**ANEXOS**

1. **Anexo No. 1 – Declaración de Responsable**
2. **Anexo No. 2 – Experiencia específica del proveedor**
3. **Anexo No. 3 – Menús sugeridos**
4. **Anexo No. 4 – Formulario de Propuesta**
5. **Anexo No. 5 – Propuesta de Precios**
6. **Anexo No. 6 – Lista de menús y opciones sugeridas**

**ANEXO No. 1**

**Declaración de Responsable (OEI)**

**DECLARACIÓN RESPONSABLE SOBRE LOS CRITERIOS DE EXCLUSIÓN Y CRITERIOS DE SELECCIÓN**

[El] [La] abajo firmante [*nombre de la persona que firma*] en representación

|  |  |
| --- | --- |
| (*solo para las personas físicas*) en representación propia | (*solo para las personas jurídicas*) en representación de la persona jurídica siguiente: |
| Número de pasaporte o de documento de identidad:  («la persona») | Nombre oficial completo:  Forma jurídica oficial:  Datos registrales**:**  Dirección oficial completa:  Número de registro del RUC:  («la persona») |

**I. SITUACIÓN DE EXCLUSIÓN RELATIVAS A LA PERSONA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| 1. **Declara que la persona antes mencionada se encuentra en una de las situaciones siguientes:** | SÍ | NO |
| 1. ha quebrado, o está sometida a un procedimiento de insolvencia o liquidación, sus activos están siendo administrados por un liquidador o por un tribunal, se halla en concurso de acreedores, sus actividades empresariales han sido suspendidas o se encuentra en cualquier situación análoga, resultante de un procedimiento de la misma naturaleza en virtud de disposiciones legales o reglamentarias nacionales; |  |  |
| 1. se ha establecido mediante sentencia firme o decisión administrativa definitiva que la persona ha incumplido sus obligaciones en lo referente al pago[[1]](#footnote-1) de impuestos o cotizaciones a la seguridad social, de conformidad con el Derecho aplicable; |  |  |
| 1. se ha establecido mediante sentencia firme o decisión administrativa definitiva que la persona es culpable de falta de ética profesional grave por haber infringido la legislación o la reglamentación aplicable o las normas deontológicas de la profesión a la que pertenece, o por cualquier conducta ilícita que afecte significativamente a su credibilidad profesional, cuando dicha conducta denote un propósito doloso o negligencia grave, con inclusión de cualquiera de las conductas siguientes: |  | |
| 1. i) tergiversar de forma fraudulenta o por negligencia la información exigida para verificar la inexistencia de motivos de exclusión o para el cumplimiento de los criterios de selección o para la ejecución de un contrato o acuerdo; |  |  |
| 1. ii) celebrar con otras personas un acuerdo con el fin de falsear la competencia; |  |  |
| 1. iii) vulnerar los derechos de propiedad intelectual; |  |  |
| 1. iv) intentar influir en el proceso de toma de decisiones del Órgano de Contratación durante el procedimiento de contratación; |  |  |
| 1. v) intentar obtener información confidencial que pueda conferirle ventajas indebidas en el procedimiento de adjudicación***;*** |  |  |
| 1. se ha establecido mediante sentencia firme que es culpable de cualquiera de los actos siguientes: |  |  |
| 1. i) fraude; |  |  |
| 1. ii) corrupción; |  |  |
| 1. iii) conductas relacionadas con una organización delictiva; |  |  |
| 1. iv) blanqueo de capitales o financiación del terrorismo; |  |  |
| 1. v) delitos de terrorismo o delitos ligados a actividades terroristas; |  |  |
| 1. vi) trabajo infantil u otras infracciones relacionadas con la trata de seres humanos; |  |  |
| 1. se ha establecido mediante sentencia firme o decisión administrativa definitiva que la persona o entidad ha creado una entidad en otro territorio con la intención de eludir obligaciones fiscales, sociales o cualesquiera otras obligaciones jurídicas de obligado cumplimiento en el lugar de su domicilio social, administración central o centro de actividad principal. |  |  |
| 1. se ha establecido mediante sentencia firme o decisión administrativa definitiva que la entidad ha sido creada con la finalidad prevista en la letra e). |  |  |

