

MENÚ CÍCLICO

ASISTENCIA ALIMENTARIA

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTO URUGUAY

DANIELA ESQUIVEL

**LICENCIADA EN NUTRICIÓN
MATRICULA PÚBLICA PROVINCIAL Nº 118**

2020

MENÚ CÍCLICO DE ALMUERZO **ASISTENCIA ALIMENTARIA – UNAU**

El pliego desarrollado consta de la planificación del menú acorde, a ser brindado como asistencia alimentaria por parte de la Universidad Nacional del Alto Uruguay.

El valor calórico promedio del almuerzo establecido es de 768 calorías, con un porcentaje promedio del 50,2% hidratos de carbono, 23,2% de proteínas y 26,4% de grasas.

Se planificaron 18 (dieciocho) listas o menús de almuerzo, que pueden ser administradas a lo largo de todo el año, sin distinción de alguna época en particular; las cuales se repetirán en forma rotativa y cíclica una vez cumplidas las mismas.

Las listas podrán ser administradas según el orden sugerido, o alteradas de acuerdo a stock de mercadería del servicio responsable de la preparación de la comida; pero de todos modos se considera indispensable poder respetar el valor calórico y nutricional como así también el gramaje de cada menú a fin de poder cubrir con el aporte estandarizado de nutrientes.

Cada lista dispone de una cantidad establecida en peso neto que se establece como la cantidad que debe recibir el comensal, y el peso bruto que sería la cantidad de cada ingrediente que se debe comprar y utilizar para la elaboración del menú.

Las preparaciones fueron confeccionadas teniendo en cuenta en primer lugar poder cubrir con los caracteres indispensables de calidad, cantidad, variedad y que sean adecuados a fin de conformar al comensal. Están integradas por preparaciones simples acompañadas por guarniciones de ensaladas o de vegetales cocidos, y por ensopados o elaboraciones con salsas; además se cuenta con variación en los postres, que si bien se prioriza siempre el aporte de fruta fresca, también se puede optar por postres a base de leche y preparaciones con gelatina.

Criterios para los contenidos de las listas:

- Las listas se basan en un promedio de 768 calorías, con distribución normal porcentual entre los diferentes nutrientes.
- Se tiene en cuenta la incorporación y combinación de alimentos de los distintos grupos básicos como ser: lácteos, carnes, hortalizas del grupo A, B y C, frutas, cereales, legumbres, pan, huevo, aceite y grasas, azúcar y dulces.
- Se tiene en cuenta la variedad de las preparaciones, la inclusión de alimentos y preparaciones que combinen las diferentes características organolépticas como ser consistencia, textura, sabor y color.
- Las listas se pueden reemplazar por ingredientes del mismo grupo siempre y cuando sea apto para la preparación sugerida, de acuerdo al stock que presente el servicio encargado de elaborar los menús.
- Cada lista está compuesta por una opción de plato principal que podrá ser acompañada con una porción de pan blanco fresco de 50g, o su reemplazo por pan integral o con salvado, lo cual será opcional y quedará a elección del servicio que realiza la elaboración de la comida.
- A los efectos de cubrir los requisitos de calidad de los alimentos se adiciona en la planilla de especificaciones, la tipificación de alimentos y productos alimenticios.
- En todo el proceso alimentario regirán normas de higiene y bromatológicas prescriptas por el Código Alimentario Argentino y por la autoridad sanitaria competente.

MENÚ CÍCLICO DE ALMUERZO: MOSAICO

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6
PLATO PRINCIPAL	Tallarines con albóndigas en salsa	Pollo al horno + Papas, calabaza, cebolla, morrones y tomates al horno	Arroz con salsa bolognesa + Cubos de zapallo	Cazuela de lentejas	Hamburguesas de carne molida gratinada + Arroz primavera	Fideos tirabuzón a la manteca + Salteado de vegetales y pollo + Ensalada de tomate y repollo
POSTRE	Fruta	Ensalada de fruta	Fruta	Áspic con manzana	Flan de vainilla con caramelo	Gelatina

	DÍA 7	DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12
PLATO PRINCIPAL	Estofado de pollo con papas + Cubos de zapallo	Pan de carne con colchón de salsa criolla cocida + Bastones de mandioca y batata	Polenta con salsa bolognesa	Pollo al orégano + Ensalada jardinera + Ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas	Cazuela de carne con arroz	Milanesa de pollo + Puré de papas + Ensalada de lentejas zanahoria rallada y huevo
POSTRE	Fruta	Postre de vainilla	Compota de fruta	Arroz con leche	Fruta	Gelatina

	DÍA 13	DÍA 14	DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18
PLATO PRINCIPAL	Tarta pascualina con atún + Rebanadas de tomate	Fideos con salsa bolognesa + Cubos de zanahoria	Arroz con pollo + Medallones de zapallo a la napolitana	Guiso de fideo mostachol con pollo	Pastel de papa y pollo gratinado + Ensalada de chaucha, remolacha y huevo	Bife de carne a la criolla + Tomate relleno con arroz
POSTRE	Flan de vainilla con caramelo	Áspic de fruta	Ensalada de fruta	Gelatina con yogurt	Fruta	Crema de maicena

MENÚ CÍCLICO DE ALMUERZO: LISTAS

LISTAS	PLATO PRINCIPAL	POSTRE
LISTA 1	Tallarines con albóndigas en salsa	Fruta
LISTA 2	Pollo al horno + Papas, calabaza, cebolla, morrones y tomates al horno	Ensalada de fruta
LISTA 3	Arroz con salsa bolognesa + Cubos de zapallo	Fruta
LISTA 4	Cazuela de lentejas	Áspic con manzana
LISTA 5	Hamburguesas de carne molida gratinada + Arroz primavera	Flan de vainilla con caramelo
LISTA 6	Fideos tirabuzón a la manteca + Salteado de vegetales y pollo + Ensalada de tomate y repollo	Gelatina
LISTA 7	Estofado de pollo con papas + Cubos de zapallo	Fruta
LISTA 8	Pan de carne con colchón de salsa criolla cocida + Bastones de mandioca y batata	Postre de vainilla
LISTA 9	Polenta con salsa bolognesa	Compota de fruta
LISTA 10	Pollo al orégano + Ensalada jardinera + Ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas	Arroz con leche
LISTA 11	Cazuela de carne con arroz	Fruta
LISTA 12	Milanesa de pollo + Puré de papas + Ensalada de lentejas, zanahoria rallada y huevo	Gelatina
LISTA 13	Tarta pascualina con atún + Rebanadas de tomate	Flan de vainilla con caramelo
LISTA 14	Fideos con salsa bolognesa + Cubos de zanahoria	Áspic de fruta
LISTA 15	Arroz con pollo + Medallones de zapallo a la napolitana	Ensalada de fruta
LISTA 16	Guiso de fideo mostachol con pollo	Gelatina con yogurt
LISTA 17	Pastel de papa y pollo gratinado + Ensalada de chaucha, remolacha y huevo	Fruta
LISTA 18	Bife de carne a la criolla + Tomate relleno con arroz	Crema de maicena

