



## PROGRAMA PROVINCIAL DE NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN ESCOLAR “NUTRIENDO CHUBUT “

El Programa posee entre sus objetivos **optimizar** la calidad de los servicios alimentarios que brindan las escuelas, **respetando** las diversas realidades culturales y sociales de la extensa provincia permitiendo la inclusión, la igualdad para todos y **promover** el retorno de los niños /as, a la mesa familiar, recuperando el valor del espacio para la comunicación y el fortalecimiento de vínculos.

Para optimizar el servicio alimentario los Equipos Técnicos Regionales realizan **Asistencia Técnica en terreno, asesorando , orientando , monitoreando y evaluando** la organización y el funcionamiento de los servicios de alimentación escolar : nutrición y alimentación; promoción de hábitos saludables; manipulación de alimentos, circuito bromatológico; relación: matrícula, menú; compras ; asesoramiento donde asistan niños con patologías alimentarias (celiaquía, diabetes, sobrepeso , obesidad, entre otras), etc.

**MENÚ:** Cada escuela planifica un menú propio **ADAPTADO A LA ACCESIBILIDAD Y DISPONIBILIDAD DE LOS ALIMENTOS EN LA REGIÓN**, se asesora para garantizar los adecuados aportes de nutrientes.

### RESPONSABILIDADES PARA BRINDAR EL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR: DESAYUNO Y/O ALMUERZO Y/O MERIENDA Y/O CENA

**El Directivo es el único responsable** de la organización, ejecución y supervisión del funcionamiento del Servicio de Alimentación Escolar. No deben intervenir en las decisiones del mismo: las cooperadoras escolares, comisiones de padres, padres, ni personas ajenas a la institución.

La transferencia de los fondos correspondientes, **es exclusivamente** para la compra de alimentos y consumo en el Servicio de Alimentación Escolar (desayuno y/o almuerzo y/o merienda y/o cena); de lunes a viernes, a excepción de las residencias escolares y casas estudiantiles; **únicamente en período escolar.**

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar “Nutriendo Chubut”

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 /44 Int 209

nutricionescolar@yahoo.com.ar /educacionchubut @educacionchubut > chubut.edu.ar



**No se reconocerá el uso de estos fondos para otras finalidades, por ejemplo:**

- Compra de alimentos elaborados en rotisería para personal docente y/o personal auxiliar.
- Compra de alimentos para el kiosco y/o cantina y/o buffet de la escuela o proyectos escolares con talleres con elaboración y producción de alimentos.
- Compra de alimentos para reuniones en la escuela con integrantes de la comunidad educativa, jornada docentes, capacitación, concursos, olimpiadas, actividades extracurriculares, muestras escolares, celebraciones.
- Compra de alimentos que **no estén mencionados en el único listado de alimentos saludables para la elaboración del servicio de alimentación escolar.**
- Combustible / flete o cualquier gasto que implique el traslado de alimentos desde el proveedor hasta el establecimiento escolar.
- Compra de menaje y/o equipamiento para el servicio de alimentación escolar.
- Compra de indumentaria destinada al personal auxiliar de cocina.
- Compra de mantelería (repasadores, servilletas y otras).
- Compra de elementos de limpieza.

Si la escuela tuviera **kiosco y/o cantina y/o buffet**, deberá funcionar acorde a lo normado en la **Resolución N°: 23 / 12**, marco legal elaborado por este Programa.

Los **únicos responsables del funcionamiento adecuado son los directivos** de las instituciones educativas involucradas, encontrándose facultados para verificar el cumplimiento de la normativa mencionada.



## UNICO LISTADO DE ALIMENTOS SALUDABLES PARA LA ELABORACIÓN DEL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Todos los alimentos adquiridos por la escuela y utilizados en el servicio de alimentación escolar, deben provenir de **establecimientos habilitados** por un organismo competente.

Las prestaciones alimentarias se **elaboran y consumen dentro del establecimiento escolar**; no se autoriza la elaboración y entrega de viandas (almuerzo y/o cena) por seguridad higiénica sanitaria.