**II – SITUACIONES DE EXCLUSIÓN RELATIVAS A LAS PERSONAS FÍSICAS O JURÍDICAS CON PODERES DE REPRESENTACIÓN, DE DECISIÓN O DE CONTROL EN RELACIÓN CON LA PERSONA JURÍDICA Y LOS TITULARES REALES**

***No aplicable a las personas físicas, los Estados miembros y las autoridades locales***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. El abajo firmante declara que una persona física o jurídica que es miembro del órgano de administración, de dirección o de control de la persona jurídica citada, o que tiene poderes de representación, de decisión o de control en relación con dicha persona jurídica (a saber, los directores de empresas, los miembros de los órganos de dirección o de supervisión y las personas físicas o jurídicas que posean la mayoría de las acciones) o un titular real de la persona jurídica se encuentra en una de las situaciones siguientes: | SÍ | NO | N.A. |
| Situación contemplada en la letra c) *supra* (falta profesional grave) |  |  |  |
| Situación contemplada en la letra d) *supra* (fraude, corrupción u otras infracciones penales) |  |  |  |
| Situación contemplada en la letra e) *supra* (creación de una entidad con la intención de eludir obligaciones legales) |  |  |  |
| Situación contemplada en la letra f) *supra* (persona creada con la intención de eludir obligaciones legales) |  |  |  |

**III – SITUACIONES DE EXCLUSIÓN RELATIVAS A LAS PERSONAS FÍSICAS O JURÍDICAS QUE ASUMEN UNA RESPONSABILIDAD ILIMITADA POR LAS DEUDAS DE LA PERSONA JURÍDICA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. declara que una persona física o jurídica que asume una responsabilidad ilimitada por las deudas de la persona jurídica antes indicada se encuentra en una de las situaciones siguientes. ***En caso afirmativo, indique en el anexo de esta declaración el/los nombre(s) de las personas interesadas con una breve explicación.*]**: | SÍ | NO | N.A. |
| Situación contemplada en la letra a) *supra* (quiebra) |  |  |  |
| Situación contemplada en la letra b) *supra* (incumplimiento en lo referente al pago de impuestos o cotizaciones a la seguridad social) |  |  |  |

**pruebas documentales PARA LA ADJUDICACIÓN PREVIA SOLICITUD-**

Previa solicitud y en el plazo fijado por el Órgano de Contratación, la persona deberá presentar las siguientes pruebas relativas a las personas físicas o jurídicas:

Para las situaciones descritas en las letras a), c), d), e) y f), se acreditará mediante un certificado de Información de Antecedentes Penales Personales (o Récord Policivo, artículo 17 de la Ley No. 69 de 27 de diciembre de 2007)  (para el caso de las personas naturales), válido y vigente de acuerdo a la normativa nacional o, en su defecto, oficio o documento equivalente expedido recientemente por una autoridad judicial o administrativa del país de establecimiento de la persona, que acredite que se cumplen dichos requisitos. Respecto a las personas jurídicas establecidas en la República de Panamá, el órgano de contratación verificará que no se encuentran incapacitados para contratar con las entidades estatales mediante el portal de registro de empresas inhabilitadas del Gobierno de Panamá:

(<https://www.panamacompra.gob.pa/portal/EmpresasInhabilitadas.aspx>).

Respecto a las personas naturales y jurídicas no establecidas en la República de Panamá, un certificado reciente de antecedentes penales o, en su defecto, un documento equivalente expedido recientemente por una autoridad judicial o administrativa del país de establecimiento de la persona, que acredite que se cumplen dichos requisitos.

En relación con la situación descrita en la letra b), deberán presentarse certificados vigentes y válidos de Paz y Salvo, para impuestos nacionales por la Dirección General de Ingresos y cuotas de seguridad social por parte de la Caja de Seguro Social. En caso de que en el país de que se trate no se expida ninguno de los documentos antes descritos, estos podrán sustituirse por una declaración jurada ante una autoridad judicial o notario o, en su defecto, una declaración solemne ante una autoridad administrativa o un organismo profesional cualificado del país de establecimiento.