ESTANDARIZACION DE LISTAS

→ LISTA 1

PLATO PRINCIPAL: Tallarines con albóndigas en salsa

POSTRE: Fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Tallarines	70g (en cocido 180g)	70g
Salsa Fileto:		
- Tomate triturado	50g	55g
- Cebolla	20g	23,4g
- Morrón	5g	6,35g
- Zanahoria	20g	22,6g
- Orégano y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Albóndigas:		
- Carne molida	100g	113g
- Huevo	10g	11,9g
- Cebolla	10g	11,7g
- Perejil, ajo y sal	c/n	c/n
- Pan rallado	40g	40g
Queso rallado	10g	10,7
Fruta	150g	210g

Peso total del plato en cocido: 605g

Kcal totales: 784, 64

→ LISTA 2

PLATO PRINCIPAL: Pollo al horno + Papas, calabaza, cebolla, morrones y tomates al horno

POSTRE: Ensalada de frutas

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Pollo al horno (mostaza, orégano, sal)	160g	368g
Papas	100g	133g
Calabaza	80g	132,8g
Cebolla	30g	35,1g
Morrones	30g	38,1g
Tomate	70g	77g
Orégano, perejil, ajo y sal	c/n	c/n
Aceite	10cc	10cc
Ensalada de fruta: - Banana	50g	74,5g
- Manzana	50g	60g
- Naranja	50g	77g

Peso total del plato en cocido: 630g

Kcal totales: 511,6

→ **LISTA 3**

PLATO PRINCIPAL: Arroz con salsa bolognesa + Cubos de zapallo

POSTRE: Fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Arroz	60g (en cocido 156g)	60
Salsa bolognesa:		
- Carne molida	100g	113g
- Tomate triturado	50g	55g
- Cebolla	25g	29,25g
- Zanahoria	20g	22,6g
- Morrón	10g	12,7g
- Laurel en hojas y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Queso rallado	10g	10,7g
Zapallo en cubos	100g	166g
Fruta	150g	210g

Peso total del plato en cocido: 631g

Kcal totales: 643,4

→ **LISTA 4**

PLATO PRINCIPAL: Cazuela de lentejas

POSTRE: Áspic con manzana

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Lentejas	40g (en cocido 120g)	40g
Papa	130g	172,9g
Carne vacuna	110g	124,3g
Cebolla	20g	23,4g
Zanahoria	40g	45,2g
Tomate triturado	50g	55g
Morrón	10g	12,7g
Ajo y sal	c/n	c/n
Aceite	10cc	10cc
Áspic con manzana:		
- Gelatina	100g	100g
- Manzana	40g	56g

Peso total del plato en cocido: 630g

Kcal totales: 591,28

→ **LISTA 5**

PLATO PRINCIPAL: Hamburguesas de carne molida gratinada

+ Arroz primavera

POSTRE: Flan de vainilla con caramelo

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Hamburguesa:		
- Carne molida	180g	203,4g
- Huevo	10g	11,9g
- Cebolla	10g	11,7g
- Perejil, ajo y sal	c/n	c/n
- Queso cremoso	40g	40g
Arroz primavera:		
- Arroz	50g (en cocido 130g)	50g
- Zanahoria	50g	56,6g
- Arvejas	20g	20g
- Tomate	30g	33g
- Mayonesa	10g	10g
- Queso crema	10g	10g
- Aceite	10cc	10cc
- Vinagre y sal	c/n	c/n
Flan de vainilla con caramelo	120g	120g

Peso total del plato en cocido: 620g

Kcal totales: 932,06

→ **LISTA 6**

PLATO PRINCIPAL: Fideos tirabuzón a la manteca + Salteado de vegetales y pollo + Ensalada de tomate y repollo

POSTRE: Gelatina

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Fideo tirabuzón a la manteca:		
- Fideo tirabuzón	40g (en cocido 104g)	40g
- Manteca	20g	20g
- Queso rallado	10g	10,7g
Salteado de vegetales y pollo:		
- Pollo en cubos	100g	230g
- Zanahoria	30g	33,9g
- Cebolla	30g	35,1g
- Morrón	10g	12,7g
- Zapallito	30g	41,7g
- Puerro	20g	38,7g
- Sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Tomate	60g	66g
Repollo	60g	82,2g
Gelatina	150g	150g

Peso total del plato en cocido: 634g

Kcal totales: 608

→ **LISTA 7**

PLATO PRINCIPAL: Estofado de pollo con papas + Cubos de zapallo

POSTRE: Fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Pollo deshuesado	150g	345g
Tomate triturado	50g	55g
Papa	130g	172,9g
Cebolla	30g	35,1g
Morrón	10g	12,7g
Zanahoria	30g	33g
Cebollita de verdeo	5g	12,2g
Orégano, perejil, ajo y sal	c/n	c/n
Aceite	10cc	10cc
Zapallo en cubos	70g	116,2g
Fruta	120g	168g

Peso total del plato en cocido: 605g

Kcal totales: 512,5

→ **LISTA 8**

PLATO PRINCIPAL: Pan de carne con colchón de salsa criolla cocida

+ Bastones de mandioca y batata

POSTRE: Postre de vainilla

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Pan de carne:		
- Carne molida	160g	180,8g
- Huevo para ligar	10g	11,9g
- Pan rallado	10g	10g
- Cebolla	20g	23,4g
- Perejil, ajo y sal	c/n	c/n
Salsa criolla cocida:		
- Tomate	40g	44g
- Cebolla	30g	35,1g
- Morrón	30g	38,1g
- Aceite	10cc	10cc
- Vinagre de vino	c/n	c/n
- Sal	c/n	c/n
Mandioca	100g	155g
Batata	100g	142g
Postre de vainilla	120g	120g

Peso total del plato en cocido: 630g

Kcal totales: 726

→ **LISTA 9**

PLATO PRINCIPAL: Polenta con salsa bolognesa

POSTRE: Compota de fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Polenta:		
- Harina de maíz	70g (en cocido 182g)	70g
- Leche fluida	100cc	100g
- Manteca	10g	10g
- Sal	c/n	c/n
Salsa bolognesa:		
- Carne molida	100g	113g
- Cebolla	20g	23,4g
- Morrón	10g	12,7g
- Tomate triturado	50g	55g
- Zanahoria	20g	22,6g
- Orégano, ajo y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Queso rallado	10g	10,7g
Compota de fruta	120g	168g