Considerando la normas contables (**Capítulo 1- Partida Parcial 2- Alimentos: Bebidas y productos alimenticios manufacturados o no**), respetar el listado que a continuación se detalla:

### Cereales, legumbres y sus derivados:

- Arroz blanco, arroz integral, avena, maíz blanco, sémola, trigo, trigo burgol.
- Copos (hojuelas de maíz sin azúcar), aros de avena, granola.
- Maíz, arroz y trigo inflados.
- Pan blanco, pan rallado, pancitos de leche.
- Tapitas de maicena para preparar alfajor, vainillas, magdalenas, galletas dulces de vainilla o leche, sin relleno ni cobertura (tipo Mana livianas, Okebon u otras similares).
- Barrita de cereal (sin agregado de chocolate).
- Harina de trigo común, harina leudante, harina integral, almidón de maíz (maicena).
- Harina de maíz (polenta).
- Masa para empanadas, masa para tarta, pre pizza, pre-mezcla para pizza.
- **Fideos secos:** Tallarines, tirabuzón, coditos, mostacholes, moños, soperos.
- **Pastas frescas:** Capelettis, fideos, ñoquis, raviolos, sorrentinos.
- Pre-mezcla para ñoquis.
- **Legumbres frescas:** Arvejas, habas.
- **Legumbres secas o en lata:** Arvejas, garbanzos, porotos, lentejas.

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar "Nutriendo Chubut"

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 / 44 Int 209

[nutricionescolar@yahoo.com.ar](mailto:nutricionescolar@yahoo.com.ar) [/educacionchubut](https://www.facebook.com/educacionchubut) [@educacionchubut](https://twitter.com/educacionchubut) > [chubut.edu.ar](http://chubut.edu.ar)



### Manufacturas:

- Pan casero, tortilla al rescoldo, alfajor de maicena, alfajor de fruta, baybiscuit, bizcochuelo, tarta de manzana, tarta de pera, pastafrola , tarta de ricota.
- Postres a base de leche, flan, arroz con leche.
- Polvo para preparar: Flan, postres, gelatina, bizcochuelo.

### Verduras:

- **Frescas:** Acelga, alcaucil, achicoria, ají, ajo, apio, batata, berenjena, berro, brócoli, brote de soja, calabaza, cebolla, cebolla de verdeo, champiñones, chauchas, choclo, coliflor, espinaca, espárrago, hinojo, lechuga, morrón, pepino, rabanito, remolacha, repollo colorado, repollo blanco, repollo de brusela , rúcula, tomate, papas, palta, puerro, zanahoria, zapallito verde , zapallo, zucchini.
- **En lata:** Acelga, choclo, tomate, salsa de tomate, palmitos, remolacha.
- **Verdura congelada:** Choclo, acelga, remolacha, chauchas (para utilizar cuando no hay disponibilidad de verdura fresca).

### Frutas:

- Ananá, banana, cereza, ciruela, damasco, durazno, frambuesa, frutilla, higo, kiwi, manzana, naranja, mandarina, melón, limón, sandía, pera, pelón, pomelo, quinoto, uva.
- **Frutas en lata:** Durazno, pera, ananá, ensalada de fruta.
- **Frutas secas:** Nueces, almendras, maní, avellanas (sin el agregado de sal).
- **Frutas desecadas:** Pasas de uva, ciruelas, peras, durazno, damasco.

### Leche, yogur y quesos:

- Leche entera líquida, leche entera en polvo.
- Leche descremada líquida, leche descremada en polvo.

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar "Nutriendo Chubut"

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 /44 Int 209

nutricionescolar@yahoo.com.ar /educacionchubut @educacionchubut > chubut.edu.ar



- Yogur entero firme, yogur entero bebible.
- Queso cremoso, queso en barra, queso para rallar o rallado, mozzarella, queso blanco untable (no saborizado), ricota.