La fecha de expedición de los documentos no debe ser superior a un año a partir de la fecha de su solicitud por el Órgano de Contratación y debe ser válida en dicha fecha.

**IV - CRITERIOS DE SELECCIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. declara que la persona antes mencionada cumple los criterios de selección que le son aplicables individualmente establecidos en el Pliego de Condiciones: | SÍ | NO | N.A. |
| 1. dispone de la capacidad jurídica y normativa para ejercer la actividad profesional necesaria para ejecutar el contrato, tal como se exige en el presente del Pliego de Condiciones; |  |  |  |
| 1. cumple los criterios económicos y financieros que se indican en el presente Pliego de Condiciones |  |  |  |
| 1. cumple los criterios técnicos y profesionales que se indican en el presente Pliego de Condiciones; |  |  |  |
|  | | | |
| 1. si la persona antes mencionada es el único licitador o el licitador principal en caso de oferta conjunta, declara que: |  |  |  |
| 1. el licitador, incluidos todos los miembros del grupo en caso de presentación de una oferta conjunta e incluidos los subcontratistas, si procede, cumplen todos los criterios de selección para los cuales se efectuará una evaluación consolidada según lo previsto en el Pliego de Condiciones. |  |  |  |

**PRUEBAS RELATIVAS A LA SELECCIÓN**

El abajo firmante declara que la citada persona tiene la posibilidad de presentar, previa solicitud y sin demora, los documentos justificativos necesarios enumerados en las secciones pertinentes del Pliego de Condiciones.

***La persona citada podrá ser excluida del presente procedimiento si alguna de las declaraciones o la información presentada como condición para la participación en el presente procedimiento resultara ser falsa.***

Nombre y apellidos Fecha Firma

# ANEXO 2

**EXPERIENCIA ESPECÍFICA DEL PROVEEDOR**

El Proveedor deberá indicar su experiencia dando un detalle de los principales contratos, servicios brindados o trabajos realizados en los últimos cinco (5) años que estén relacionados al objeto de esta contratación.

1. NOMBRE DE LOS SERVICIOS REALIZADOS, UBICACIÓN Y PROPIETARIO.
2. BREVE DESCRIPCIÓN DE LOS SERVICIOS REALIZADOS.
3. AÑO O PERIODO DE EJECUCIÓN Y COSTOS DE ESTOS (ESPECIFICAR COSTOS DE LOS SERVICIOS BRINDADOS).
4. CANTIDAD DE PERSONAS ATENDIDAS

AVISO: EN CASO DE CONSORCIO O ASOCIACIÓN ACCIDENTAL, SE DEBERÁ COMPLETAR Y LLENAR ESTE FORMULARIO PARA CADA UNO DE LOS PROPONENTES QUE LE CONFORMAN.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nombre de los servicios realizados | Valor del Contrato o Subcontrato | Valor de la Participación del Proveedor. | Ejecución | | Ubicación | Nombre del Propietario (Incluir Teléfonos) | Cantidad de Personas |
| Fechas | |
| Inicio: | Término: |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

# NOTAS: SE DEBERÁN DAR LAS REFERENCIAS NECESARIAS PARA CONTACTAR A LOS PROPIETARIOS DE CADA UNO DE LOS SERVICIOS OFRECIDOS.

**ANEXO 3**

Menú sugerido basado en los requerimientos diarios detallado en los cuadros de las Especificaciones Técnicas

**DESAYUNOS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semana | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |

**ALMUERZOS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semana | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |

**CENAS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semana | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |

**OPCIONES DE MERIENDA (MAÑANA)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semana | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |

**ANEXO 4**

**FORMULARIO DE PROPUESTA**

Lugar y fecha: XXXXXXXXX, XXXX del mes de XXXX del año 2023

Señores

MEDUCA / OEI Panamá

Referencia: Procedimiento Licitación No. LIC-002-2023-ABPF-OEI - II CONVOCATORIA

Estimados Señores:

[Nombre del representante legal o Proponente], identificado como aparece al pie de mi firma, [obrando en mi propio nombre o en mi calidad de representante legal de] [nombre del Proponente], presento propuesta al Proceso de Contratación de la referencia y hago las siguientes manifestaciones:

1. Que conozco y acepto los Documentos del Proceso, tuve la oportunidad de solicitar aclaraciones y modificaciones a los mismos, y recibí de MEDUCA-OEI respuesta oportuna a cada una de las solicitudes.
2. Que estoy autorizado para suscribir y presentar la propuesta en nombre del Proponente y estoy autorizado para suscribir el contrato si el Proponente resulta adjudicatario del Proceso de Contratación de la referencia.
3. Que conocemos y aceptamos la Legislación de la República de Panamá.
4. Que ninguna de las personas representadas por los firmantes se encuentra incursa en causal alguna de inhabilidad y/o incompatibilidades señaladas por las Leyes Panameñas o el pliego de condiciones, que les impida celebrar contratos.
5. Que la propuesta que presento cumple con la totalidad de los requisitos y especificaciones técnicas del pliego de condiciones y sus anexos.
6. Que la propuesta económica y la propuesta técnica están adjuntas a la presente comunicación y han sido elaboradas de acuerdo con los Documentos del Proceso y hacen parte integral de la propuesta.
7. Que los documentos que presento con la propuesta son ciertos y han sido expedidos por personas autorizadas para el efecto.
8. Que con la presentación de la propuesta estoy aceptando los riesgos establecidos en el proceso de la referencia.
9. Que nos acogemos a los plazos establecidos para la ejecución del contrato.
10. Que la propuesta económica adjunta fue elaborada teniendo en cuenta todos los gastos, costos, derechos, impuestos, tasas y demás contribuciones que se causen con ocasión de la presentación de la propuesta, suscripción y ejecución del contrato y que, en consecuencia, de resultar adjudicatario no presentaré reclamos con ocasión del pago de tales gastos.
11. Que, en caso de resultar adjudicatario, suscribiré el contrato en la fecha prevista para el efecto en el Cronograma contenido en los Documentos del Proceso.
12. Que, en caso de resultar adjudicatario, me obligo a presentar la garantía de cumplimiento prevista en los Documentos del Proceso en la fecha prevista para el efecto en el Cronograma allí contenido.
13. Que en caso de resultar adjudicatario me comprometo a que, a la terminación de la vigencia del Contrato, el servicio contratado cumplirá con la totalidad del alcance y los requerimientos y especificaciones técnicas establecidas en el pliego de condiciones y sus anexos.
14. Adjunto la garantía de seriedad de la propuesta la cual cumple con lo establecido en los Documentos del Proceso.
15. No estamos en causal de inhabilidad, incompatibilidad o conflicto de intereses alguna para celebrar el contrato objeto del Proceso de Contratación.
16. Que, con la presentación de la propuesta, autorizo que los actos administrativos que se generen en el presente proceso de selección se notifiquen al correo electrónico indicado en la parte inferior del presente documento.
17. Que para efecto de comunicaciones mis datos como PROPONENTE son:

NOMBRE DEL PROPONENTE:

NOMBRE DEL REPRESENTANTE:

TELÉFONO:

DIRECCIÓN y CIUDAD:

CORREO ELECTRÓNICO:

**ANEXO 5 (COMIDA SERVIDA)**

**PROPUESTA DE PRECIOS**

PROPUESTA ECONÓMICA: Debe detallar el precio unitario, unidades ofertadas (las cantidades requeridas) y monto neto por renglón más impuestos aplicables en la cotización, gastos de entrega y otros gastos asociados a la contratación. El precio final no es modificable.

