamente justificados, por diversas razones concluyan en la imposibilidad momentánea de brindar la prestación “Desayuno-Merienda” del modo habitual. Esta herramienta podrá ser utilizada de modo circunstancial, a fines de que las/os titulares de derecho puedan recibir la prestación hasta que se pueda iniciar o restablecer la prestación original (DM). Debido a la multiplicidad de situaciones que puedan ocasionar la necesidad de este tipo de prestación, la conformación de la misma será definida en conjunto entre el ente ejecutor y el equipo de nutrición del nivel central, a fines de cumplir con las mismas metas nutricionales del DMC, no debiendo verse afectada la calidad nutricional de la prestación. En relación con el componente líquido se priorizará la inclusión de leche, y en el componente sólido fruta fresca por unidad y panificados caseros. No se aceptará la inclusión diaria de ultraprocesados.***



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES
2021 - Año de la Salud y del Personal Sanitario

Hoja Adicional de Firmas
Anexo

Número:

Referencia: MENUS PRESTACIONES SAE 2021

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 9 pagina/s.