Peso total del plato en cocido: 632g

Kcal totales: 742,1

→ **LISTA 10**

PLATO PRINCIPAL: Pollo al orégano + Ensalada jardinera

+ Ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas

POSTRE: Arroz con leche

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Pollo al orégano: - Pollo	180g	414g
- Jugo de limón	c/n	c/n
- Orégano y sal	c/n	c/n
Ensalada jardinera:		
- Papa	80g	106,4g
- Arveja	20g	20g
- Zanahoria	40g	45,2g
- Perejil y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Ensalada de:		
- Tomate	50g	55g
- Zanahoria	50	56,5g
- Aceituna	10g	10g
Arroz con leche:		
- Leche fluida	120cc	120cc
- Arroz	25g (en cocido 65g)	25g
- Azúcar	10g	10g
- Canela y esencia de vainilla	c/n	c/n

Peso total del plato en cocido: 635g

Kcal totales: 680,6

→ **LISTA 11**

PLATO PRINCIPAL: Cazuela de carne con arroz

POSTRE: Fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Carne vacuna magra	100g	113g
Tomate triturado	60g	66g
Cebolla	30g	35,1g
Zanahoria	60g	67,8g
Zapallo	70g	116,2g
Morrón	5g	6,35g
Orégano, perejil, ajo y sal	c/n	c/n
Arroz	50g (en cocido 130g)	50g
Aceite	10cc	10cc
Fruta	150g	210g

Peso total del plato en cocido: 615g

Kcal totales: 570

→ **LISTA 12**

PLATO PRINCIPAL: Milanesa de pollo + Puré de papas

+ Ensalada de lentejas, zanahoria rallada y huevo

POSTRE: Gelatina

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Milanesa de pollo a la napolitana:		
- Pechuga de pollo	180g	414g
- Huevo	12g	14,28g
- Pan rallado	40g	40g
- Perejil, ajo y sal	c/n	c/n
Puré de papa:		
- Papa	160g	212,8g
- Leche	20g	20g
- Manteca	10g	10g
- Sal	c/n	c/n
Ensalada de lentejas, zanahoria rallada y huevo:		
- Lenteja	15g	15g
- Zanahoria	40g	45,2g
- Huevo duro	15g	17,85g
- Aceite	10cc	10cc
Gelatina	120g	120g

Peso total del plato en cocido: 622g

Kcal totales: 841,56

→ **LISTA 13**

PLATO PRINCIPAL: Tarta pascualina con atún + Rebanadas de tomate

POSTRE: Flan de vainilla con caramelo

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Tapa de tarta (3 porciones de 1 sola masa)	75g	75g
Acelga	180g	298,8g
Cebolla	20g	23,4g
Zanahoria	30g	33,9g
Huevo duro	15g	17,85g
Huevo para ligar	6g	7,14g
Queso cremoso	40g	40g
Atún al natural	50g	50g
Sal	c/n	c/n
Tomate	80g	88g
Aceite	10cc	10cc
Flan de vainilla con caramelo	120g	120g

Peso total del plato en cocido: 626g

Kcal totales: 660,51

→ **LISTA 14**

PLATO PRINCIPAL: Fideos con salsa bolognesa + Cubos de zanahoria

POSTRE: Áspic de fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Fideos tallarín	70g (en cocido 182g)	70g
Salsa bolognesa:		
- Carne molida	100g	112g
- Tomate	60g	66g
- Cebolla	20g	24,3g
- Morrón	10g	12,7g
- Zanahoria rallada	20g	22,6g
- Laurel en hojas y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Queso rallado	10g	10,07g
Cubos de zanahoria	70g	79,1g
Áspic con fruta:		
- Gelatina	110g	110g
- Fruta	40g	56g

Peso total del plato en cocido: 632g

Kcal totales: 620,92

→ **LISTA 15**

PLATO PRINCIPAL: Arroz con pollo + Medallones de zapallo a la napolitana

POSTRE: Ensalada de fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Arroz con pollo:		
- Arroz	50g (en cocido 130g)	50g
- Pollo desmenuzado	100g	230g
- Cebolla	20g	23,4g
- Zanahoria	25g	28,25g
- Tomate en cubos	35g	38,5g
- Morrón	5g	6,35g
- Sal y pimienta	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Queso rallado	10g	10,7g
Medallones de zapallo a la napolitana:		
- Zapallo	120g	199,2g
- Tomate	30g	33g
- Queso cremoso	30g	30g
- Orégano y sal	c/n	c/n
Ensalada de fruta:		
- Banana	40g	59,6g
- Manzana	40g	48g
- Naranja	40g	61,6g

Peso total del plato en cocido: 635g

Kcal totales: 650,7

→ **LISTA 16**

PLATO PRINCIPAL: Guiso de fideo mostachol con pollo

POSTRE: Gelatina con yogurt

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Fideo mostachol	70g (en cocido 182g)	70g
Pollo presa con hueso	140g	322g
Cebolla	20g	23,4g
Tomate triturado	40g	44g
Zanahoria	30g	33,9g
Morrón	5g	6,35g
Choclo	30g	99,9g
Zapallo	50g	83g
Orégano, sal y pimienta	c/n	c/n
Aceite	10cc	10cc
Gelatina con yogurt	120g	120g

Peso total del plato en cocido: 627g

Kcal totales: 618,38

→ **LISTA 17**

PLATO PRINCIPAL: Pastel de papa y pollo gratinado + Ensalada de chaucha, remolacha y huevo

POSTRE: Fruta

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Pastel de papa y pollo:		
- Papa	200g	266g
- Leche fluida	20cc	20g
- Manteca	10g	10g
- Pollo desmenuzado	110g	253g
- Cebolla	10g	11,7g
- Morrón	5g	6,35g
- Huevo	10g	11,9g
- Orégano, sal y pimienta	c/n	c/n
- Queso cremoso	30g	30g
Ensalada: - Chaucha	50g	55,5g
- Remolacha	50g	66,5g
- Huevo	10g	11,9g
- Aceite	10cc	10cc
Fruta	120g	168g

Peso total del plato en cocido: 635g

Kcal totales: 713,1

→ **LISTA 18**

PLATO PRINCIPAL: Bife de carne a la criolla + Tomate relleno con arroz

POSTRE: Crema de maicena

INGREDIENTES	PESO NETO EN CRUDO	PESO BRUTO
Bife a la criolla:		
- Carne vacuna magra	180g	203,4g
- Cebolla	30g	35,1g
- Morrón	10g	12,7g
- Orégano, perejil, ajo y sal	c/n	c/n
- Aceite	10cc	10cc
Tomate relleno con arroz:		
- Tomate	150g	165g
- Arroz	20g (en cocido 52g)	20g
- Huevo duro	15g	17,85g
- Perejil	c/n	c/n
- Mayonesa	10g	10g
- Aceituna	10g	10g
Crema de maicena:		
- Leche fluida	125cc	125cc
- Maicena	6g	6g
- Huevo	6g	7,14g
- Azúcar	20g	20g

Peso total del plato en cocido: 624g

Kcal totales: 672,67

FORMULA DESARROLLADA

Estimada a partir del promedio aportado por el consumo de las 18 listas establecidas.