La propuesta deberá ser presentada, utilizando el Formulario de Lista de Precios detallado a continuación.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **item** | **Descripción de los Servicios** | **(a)**  **Cantidad** | **Unidad Física** | **(b)**  **Precio**  **diario** | **(c)**  **Cantidad de días (del 01 de junio 15 de diciembre 2023)** | **Sub Total**  **(a x b x c)** | **Precio Total con ITBMS** |
| **(Ver cuadro con las especificaciones completas en la sección de Especificaciones Técnicas)** |
| **1** | *Desayunos* | *196* | *Porciones* |  | 198 |  |  |
| **2** | *Merienda (Mañana)* | *196* | *Porciones* |  | 198 |  |  |
| **3** | *Almuerzo* | *196* | *Porciones* |  | 198 |  |  |
| **4** | *Cena* | *196* | *Porciones* |  | 198 |  |  |
| **GRAN TOTAL (B/) (número y letras)** | | | | | | | |
| Número de cotización/ fecha de la cotización: | |  | | | | | |
| Nombre comercial/ razón social de la empresa: | |  | | | | | |
| Número RUC y D.V.: | |  | | | | | |
| Validez de la Cotización: | |  | | | | | |
| Domicilio comercial: calle, urbanización, corregimiento, provincia, número de edificio/casa/local: | |  | | | | | |
| Teléfono del negocio | |  | | | | | |
| Nombre de persona de contacto y su correo electrónico | |  | | | | | |
| Firma: [indicar el nombre completo de la persona nombre y cedula] | |  | | | | | |
| En calidad de [indicar la capacidad jurídica de la persona que firma el Formulario de la Oferta] | |  | | | | | |
| **IMPORTANTE:**  1. Los precios enviados en la oferta deben Incluir el 7% de ITBMS, así como cualquier impuesto aplicable en cada uno de los ítems ofertados. 2. Los precios enviados en la oferta (y por lo tanto en el contrato, en caso de adjudicación) deberán ser fijos por toda la duración de la orden de compra. 3. **Los precios cotizados deberán incluir todos los gastos incurridos por el Proveedor para la preparación, entrega, conservación, traslado y entrega de los bienes/servicios ofrecidos en respuesta a este proceso.** 4. Los proponentes no podrán modificar sus precios después del envío de sus ofertas, en el caso de incongruencia entre el precio unitario y el valor total calculado, el precio unitario prevalece.  5. El precio unitario deberá incluir el costo de entrega en el lugar de destino, así como el de todos los implementos utilizados para la prestación del servicio de acuerdo con lo establecido en el presente proceso. | | | | | | | |

***ANEXO 6***

***Imperativo: Guía Básica: para oferta de alimentos saludables en kioscos y cafeterías de Centros Educativos***

***(Ministerio de Salud)***

*Listado de Menús y Opciones Sugeridos para Desayuno, Almuerzo y Cena; Boquitas y Meriendas.*

***\*Estas opciones son presentadas únicamente como referencia.***

**Desayuno**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Semanas** | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 | ½ taza de Avena con leche.  2 rebanadas de pan.  Huevo revuelto.  Tomate y Cebolla.  Guineo mediano | 1 Taza colmada de Cereal baja en azúcar  Leche  1 tequeño  1 guineo | 1 taza de Crema de maíz  Croissant de queso  1 huevo hervido  Papaya picada u otra fruta | 2 tortillas de maíz asadas con queso  con salchichas guisada  Melón picado u otra fruta | 6 Yuquitas al horno  2 Bolitas de carne con sofrito de cebolla y tomate.  Papaya picada u otra fruta | 3 Quesadilla de Queso mozzarella. ½ Taza de crema de arroz y fruta | 2 Bollo de maíz  Con queso blanco  3 onz. de salchichas.  1 rebanada de frutas |
| 2 | 1 Emparedado (pan Viril) relleno de huevo duro picado con mantequilla. ½ taza de Crema de arroz 1 rebanada de Piña | 2 rebanadas de pan integral tostado.  Queso blanco.  Mermelada de frutas sin azúcar añadida. leche | Wrap (2 tortillas de harina normal o integral).  Pollo deshilachado  Lechuga, cebolla y tomate.  Pera. | ½ taza de Avena con leche.  emparedado de 2 rebanadas de pan de jamón de pollo cocido.  Piña picada. | Pan Cake (2 rodajas) utilizar miel de abeja en lugar de sirope.  1 Huevo revuelto.  Uvas negras. | 2 rebanadas de pan de avena con queso blanco. Mermelada baja en azúcar. 2 rebanadas de jamón de pavo cocido. Leche | 3 Waffles con Miel de abeja. Huevos revueltos con jamón de pavo picadito. Leche  fruta |
| 3 | 2 empanadas de Maíz rellena de carne. 1 onz. De salsita de ajo. 1 taza de crema de Plátano Fruta | 2 tortillas de maíz asadas con  Queso y huevo revuelto con leche y mantequilla  Jugo de naranja natural. | 2 rebanadas de pan cuadrado con queso amarillo y 1 rebanada de jamón de pavo, Lechuga y tomate  ½ taza de crema de maíz  Guineo | 1 taza Crema de maíz con leche.  1 derretido (2 rebanada de pan queso amarillo)  Melón picado u otra fruta | Wrap (tortilla de harina) de Pollo deshilachado con tomate y salsa cacera. Leche 1 manzana | 2 pastelitos de carne. 2 huevos duros  Leche  Uvas u otra fruta | 1 Arepa rellena de Huevo revuelto con tomate y cebolla  Leche  Fruta |
| 4 | Pan pita.  Pollo deshilachado.  Tomate, lechuga y cebolla.  Agregar poca mayonesa  uvas | 2 rebanada de pan.  Torta de huevo y queso mozzarella.  Jugo de naranja natural o Leche | Arepa rellena de pollo deshilachado con poca mayonesa. Leche Guineo o manzana | Pan michita.  Tota de huevo con vegetales.  Batido de fruta (leche fruta) | Tortilla española (Lasca de papas)  2 rebanadas pequeñas de pan de ajo (tipo viril)  leche  Manzana | Croissant relleno con Jamón y queso. Fruta. 1 taza de Crema de Maíz | Rollo Hawaiano: 1 tortilla de taco pimentón, piña y pollo  Mandarina u otra fruta  de temporada |

