



REPUBLICA DOMINICANA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN
INSTITUTO NACIONAL DE BIENESTAR ESTUDIANTIL

DIRECCIÓN DE FORMULACIÓN Y EVALUACIÓN NUTRICIONAL
DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN

ESPECIFICACIONES DE MENÚ AÑO ESCOLAR 2024-2025
MENÚ CÍCLICO PAE - JORNADA ESCOLAR EXTENDIDA
ALMUERZO

AÑO ESCOLAR: 2024-2025 CÓDIGO DE MODALIDAD: PAE-JEE CÓDIGO DE ORDEN: 000 VIGENTE DESDE: agosto 2024

SEMANA I

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
Arroz con vegetales / Muslo de pollo guisado / Ensalada de tomate. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Albóndiga de sardina en salsa de tomate fresca / Lentejas guisadas / Ensalada de repollo sudado y maíz. (ver receta)	Sancocho de guandules con filete de cerdo / Arroz blanco / Ensalada de aguacate (en tiempo de temporada). Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Pastelón de plátano maduro con queso / Fajitas de pollo con pimientos / Ensalada de pepino. (ver receta)	Arroz blanco / Habichuelas rojas guisadas / Huevos con vegetales al horno / Ensalada de zanahoria y repollo sudado. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)

SEMANA II

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
Moro de guandules / Bacalao con ajíes, tomate y cebolla / Ensalada de tomate y maíz. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Habichuelas rojas guisadas / Huevos con vegetales al horno / Ensalada de vainita. (ver receta)	Pastelón de yuca / Muslo de pollo horneado / Ensalada de pepino. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Arvejas guisadas / Carne de cerdo guisada / Ensalada de tomate y zanahoria. (ver receta)	Sancocho criollo de pollo / Arroz blanco / Ensalada de aguacate (en tiempo de temporada). Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)

SEMANA III

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
Pastas alimenticias con tuna / Ensalada de tomate y pepino. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Moro de habichuelas negras / Fajitas de pollo con pimientos / Ensalada de zanahoria y repollo sudado. (ver receta)	Mangu de plátano verde / Masa de res con cebolla y pimientos / Ensalada de tomate y vainitas. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Habichuelas rojas guisadas / Huevos con vegetales al horno / Ensalada de tomate. (ver receta)	Sancocho de habichuelas con muslo de pollo / Arroz blanco / Ensalada de aguacate (en tiempo de temporada). Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)

SEMANA IV

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
Arroz con zanahoria y maíz / Fajitas de pollo con pimientos / Ensalada de brócoli. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Lentejas guisadas / Huevos con vegetales al horno / Ensalada de zanahoria y vainitas. (ver receta)	Puré de papa / Muslo de pollo guisado / Ensalada de tomate y maíz. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz blanco / Sardina guisada / Habichuelas rojas guisadas / Ensalada de lechuga y tomate. (ver receta)	Sancocho criollo con masa de cerdo / Arroz blanco / Ensalada de aguacate (en tiempo de temporada). Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)

SEMANA V

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
Arroz blanco / Huevos con vegetales al horno / Habichuelas rojas guisadas / Ensalada de vainitas y tomates. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Pastas alimenticias con albóndigas de res en salsa de tomate fresca / Ensalada de zanahoria y maíz. (ver receta)	Sancocho de habichuelas con muslo de pollo / Arroz blanco / Ensalada de aguacate (en tiempo de temporada). Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)	Arroz con maíz / Sardina guisada / Ensalada de pepino y tomate. (ver receta)	Moro de habichuelas negras / Fajitas de pollo con pimientos / Ensalada de zanahoria y repollo sudado. Postre: 1 Guineo maduro mediano. (ver recetas)

Ver notas referentes a este menú, detrás.

NOTAS

- 1) Los huevos pueden hacerse tipo ensalada o revueitos, de acuerdo a como sean mejor aceptados
- 2) En las Regionales 08, 09, 11 y 13 pueden intercambiar el Sancocho Criollo de Pollo por Asopao de Pollo
- 3) En las Regionales 04, 05 y 12 pueden consumir domplines en lugar de pastas alimenticias.
- 4) Las pastas alimenticias pueden ser sustituidas por domplines o bollos de harina de maiz, de acuerdo a como sean mejor aceptados en el Centro Educativo
- 5) Las preparaciones que contengan sardina, pueden ser intercambiadas por el locro de sardina, conservando sus acompañantes (leguminosas guisadas y las ensaladas), si corresponde
- 6) El bacalao debe ser entregado con los vegetales especificados en el menú, no se permite entregar con repollo, papa y/o zanahoria. El bacalao puede ser sustituido por tuna.
- 7) Los muslos de pollo pueden ser sustituidos por pechuga de pollo, no más de dos veces al mes. La cocción al caldero puede ser sustituida por guisada o al horno
- 8) El puré de papa se puede sustituir por puré de yuca o yautía.
- 9) El pastelón de papa se puede cambiar por pastelón de yuca o plátano maduro
- 10) El guineo maduro será ofrecido entero, sin picar y en su cáscara
- 11) La mandarina se ofrecerá en sustitución del guineo maduro, cuando esté de temporada, sin picar y en su cáscara
- 12) La preparación de los platos del menú deben ser según lo establecido en el recetario
- 13) El INABIE puede introducir nuevas recetas y combinaciones de platos sin alterar la estructura de costos del presente menú cíclico
- 14) En caso de presentar alguna eventualidad, favor notificar al correo nutricion@inabie.gob.do