#### **Carnes y huevos:**

- Carne de vaca: Cuadrada, paleta, nalga, cuadril, aguja, falda palomita, picada.
- Carne de cordero, carne de capón.
- Pollo.
- Huevo.
- Mondongo.
- Pescado fresco: Filete.
- Pescado en lata: Atún, caballa, jurel, en agua o en aceite, preferentemente en agua.
- Pescado congelado (Para utilizar cuando no hay disponibilidad de pescado fresco).
- Milanesa preparada de carne y / o pollo y /o pescado (frescas)

**Aceites y grasas:** Aceite de maíz, de girasol, manteca.

#### **Azúcar y dulces:**

- Azúcar.
- Dulce de leche, dulce compacto de membrillo, dulce compacto de batata, mermelada, dulce, jalea, miel proveniente de establecimientos habilitados, debidamente rotulada (No se debe servir a menores de 1 año).

**Infusiones:** Té en saquitos o hebras, mate cocido en saquitos, yerba, malta, cascarillas.

**Saborizantes en polvo:** De chocolate (cacao), vainilla, frutilla.

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar "Nutriendo Chubut"

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 /44 Int 209

[nutricionescolar@yahoo.com.ar](mailto:nutricionescolar@yahoo.com.ar) [/educacionchubut](https://www.facebook.com/educacionchubut) [@educacionchubut](https://twitter.com/educacionchubut) > [chubut.edu.ar](http://chubut.edu.ar)



### Condimentos:

- Ajo deshidratado, ají molido, azafrán, caldo de vegetales, caldo de carne, caldo de gallina, canela, comino, clavo de olor, esencia de vainilla, jugo de limón, laurel, orégano, tomillo, perejil, pimentón, pimienta, sal fina, sal gruesa, vinagre.

**Bebidas:** Agua segura, potable.

**Leudantes:** Levadura fresca o seca, polvo para hornear.

**Otros:** Coco rallado, aceitunas, semillas de girasol, lino, sésamo o chía.

## ALIMENTOS RECOMENDADOS PARA FESTEJOS Y FIESTAS PATRIAS

**Ofrecer alimentos saludables** también en celebraciones, conmemoraciones patrias u otros eventos.

**Se pueden incluir, únicamente para estas ocasiones especiales,** los siguientes alimentos:

- Tortas fritas, preferentemente elaboradas en el establecimiento escolar.
- Pastelitos de membrillo o batata; los mismos se pueden estar cocidos al horno.
- Cereales de colores o de chocolate.
- Torta rellena con dulce de leche o mermeladas. Facturas.

## ALIMENTOS RECOMENDADOS PARA ALUMNOS CON PATOLOGÍAS ALIMENTARIAS

En los casos de alumnos con patologías que requieran adaptaciones alimentarias, **celíacos, diabéticos, con sobrepeso, obesidad, intolerancia a la lactosa u otra patología que demande alimentos específicos**, el certificado médico del alumno avalará la compra de los mismos.

El certificado del médico o nutricionista particular debe incluir un listado de los alimentos que puede consumir el alumno, de esa forma la escuela va a poder adquirir los alimentos apropiados.

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar "Nutriendo Chubut"

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 /44 Int 209

[nutricionescolar@yahoo.com.ar](mailto:nutricionescolar@yahoo.com.ar) [/educacionchubut](https://www.facebook.com/educacionchubut) [@educacionchubut](https://twitter.com/educacionchubut) > [chubut.edu.ar](http://chubut.edu.ar)



Igualmente, se mantienen los criterios de alimentación saludable recomendados para todos los alumnos, es decir, alimentos con bajo aporte de grasas, sodio y azúcar.

#### **Alimentos para alumnos celíacos:**

Los alimentos que se adquieran deben tener el sello “SIN TACC” (el alimento no contiene **trigo, avena, cebada y centeno**) Además se pueden comprar alimentos específicos como:

- Galletas de arroz sin TACC. (Tipo Cerealitas, Gallo o similares), copos de maíz sin TACC.
- Galletitas de vainilla sin TACC, sin relleno ni cobertura. (Tipo Santa María o similares).
- Scones sin TACC. Baybiscuit sin TACC; alfajor de maicena sin TACC.
- Barra de cereal sin TACC.