ALIMENTO	PROMEDIO	HC	PR	GR
Leche fluida parc. descremada	21	1,05	0,63	0,315
Queso crema	1	0,06	0,06	0,21
Queso cremoso	8	0	1,68	2
Queso rallado	3	0	1,35	0,96
Huevo	7	0	0,84	0,84
Carne Vacuna	58	0	11,6	2,9
Carne Ave	62	0	12,4	1,24
Pescado	3	0	0,6	0,09
Hortalizas A	77	2,31	0,77	0
Hortalizas B	89	7,12	0,89	0
Hortalizas C	58	11,6	1,16	0
Frutas	65	7,8	0,65	0
Cereales	33	23,1	3,96	0
Legumbres	5	2,95	1	0,1
Pan	50	30	5	0
Pan rallado	5	3,66	0,52	0
Tapa de tarta	4	1,86	0,27	0,44
Azúcar	2	2	0	0
Flan de vainilla con caramelo	13	1,19	0,38	0,38
Gelatina	27	0,58	0,38	0
Gelatina con yogurt	7	0,51	0,2	0,03
Postre de vainilla	7	0,7	0,23	0,21
Aceite	10	0	0	10
Manteca	3	0	0	2,46
Mayonesa	1	0,06	0	0,31
Aceituna	1	0	0	0,12
TOTAL EN G	-	96,55	44,57	22,6
CALORÍAS	768Kcal	386,2	178,28	203,44
%	100%	50,2	23,2	26,4

*Fuente: página oficial <https://www.nutrinfo.com/vademecum/alimento>

*Marcas de referencia Sancor, La Serenísima, Casancrem, Ilolay, Exquisita, La Salteña, Preferido, Hellmanns, Vanoli.

PLANILLA DE AJUSTE: DISTRIBUCIÓN SEMANAL PARA 100 RACIONES

→ LISTA 1 A 5

Insumo	Lista 1	Lista 2	Lista 3	Lista 4	Lista 5	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Queso crema	-	-	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg
Queso cremoso	-	-	-	-	40	40	40	100	4000	4Kg
Queso rallado	10	-	10	-	-	20	21,4	100	2140	2,140Kg
Huevo	10	-	-	-	10	20	23,8	100	2380	2,380Kg
Carne vacuna magra	-	-	-	110	-	110	124,3	100	12430	12,430Kg
Carne molida magra	100	-	100	-	180	380	429,4	100	42940	42,940Kg
Carne de ave	-	160	-	-	-	160	368	100	36800	36,8Kg
Morrón	5	30	10	10	-	55	69,85	100	6985	6,985Kg
Tomate	50	70	50	50	30	250	275	100	27500	27,5Kg
Calabaza	-	80	-	-	-	80	132,8	100	13280	13,28Kg
Cebolla	30	30	25	20	10	115	134,55	100	13455	13,455Kg
Zanahoria	20	-	20	40	50	130	146,9	100	14690	14,69Kg
Zapallo	-	-	100	-	-	100	166	100	16600	16,6Kg
Papa	-	100	-	130	-	230	305,9	100	30590	30,59Kg
Fruta	150	-	150	-	-	300	420	100	42000	42Kg
Banana	-	50	-	-	-	50	74,5	100	7450	7,450Kg
Manzana	-	50	-	40	-	90	108	100	10800	10,8Kg
Naranja	-	50	-	-	-	50	77	100	7700	7,7Kg
Arroz	-	-	60	-	50	110	110	100	11000	11Kg
Fideo tallarín	70	-	-	-	-	70	70	100	7000	7Kg
Arveja	-	-	-	-	20	20	20	100	2000	2Kg
Lenteja	-	-	-	40	-	40	40	100	4000	4Kg
Pan rallado	40	-	-	-	-	40	40	100	4000	4Kg
Flan de vainilla con caramelo	-	-	-	-	120	120	120	100	12000	12L
Gelatina	-	-	-	100	-	100	100	100	10000	10L
Aceite	10	10	10	10	10	50	50	100	5000	5Litros
Mayonesa	-	-	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg

→ **LISTA 6 A 10**

Insumo	Lista 6	Lista 7	Lista 8	Lista 9	Lista 10	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Leche fluida	-	-	-	100	120	220	220	100	22000	22L
Queso rallado	10	-	-	10	-	20	21,4	100	2140	2,140Kg
Huevo	-	-	10	-	-	10	11,9	100	1190	1,190Kg
Carne molida	-	-	160	100	-	260	293,8	100	29380	29,380Kg
Carne de ave	100	150	-	-	180	430	989	100	98900	98,9Kg
Morrón	10	10	30	10	-	60	76,2	100	7620	7,620Kg
Repollo	60	-	-	-	-	60	82,2	100	8220	8,220Kg
Tomate	60	50	40	50	50	250	275	100	27500	27,5Kg
Zapallito	30	-	-	-	-	30	41,7	100	4170	4,170Kg
Cebolla	30	30	50	20	-	130	152,1	100	15210	15,210Kg
Cebollita de verdeo	-	5	-	-	-	5	12,2	100	1220	1,220Kg
Puerro	20	-	-	-	-	20	38,4	100	3840	3,840Kg
Zanahoria	30	30	-	20	90	170	192,1	100	19210	19,21Kg
Zapallo	-	70	-	-	-	70	116,2	100	11620	11,62Kg
Batata	-	-	100	-	-	100	142	100	14200	14,2Kg
Mandioca	-	-	100	-	-	100	155	100	15500	15,5Kg
Papa	-	130	-	-	80	210	279,3	100	27930	27,93Kg
Fruta	-	120	-	120	-	240	336	100	33600	33,6Kg
Arroz	-	-	-	-	25	25	25	100	2500	2,5Kg
Fideo tirabuzón	40	-	-	-	-	40	40	100	4000	4Kg
Harina de maíz	-	-	-	70	-	70	70	100	7000	7Kg
Arveja	-	-	-	-	20	20	20	100	2000	2Kg
Pan rallado	-	-	10	-	-	10	10	100	1000	1Kg
Azúcar	-	-	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg
Gelatina	150	-	-	-	-	150	150	100	15000	15L
Postre de vainilla	-	-	120	-	-	120	120	100	12000	12L
Aceite	10	10	10	10	10	50	50	100	5000	5L
Manteca	20	-	-	10	-	30	30	100	3000	3Kg
Aceituna	-	-	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg

→ **LISTA 11 A 15**

Insumo	Lista 11	Lista 12	Lista 13	Lista 14	Lista 15	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
leche fluida	-	20	-	-	-	20	20	100	2000	2L
Queso cremoso	-	-	40	-	30	70	70	100	7000	7Kg
Queso rallado	-	-	-	10	10	20	21,4	100	2140	2,14Kg
huevo	-	27	21	-	-	48	57,12	100	5712	5,712Kg
carne molida	-	-	-	100	-	100	113	100	11300	11,3Kg
Carne vacuna magra	100	-	-	-	-	100	113	100	11300	11,3Kg
pollo	-	180	-	-	100	280	644	100	64400	64,4Kg
Atún al natural	-	-	50	-	-	50	50	100	5000	5Kg
Acelga	-	-	180	-	-	180	298,8	100	29880	29,88Kg
morrón	5	-	-	10	5	20	25,4	100	2540	2,54Kg
tomate	60	-	80	60	65	265	291,5	100	29150	29,15Kg
cebolla	30	-	20	20	20	90	105,3	100	10530	10,53Kg
Zanahoria	60	40	30	90	25	245	276,85	100	27685	27,685Kg
Zapallo	70	-	-	-	120	190	315,4	100	31540	31,54Kg
Papa	-	160	-	-	-	160	212,8	100	21280	21,28Kg
Fruta	150	-	-	40	-	190	266	100	26600	26,6Kg
banana	-	-	-	-	40	40	59,6	100	5960	5,96Kg
manzana	-	-	-	-	40	40	48	100	4800	4,8Kg
naranja	-	-	-	-	40	40	61,6	100	6160	6,16Kg
Arroz	50	-	-	-	50	100	100	100	10000	10Kg
Fideos tallarín	-	-	-	70	-	70	70	100	7000	7Kg
lenteja	-	15	-	-	-	15	15	100	1500	2,5Kg
pan rallado	-	40	-	-	-	40	40	100	4000	4Kg
Tapa de tarta	-	-	75	-	-	75	75	100	7500	7,5Kg
Flan de vainilla con caramelo	-	-	120	-	-	120	120	100	12000	12L
gelatina	-	120	-	110	-	230	230	100	23000	23L
aceite	10	10	10	10	10	50	50	100	5000	5L
manteca	-	10	-	-	-	10	10	100	1000	1Kg
aceituna	-	-	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg

→ **LISTA 16 A 18**

Insumo	Lista 16	Lista 17	Lista 18	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Leche fluida	-	20	125	145	145	100	14500	14,5L
Queso cremoso	-	30	-	30	30	100	3000	3Kg
Huevo	-	20	21	41	48,79	100	4879	4,879Kg
Carne vacuna magra	-	-	180	180	203,4	100	20340	20,340Kg
Carne de ave	140	110	-	250	575	100	57500	57,5Kg
Morrón	5	5	10	20	25,4	100	2540	2,540Kg
Tomate	40	-	150	190	209	100	20900	20,9Kg
Cebolla	20	10	30	60	70,2	100	7020	7,020Kg
Chaucha	-	50	-	50	55,5	100	5550	5,550Kg
Remolacha	-	50	-	50	66,5	100	6650	6,650Kg
Zanahoria	30	-	-	30	33,9	100	3390	3,390Kg
Zapallo	50	-	-	50	83	100	8300	8,3Kg
Choclo	30	-	-	30	99,9	100	9990	9,990Kg
Papa	-	200	-	200	266	100	26600	26,6Kg
Fruta	-	120	-	120	168	100	16800	16,8Kg
Arroz	70	-	20	90	90	100	9000	9Kg
Maicena	-	-	6	6	6	100	600	600g
Azúcar	-	-	20	20	20	100	2000	2Kg
Gelatina con yogurt	120	-	-	120	120	100	12000	12L
Aceite	10	10	10	30	30	100	3000	3L
Manteca	-	10	-	10	10	100	1000	1Kg
Mayonesa	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg
Aceituna	-	-	10	10	10	100	1000	1Kg

PLANILLA DE AJUSTE: DISTRIBUCIÓN SEMANAL PARA 200 RACIONES

→ LISTA 1 A 5

Insumo	Lista 1	Lista 2	Lista 3	Lista 4	Lista 5	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Queso crema	-	-	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg
Queso cremoso	-	-	-	-	40	40	40	200	8000	8Kg
Queso rallado	10	-	10	-	-	20	21,4	200	4280	4,280Kg
Huevo	10	-	-	-	10	20	23,8	200	4760	4,760Kg
Carne vacuna magra	-	-	-	110	-	110	124,3	200	24860	24,860Kg
Carne molida magra	100	-	100	-	180	380	429,4	200	85880	85,880Kg
Carne de ave	-	160	-	-	-	160	368	200	73600	73,6Kg
Morrón	5	30	10	10	-	55	69,85	200	13970	13,970Kg
Tomate	50	70	50	50	30	250	275	200	55000	55Kg
Calabaza	-	80	-	-	-	80	132,8	200	26560	26,560Kg
Cebolla	30	30	25	20	10	115	134,55	200	26910	26,910Kg
Zanahoria	20	-	20	40	50	130	146,9	200	29380	29,380Kg
Zapallo	-	-	100	-	-	100	166	200	33200	33,2Kg
Papa	-	100	-	130	-	230	305,9	200	61180	61,180Kg
Fruta	150	-	150	-	-	300	420	200	84000	84Kg
Banana	-	50	-	-	-	50	74,5	200	14900	14,9Kg
Manzana	-	50	-	40	-	90	108	200	21600	21,6Kg
Naranja	-	50	-	-	-	50	77	200	15400	14,4Kg
Arroz	-	-	60	-	50	110	110	200	22000	22Kg
Fideo tallarín	70	-	-	-	-	70	70	200	14000	14Kg
Arveja	-	-	-	-	20	20	20	200	4000	4Kg
Lenteja	-	-	-	40	-	40	40	200	8000	8Kg
Pan rallado	40	-	-	-	-	40	40	200	8000	8Kg
Flan de vainilla con caramelo	-	-	-	-	120	120	120	200	24000	24L
Gelatina	-	-	-	100	-	100	100	200	20000	20L
Aceite	10	10	10	10	10	50	50	200	10000	10L
Mayonesa	-	-	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg

→ **LISTA 6 A 10**

Insumo	Lista 6	Lista 7	Lista 8	Lista 9	Lista 10	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Leche fluida	-	-	-	100	120	220	220	200	44000	44L
Queso rallado	10	-	-	10	-	20	21,4	200	4280	4,280Kg
Huevo	-	-	10	-	-	10	11,9	200	2380	2,380Kg
Carne molida	-	-	160	100	-	260	293,8	200	58760	58,760Kg
Carne de ave	100	150	-	-	180	430	989	200	197800	197,800Kg
Morrón	10	10	30	10	-	60	76,2	200	15240	15,240Kg
Repollo	60	-	-	-	-	60	82,2	200	16440	16,440Kg
Tomate	60	50	40	50	50	250	275	200	55000	55Kg
Zapallito	30	-	-	-	-	30	41,7	200	8340	8,340Kg
Cebolla	30	30	50	20	-	130	152,1	200	30420	30,420Kg
Cebollita de verdeo	-	5	-	-	-	5	12,2	200	2440	2,440Kg
Puerro	20	-	-	-	-	20	38,4	200	7680	7,680Kg
Zanahoria	30	30	-	20	90	170	192,1	200	38420	38,420Kg
Zapallo	-	70	-	-	-	70	116,2	200	23240	23,240Kg
Batata	-	-	100	-	-	100	142	200	28400	28,4Kg
Mandioca	-	-	100	-	-	100	155	200	31000	31Kg
Papa	-	130	-	-	80	210	279,3	200	55860	55,860Kg
Fruta	-	120	-	120	-	240	336	200	67200	67,2Kg
Arroz	-	-	-	-	25	25	25	200	5000	5Kg
Fideo tirabuzón	40	-	-	-	-	40	40	200	8000	8Kg
Harina de maíz	-	-	-	70	-	70	70	200	14000	14Kg
Arveja	-	-	-	-	20	20	20	200	4000	4Kg
Pan rallado	-	-	10	-	-	10	10	200	2000	2Kg
Azúcar	-	-	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg
Gelatina	150	-	-	-	-	150	150	200	30000	30L
Postre de vainilla	-	-	120	-	-	120	120	200	24000	24L
Aceite	10	10	10	10	10	50	50	200	10000	10L
Manteca	20	-	-	10	-	30	30	200	6000	6Kg
Aceituna	-	-	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg

→ **LISTA 11 A 15**

Insumo	Lista 11	Lista 12	Lista 13	Lista 14	Lista 15	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
leche fluida	-	20	-	-	-	20	20	200	4000	4L
Queso cremoso	-	-	40	-	30	70	70	200	14000	14Kg
Queso rallado	-	-	-	10	10	20	21,4	200	4280	4,280Kg
huevo	-	27	21	-	-	48	57,12	200	11424	11,424Kg
carne molida	-	-	-	100	-	100	113	200	22600	22,6Kg
Carne vacuna magra	100	-	-	-	-	100	113	200	22600	22,6Kg
pollo	-	180	-	-	100	280	644	200	128800	128,8Kg
Atún al natural	-	-	50	-	-	50	50	200	10000	10Kg
Acelga	-	-	180	-	-	180	298,8	200	59760	59,760Kg
morrón	5	-	-	10	5	20	25,4	200	5080	5,080Kg
tomate	60	-	80	60	65	265	291,5	200	58300	58,3Kg
cebolla	30	-	20	20	20	90	105,3	200	21060	21,060Kg
Zanahoria	60	40	30	90	25	245	276,85	200	55370	55,370Kg
Zapallo	70	-	-	-	120	190	315,4	200	63080	63,080Kg
Papa	-	160	-	-	-	160	212,8	200	42560	42,560Kg
Fruta	150	-	-	40	-	190	266	200	53200	53,2Kg
banana	-	-	-	-	40	40	59,6	200	11920	11,920Kg
manzana	-	-	-	-	40	40	48	200	9600	9,6Kg
naranja	-	-	-	-	40	40	61,6	200	12320	12,320Kg
Arroz	50	-	-	-	50	100	100	200	20000	20Kg
Fideos tallarín	-	-	-	70	-	70	70	200	14000	14Kg
lenteja	-	15	-	-	-	15	15	200	3000	3Kg
pan rallado	-	40	-	-	-	40	40	200	8000	8Kg
Tapa de tarta	-	-	75	-	-	75	75	200	15000	15Kg
Flan de vainilla con caramelo	-	-	120	-	-	120	120	200	24000	24L
gelatina	-	120	-	110	-	230	230	200	46000	46L
aceite	10	10	10	10	10	50	50	200	10000	10L
manteca	-	10	-	-	-	10	10	200	2000	2Kg
aceituna	-	-	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg

→ **LISTA 16 A 18**

Insumo	Lista 16	Lista 17	Lista 18	Subtotal PESO NETO g	Total semanal PESO BRUTO g	Ración	Total g	Unidad de compra
Leche fluida	-	20	125	145	145	200	29000	29L
Queso cremoso	-	30	-	30	30	200	6000	6Kg
Huevo	-	20	21	41	48,79	200	9758	9,758Kg
Carne vacuna magra	-	-	180	180	203,4	200	40680	20,680Kg
Carne de ave	140	110	-	250	575	200	115000	115Kg
Morrón	5	5	10	20	25,4	200	5080	5,080Kg
Tomate	40	-	150	190	209	200	41800	41,8Kg
Cebolla	20	10	30	60	70,2	200	14040	14,040Kg
Chaucha	-	50	-	50	55,5	200	11100	11,1Kg
Remolacha	-	50	-	50	66,5	200	13300	13,3Kg
Zanahoria	30	-	-	30	33,9	200	6780	6,780Kg
Zapallo	50	-	-	50	83	200	16600	16,6Kg
Choclo	30	-	-	30	99,9	200	19980	19,980Kg
Papa	-	200	-	200	266	200	53200	53,2Kg
Fruta	-	120	-	120	168	200	33600	33,6Kg
Arroz	70	-	20	90	90	200	18000	18Kg
Maicena	-	-	6	6	6	200	1200	1,2Kg
Azúcar	-	-	20	20	20	200	4000	4Kg
Gelatina con yogurt	120	-	-	120	120	200	24000	24L
Aceite	10	10	10	30	30	200	6000	6L
Manteca	-	10	-	10	10	200	2000	2Kg
Mayonesa	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg
Aceituna	-	-	10	10	10	200	2000	2Kg