**Almuerzo**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Semanas** | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 | 1 ½ taza de Arroz  1/3 taza menestra  Carne guisada (jarrete)  Plátanos en tentación o tajadas  ½ taza Tomate y pepino con vinagreta de limón. | Spaguettis con  Carne molida en salsa roja (tomate)  Plátano en tentación o tajadas  ½ Taza Ensalada Mixtos de vegetales | 1 ½ taza Arroz c/ frijolitos negros n pimientos de colores.  3 albóndigas de pollo en su jugo.  ½ Taza Ensalada de repollo, zanahoria con poca mayonesa | 1 ½ taza Puré de papa (natural)  Plátano en tentación  3 onz. de carne Bistec Picado  Cebolla, tomate ajíes) Zanahoria salteada con ajo y cebolla | 1 ½ Arroz con pollo  plátano en tentación  ½ Taza Ensalada jardinera (lechuga, pepino, tomate, cebolla y maíz) aderezo de cilantro | Pasta tipo corbatín o lacito revuelto con (3 onz). de pollo en cuadritos salteados, zanahoria tomate, cebolla y aceite de oliva.  Pan de ajo | 1 ½ arroz verde con culantro ajo y cebolla  3 rebanadas de Lomito de Res en salsa  Plátano en tentación o tajadas  ½ Taza Ensalada verde |
| 2 | 1 ½ taza Fideos Chino  Chop Suey o chow mein de pollo. (3 onz)  Zanahoria, repollo, pimentón, cebolla.  Plátano en tentación con queso blanco | 1 ½ taza de Arroz  ½ taza Poroto o frijoles Filete de pescado a la plancha. ½ taza de ensaladas Tomate con pepino con vinagreta. | 1 taza Papas salteadas con aceite de oliva y perejil  3 onz. Pollo a la plancha  ½ Taza Ensalada verde con aderezo | 1 ½ taza Arroz blanco  1/3 taza de Lenteja  Tira de pollo salteados con pimentón y cebolla.  ½ Taza Ensalada verde con vinagreta | 1 ½ taza de Arroz Blanco  1 taza de Chili Beans (poroto con 3onz. carne molida). Tajada  ½ Taza Ensalada pico de gallo aderezada con limón y aceite de oliva. | 2 Tazas de Arroz frito con Pollo al estilo asiático.  Plátanos en tentación o tajadas  ½ Taza Ensalada de repollo/zanahoria | Lasaña de pollo  3 rebanaditas de pan de ajo o una bolita de pan de orégano.  ½ taza Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate, maíz aderezado con salsa de mostaza dulce. |
| 3 | Espaguetis con pollo y hongos en salsa blanca y queso parmesano  Pan de ajo o de oréganos  Ensalada de vegetales verdes | 1 ½ Taza de Sopa lenteja de con Carne de res (jarrete o costilla, zanahoria, zapallo, ñame, mazorca).  ½ taza de arroz blanco | 1 ½ taza Arroz blanco  1/3 taza Frijoles chiricanos.  Pollo guisado con cebolla, tomate, ají.  Ensalada de tomate con vinagreta. | 1 ½ taza Arroz revuelto con lenteja  Encuentro al horno  Plátanos en tentación o tajadas  Ensalada de lechuga, tomate, pepino. | Lasagna de carne  3 rebanaditas Pan de ajo.  ½ taza Ensalada de lechuga, | 1 ½ taza Arroz con fideos  3 Coquetas de pechuga de pollo  Plátanos con queso  ½ taza Ensalada de vegetales hervidos | 1 ½ taza Arroz blanco  3 onzas Carne en salsa BBQ  Plátanos en tentación o tajadas.  ½ Tasa de lentejas |
| 4 | 1 ½ taza Arroz  ½ taza de Menestra 3 albóndigas de carne molida  Plátano en tentación | 1 ½ taza Arroz con Maíz  1 Presa de pollo frito  ½ taza de lenteja  Plátano maduro.  Ensalada de remolacha con zanahoria/vinagreta | 1 ½ Arroz c/Frijoles  3 onz. de Pollo a la plancha salsa chimichurri  Ensalada de primavera (lechuga, zanahoria, maíz) aderezada con salsa tártara | 2 Tazas Sancocho (ñame, culantro y maíz)  1 ½ Taza Arroz.  Pollo  1 guineo | 1 ½ taza Arroz frito con carne, vegetales (zanahoria, cebolla)  Estilo chino.  Ensalada de repollo, tomate, zanahoria aderezada con poca mayonesa. | 1 ½ taza de Sopa de Minestrones con muslito de pollo  ½ taza de Arroz  Mamallena | Spaguettis con pollo en salsa roja  Plátano en tentación  Ensalada de remolacha aderezada con vinagreta. |