#### **Otros alimentos especiales:**

- Leche baja en lactosa líquida o en polvo. Leche descremada. Yogur descremado.
- Edulcorante.
- Galletitas sin sal, pan sin sal.
- Dulce o mermelada light.
- Fórmulas lácteas infantiles (Jardines Maternales).

### **ALIMENTOS DONADOS**

Los alimentos donados deben provenir de comercios o entidades habilitadas para la elaboración o distribución de alimentos. En el caso de la carne, tiene que tener el correspondiente sello de SENASA, o ser faenada en un matadero municipal o provincial habilitado, con su correspondiente certificado de aptitud para consumo humano. Los alimentos recibidos se deben enmarcar en el listado de alimentos del Programa.

Las donaciones de alimentos deben estar correctamente registradas en la escuela en el **Libro de entrada y salida de alimentos**, detallando producto, origen, cantidad, fechas de vencimiento y/o elaboración, etc.



## ALIMENTOS RECOMENDADOS PARA EXCURSIONES O SALIDAS EDUCATIVAS

Cuando se realizan salidas y es necesario llevar alimentos, los mismos deben ser alimentos saludables para poder ofrecerlos a los alumnos. **Se deben trasladar y conservar en frío hasta el momento de ser consumidos y con las medidas higiénicas necesarias.**

### Sugerencias para salidas de un día, sin disponibilidad de cocina:

#### Desayuno o merienda:

- Leche chocolatada, (envase Tetrabrik), leche saborizada con jugo de fruta (envase Tetrabrik).
- Barritas de cereal, barritas de arroz inflado, Magdalenas, alfajor de maicena, turrón de maní.
- Fruta fresca.

#### Sugerencias para almuerzo:

- Sándwich con pan blanco, o integral, o de molde, o pan árabe, untados con queso blanco o mezcla queso blanco con mayonesa light, rellenos con: pollo o carne o atún o milanesa de ternera o milanesa de pollo y vegetales: tomate, lechuga, zanahoria, choclo. Con el agregado de queso en barra o huevo.
- Pizzeta individuales o pizza cortada en porciones. Tarteletas de verdura.
- Fruta fresca.





## ALIMENTOS NO PERMITIDOS PARA EL CONSUMO EN EL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR

Los malos hábitos alimentarios, como una dieta elevada en grasas, sodio, hidratos de carbono simples, baja en frutas y verduras y consecuentemente en fibras, sumando el sedentarismo, **produce en niños y adolescentes enfermedades crónicas no trasmisibles como exceso de colesterol, triglicéridos elevados, hipertensión arterial, diabetes y otras, que son el resultado del sobrepeso y obesidad.**

### No está permitida la compra de los siguientes alimentos:

- Fiambres y embutidos. Chorizo, morcilla, panceta, chorizos colorado, salchichas.
- Hamburguesas industriales. Paté, picadillos.
- Productos de copetín (papas fritas, chizitos, snacks, etc.).
- Café, jugos artificiales, gaseosos.
- Galletitas fritas u horneadas con alto contenido de sal. (Tipo club social, saladix, o similares).
- Golosinas.
- Kétchup, mayonesa, mostaza.

Subsecretaría de Recursos, Apoyos y Servicios Auxiliares  
Programa Provincial de Nutrición y Alimentación Escolar "Nutriendo Chubut"

Av. 9 de Julio N° 24 | Rawson, Chubut | 0280 4482341 /44 Int 209

[nutricionescolar@yahoo.com.ar](mailto:nutricionescolar@yahoo.com.ar) [/educacionchubut](https://www.facebook.com/educacionchubut) [@educacionchubut](https://twitter.com/educacionchubut) > [chubut.edu.ar](http://chubut.edu.ar)