PLANILLA DE ESPECIFICACIONES - TIPIFICACIÓN DE ALIMENTOS

INSUMO	CANTIDAD PARA 18 LISTAS DE 200 RACIONES EN KG	ESPECIFICACIÓN
Leche fluida	77L	Leche UAT parcialmente descremada preferentemente, con un tenor graso comprendido entre 1,5% a 2 %. Fraccionada en sachet plástico opaco a la luz o tetrabrik de 1 litro. Deberá consignar en forma visible la fecha de vencimiento. Tipo: Sancor, Milkaut, Ilolay, Tregar, Verónica, La Serenísima.
O su reemplazo por: Leche en polvo para reconstituir	8Kg para preparar 77L	Parcialmente descremada preferentemente, en polvo. Tipo: Svelty, Nido, Sancor, Nestlé, Ilolay.
Queso crema o untable	2Kg	Entero o descremado. De pasta blanda, con un tenor graso menor al 10%, en envase de plástico con tapa y termosellado. Se incorporará para ligar relleno de preparaciones, o condimentar las mismas. Tipo Casancrem, Mendicrim, Sancor, La Serenísima, Ilolay, La Paulina.
Queso cremoso	28Kg	De pasta semiblanda o blanda, tipo cremoso, cuartirolo, port salut, o similares, con fraccionamiento en hormas de hasta 5 kg. Con sal. Se incorporará dentro de las preparaciones o sobre las mismas para gratinar.
Queso rallado	12,840Kg	De pasta dura, tipo sardo, reggianito o parmesano rallado. Se utilizará para terminar preparaciones, como condimento final. Tipo: Sancor, Ilolay, La serenísima, Verónica.
Huevo	28322Kg = 18 maples (de 30 unidades c/u) + 27 unidades	De gallina, fresco de tamaño mediano, calidad extra o grado 1º, sin roturas, blancos o de color. Peso promedio de 50g. Se utilizará para ligar rellenos, agregar cocido a preparaciones, o para preparar postres.

Carne vacuna: magra	68,140Kg	Color brillante, claro y característico; con contenido graso menor a 10%. Cortes magros sin grasa visible: tipo paleta, cuadril, nalga, peceto, bola de lomo, palomita, entre otros.
Carne vacuna: molida	167,24Kg	Fresca, con un máximo del 5% de grasa. Picado fino y dentro de las 24 hs. de consumir.
Carne de ave	515,2Kg	Color característico; sin piel y sin grasa visible.
Pescado	10Kg	Fresco o envasado al agua o al natural, para incluir en preparaciones. *Se puede reemplazar por cualquier otro tipo de carne en el caso de no incluir en el menú sugerido.
Hortalizas A: Acelga	59,760Kg	Frescas, sana, limpia, sin raíz, en atados. Se incorporará en preparaciones como tartas. *Se puede reemplazar por espinaca o por cualquier otro vegetal apto para la preparación sugerida como ser zapallitos.
Morrón	39,37Kg	Verde, rojo o amarillo; piel lisa y suave, sana, tierna, de tamaño mediano, brillante y firme. Se utilizará para condimentar rellenos o preparaciones.
Repollo	16,44Kg	Sano, limpio, fresco, blanco o colorado. Se incorporará fresco en ensaladas o en preparaciones cocido.
Tomate	210,10Kg	Sano, limpio, tierno, maduro en su punto justo, rojo, redondo o peritas. Debe ser de consistencia firme, con la piel lisa y suave al tacto. Se incorporará en preparaciones, para preparar salsas, o para consumir fresco en ensaladas.
Zapallito	8,340Kg	Sano, limpio, verde, de tamaño mediano. Se incorporará en rellenos, o salteados. *Se puede reemplazar por acelga, espinaca o por cualquier otro vegetal apto para la preparación sugerida.
Hortalizas B: Cebolla	92,43Kg	Sana, fresca, de estación, blanca o colorada. Se utilizará como alimento condimento para la mayoría de las preparaciones cocidas.

Cebollita de verdeo	2,440Kg	Sana y fresca. Se utilizará para condimentar preparaciones como ensopados, guisos, salsas o tartas, rellenos, salteados.
Chaucha	11,1Kg	Sana, fresca, tipo manteca. Se incorporará cocida en ensalada o en preparaciones como salteados.
Puerro	7,690Kg	Sano, limpio, fresco. Se utilizará para condimentar preparaciones como ensopados, guisos, salsas o tartas, rellenos, salteados.
Remolacha	13,3Kg	Sana, limpia, fresca, libre de hojas. Se incorporará cocida o cruda rallada en ensalada.
Zanahoria	129,95Kg	Sana, limpia, fresca, libre de hojas. Se incorporará en la mayoría de las preparaciones como condimento o ingrediente principal en guisos, ensopados o en preparaciones simples como guarnición.
Calabaza Zapallo	26,560Kg 136,12	Calabaza limpia, sana y madura, o zapallo sano, limpio de peso no mayor a 4Kg, firme, con la piel no maltratada y de color característico. Se utilizará como ingrediente para salsas, ensopados o en preparaciones simples como guarnición.
Hortalizas C: Batata	28,4Kg	Limpia, sana, de tamaño mediano, sin tierra. Se incorporará cocida como variante de guarnición.
Choclo	19,980Kg	Choclo en granos, envasado en latas de buen estado, libre de golpes, o fresco, tierno, en su propia chala. Se incorporará como relleno de preparaciones. Envasado tipo: Arcor, La Campagnola, S&P, Inca.
Mandioca	31Kg	Fresca, sana, de tamaño parejo, con procedencia de acuerdo a la estación. Se utilizará como acompañamiento de preparaciones simples o como ingrediente en ensopados.
Papa	212,8Kg	Sana, limpia, sin brotes, tamaño parejo, con procedencia de acuerdo a la estación. Se utilizará tanto para guarniciones como purés, ensaladas o como ingrediente en ensopados.