**Cena**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Semanas** | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | | **Jueves** | **Viernes** | **Sábado** | **Domingo** |
| 1 | Papas salteadas  Deditos de pechuga de pollo  Ensalada de vegetales cocidos con aceite de oliva  Mamallena | **Bowl de mexicano:**  Base:1 ½ taza de arroz  Arriba: pollo asado en cuadritos, Frijoles negro, Maíz, lechuga, pico de gallo, totopos de maíz  Salsa de cilantro. | | Puré de papa  Chuleta ahumada en salsa de piña  Plátano asado con queso blanco.  Ensalada de brócoli y zanahoria al ajillo. | Puré de papa (natural)  1 Mazorca  2 Muslitos de Pollo al horno en salsa BBQ  Ensalada de vegetales mixtos aderezada con salsa ranch | Hamburguesa de pollo con queso, tomate, lechuga, mostaza, mayonesa).  Papas Wedge o Chip de plátanos | Emparedado de ensalada de pollo deshilachado con cebolla y apio mezclado con un poco de mayonesa.  Galleta de avena | Pasta (tipo lacito) de colores con pollo en deshilachada,  tomate, maíz, mezclado con un poco de mayonesa.  Pan de ajo |
| 2 | Mac and cheese (salsa a base de crema en zapallo y queso crema).  Pechuga de pollo.  3 tostadas de pan de ajo. 1 dulcecito de Vainilla | Hamburguesa casera (carne, queso amarillo, tomate, lechuga, mostaza, mayonesa).  Papas salteadas al ajillo  Bizcocho de zanahoria | | Pan Pita grande  Relleno de 3 onzas de pollo. vegetales salteados con salsa de cilantro  Galleta de Mantequilla casera | Arroz rojo (pimentón).  Bistec picado  Cebolla y vegetales  Ensalada de cesar aderezada con salsa italiana. | 2 Muslitos de Pollo al horno.  Mazorca de maíz con poca mantequilla  Ensalada de lechuga con tomate con vinagreta. | **Bowl de carne:**  Base:1 ½ taza de arroz  Arriba: 3onzCarne asada e cuadritos, Frijoles negro, Maíz, lechuga, tomate en cuadritos, Plátanos maduros en cuadritos.  Salsa Mayochurri.  Galleta de avena cacera | 1 ½ taza Arroz con maíz  Encuentro de Pollo guisado con papitas  Plátano en tentación  ½ taza de Ensalada de feria |
| 3 | Club sándwich de 3 rebanadas de pan: con jamón de pavo, queso amarillo, lechuga, tomate.  papas  Galleta de avena | **Bowl panameño**  Base:1 ½ taza de arroz  Arriba: pollo cuadritos salteado con tomate, ajíes cebolla y culantro. Frijoles chiricanos, lechuga picadita, cebolla y tomates picaditos.  Plátano maduro picado | | 3 tacos Carne Molida en tortilla de harina, frijoles negros, Pico de gallo y lechuga picadita. Chip de maíz  Manzana | 6 Alitas de pollo en salsa agridulce  1 taza de arroz  ½ taza de Ensalada de papa con maíz, zanahoria, con poca mayonesa)  Plátano maduro. | Emparedado de filete de Pechuga (3 onz) de pollo en (pan tipo viril), Queso mozzarella, Cebollas salteadas. Papas Wedge | 2 tazas de Chown Mein de carne (3 onza) salteados con  Zanahoria, repollo, pimentón, cebolla.  Plátano en tentación | Lasagna de pollo en salsa blanca  Ensalada verde con aderezo cesar.  manzana |
| 4 | 1 ½ taza de coditos con 3 onz. tuna.  Maíz, cebolla y tomate  Pan de la casa.  Bizcocho | Papas rellenas de queso crema  Chuleta ahumada en salsa de piña  Vegetales mixtos cocidos | | Quesadillas (3onz) de pollo con vegetales pico de gallo.  Medio cañón de guayaba | 3 mini hamburguesas de carne con queso, tomate y lechuga.  Papas Wedge | **Bowl de pollo asiático:**  Base:1 ½ taza d arroz  Arriba: pollo, Vegetales salteados, maní, Salsa Tereyaki.  Galleta de avena cacera | 1 ½ Coditos con carne molida. (3 onz.)  ½ taza de Ensalada Verde  Galleta de avena | 1 ½ taza Arroz con zanahoria  Pollo con vegetales salteados y papas  ½ taza de ensalada verde |