Frutas	238Kg	De maduración adecuada, frescas, sin magullones. Preferentemente de estación. Tamaño aproximado de 170 a 210g.
Banana	26,82Kg	Madura, fresca, tamaño mediano 200g. Tiene que estar listo para consumirse dentro de la próximas 5 listas.
Manzana	31,2Kg	Sana, fresca, limpia, madura, peso promedio por unidad 150g. De piel firme, lisa y brillante, sin magulladuras, de aroma dulce.
Naranja	26,72Kg	Fresca, sana, limpia, tamaño mediano, de 130 a 150g por unidad, firme, lisa, compacta, libre de hongos. En buen estado de conservación.
Cereales: Arroz	65Kg	Granos enteros, con apariencia ovalada. De color blanco, libre de gluten y materiales extraños. Tipo largo ancho (doble carolina). Envasado en buenas condiciones, bolsas bien cerradas, libres de roturas. Tipo: Gallo, Amanda, Lucchetti, Dos hermanos.
Fideo	36Kg	Secos, de color y forma característicos; elaborados a base de huevo; en envases cerrados correctamente. Pueden ser tipo guiseros (caracol, moño, mostachol, rayado, tirabuzón), tallarín o spaguetti. Tipo: Matarazzo, Lucchetti, Favorita, Canale, Knorr.
Harina de maíz	14Kg	Para preparar polenta o de cocción rápida para preparar polenta, en envase cerrado correctamente, libre de roturas.
Maicena	1,2Kg	En envase cerrado correctamente, libre de roturas. Se incorporará para la preparación de postres, o puede ser variante para preparar salsas blancas para acompañar cereales o para rellenos con zapallitos o acelga.
Arveja	8KG	Granos de tamaño y color uniforme. En condiciones adecuadas de conservación, secas en envases cerrados libres de roturas, o en latas en buenas condiciones, libres de golpes. Secas tipo: Instituto, Gentleman, Sustento, Marolio, Garrison. Frescas tipo: Arcor, La Campagnola, Inca, Inalpa, Marolio.

Lentejas	11Kg	<p>Granos de tamaño y color uniforme.</p> <p>En condiciones adecuadas de conservación, Secas en envases cerrados libres de roturas, o en latas en buenas condiciones, libres de golpes.</p> <p>Secas tipo: Instituto, Gentleman, Sustento, Marolio Garrison.</p> <p>Frescas tipo: Arcor, La Campagnola, Inalpa, Molto.</p>
Pan	180Kg	Tipo felipe, mignón, con o sin salvado de trigo, de peso aproximado por unidad 50g. Con sal.
Pan rallado	18Kg	<p>De pan francés desecado, sin sustancias extrañas, en condiciones adecuadas de conservación.</p> <p>Se utilizará para realizar rebozados y para ligar preparaciones como albóndigas, hamburguesas, o rellenos.</p>
Tapa de tarta	15Kg	<p>En envase cerrado.</p> <p>Se incorporará para realizar tartas rellenas de vegetales, como el menú sugerido o con cualquier otro relleno apto.</p>
Azúcar	6Kg	<p>Azúcar blanco común, tipo A.</p> <p>Se utilizará únicamente para la preparación de postres.</p> <p>Tipo: AG, Ledesma, Chango.</p>
Flan de vainilla con caramelo Postre de vainilla	48L 24L	<p>En polvo, de vainilla o sabor variado según la elección de la institución (chocolate, dulce de leche).</p> <p>En envases aptos bromatológicamente, en cajas libres de roturas y en buen estado de conservación.</p> <p>Se utilizará para brindar mayor variación a los postres, pueden ser realizados con receta casera o polvos listos para preparar con la adición de leche únicamente.</p> <p>Tipo: Exquisita, Godet, Royal.</p>
Gelatina	120L	<p>En polvo, con distintos sabores a fruta, con azúcar o edulcorante no calórico (opcional como producto dietético).</p> <p>En envase sin golpes ni roturas.</p> <p>Se utilizará para brindar mayor variación a los postres, se preparará sola, o tipo áspic con trozos de frutas crudas o cocidas, o con yogurt en reemplazo de la cantidad de agua fría utilizada para elaborar.</p> <p>Tipo: Exquisita, Godet, Royal.</p>

Aceite	36L	<p>Genuino, de una sola semilla, maíz, girasol, oliva, canola, deberá ser puro, no mezcla.</p> <p>En envase de vidrio, lata o plástico, en correcto estado y tapa sellada, en correcto estado de conservación.</p> <p>De color claro traslucido, olor neutro, viscosidad característica.</p> <p>Tipo: Arcor, Cocinero, Natura, Girasol.</p>
Manteca	10Kg	<p>Con un tenor graso mínimo del 82%, con envoltorio de papel impermeable opaco o transparente, o en envases de plástico cerrados.</p> <p>De color, consistencia, aroma y sabor característicos; conservada en temperatura adecuada sin haber perdido la cadena de frío.</p> <p>Se utilizará para incorporar como materia grasa en preparaciones.</p> <p>Tipo: Sancor, La Serenísima, La Paulina, Tonadita, Ilolay.</p>
Mayonesa	4Kg	<p>De olor y color característico, sabor suave y de consistencia cremosa.</p> <p>Se utilizará para incorporar en ensaladas frías de arroz, o papa.</p> <p>Tipo: Natura, Hellmanns, Rik, Fanacoa, Fiesta, Dánica, Cada día.</p>
Aceitunas	6Kg	<p>Verdes, en salmuera, de color y forma característicos. Conservados en envase con correcto estado.</p> <p>Se utilizará para incorporar en ensaladas o rellenos.</p>
Vinagre	-	<p>De alcohol o vino, envasado adecuadamente.</p> <p>Se utilizará para condimentar ensaladas.</p> <p>Tipo: Dos anclas, Menoyo.</p>
Laurel	-	<p>Hojas verdes. Secas. Tipo: alicante.</p> <p>Se utilizará para condimentar salsas o ensopados.</p>
Orégano	-	<p>Deshidratado, hojas sanas, limpias y secas, en envase herméticamente cerrado. En buenas condiciones de humedad. De color y olor característico.</p> <p>Se utilizará para condimentar salsas o ensopados.</p> <p>Tipo: Alicante, Dos Anclas.</p>

Pimienta	-	Negra, en polvo. Condiciones de humedad y conservación adecuadas. Cerrado herméticamente. Se utilizará para condimentar salsas o ensopados. Tipo: Alicante, Dos Anclas.
Sal	-	De mesa, yodada, corrediza, en envases cerrados correctamente, conservados en lugares secos para conservar la humedad característica. De color y textura característica. Se utilizará en cantidades adecuadas para condimentar. Tipo: Celusal, Dos Anclas.
Perejil	-	Sano, fresco, limpio, color uniforme característico. Se utilizará para condimentar preparaciones
Ajo	-	De 1º calidad, sano, bulbos blancos o colorados, de peso aproximado por cabeza de 40 a 60g. En condiciones adecuadas de conservación y maduración para el consumo.
Nuez moscada, canela, esencia de vainilla.	-	Presentadas en condiciones de conservación adecuadas. Se utilizaran como variantes para saborizar purés con la nuez moscada o postres con canela o esencia de vainilla.

Fecha de entrega: 27 de Marzo, 2020

Lic. en Nutrición Daniela Esquivel
Matrícula Pública Provincial N° 118

Posadas – Misiones