**Opciones de meriendas**

|  |
| --- |
| Tequeño |
| Maní salado |
| Mix de frutos secos |
| Pasitas tamaño medianas |
| Granolas |
| Galletas de avenas |
| Palomita de maíz natural |
| 5 onz. Yogurt con mermelada de fruta baja en azúcar. |
| Gelatina con frutas 8 onz. |
| Bebida de Yogurt |
| Flan de 8 onz. |
| 8 onz. Jugo 100% naturales |
| Yogurt con gelatina |
| Bolis o duros de frutas naturales |
| 8 onz. Chicha de arroz con Piña |
| Ensalada de frutas |
| Maní con pasitas |
| Pastelitos de carne molida o de pollo |
| Arroz con leche |
| 2 Guineo pequeño |
| 12 unidades de uvas |
| Sandia |
| Piña |
| Galletas integrales |
| Melón |
| Papaya |
| Ciruela americana |
| Pera |
| Manzana verdes o rojas |
| Platanitos naturales en chips |
| ½ taza Flan de vainilla |
| 8 onz. Batido de frutas |
| ½ taza de arroz con leche |
| Bolsitas de frutos secos |
| Helado (2) Bolitas |
| mandarinas |

1. En relación con el cumplimiento de sus obligaciones tributarias o con la Seguridad Social, se considerará que las empresas se encuentran al corriente en el mismo cuando las deudas estén aplazadas, fraccionadas o se hubiera acordado su suspensión con ocasión de la impugnación de tales deudas. [↑](#footnote-ref-1)