MINUTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	PROMEDIO
DESAYUNO	2.063,07	3.051,37	2.912,89	1.942,93	1.906,94	2.326,45	2.689,10	2.252,66	2.739,08	2.047,69	3.036,12	2.125,24	2.506,82	2.063,07	2.404,53
REFRIGERIO AM	1.899,57	1.470,08	1.125,88	957,53	2.011,00	1.145,06	821,80	1.363,00	1.685,98	833,19	904,91	949,37	1.525,85	1.899,57	1.328,06
ALMUERZO	3.815,43	4.136,19	4.280,48	4.044,46	4.640,03	3.719,48	3.378,06	3.748,80	4.871,80	4.073,26	4.181,27	3.769,94	5.382,64	3.815,43	4.132,66
REFRIGERIO PM	866,46	1.646,68	2.466,52	1.833,67	1.726,94	2.066,51	529,06	2.995,18	1.799,04	1.696,34	576,70	1.941,35	841,90	866,46	1.560,92
CENA	4.331,07	3.878,62	3.680,76	4.217,57	3.065,80	3.977,88	4.313,88	3.771,57	2.325,11	3.654,78	4.462,58	2.460,04	3.734,85	4.331,07	3.728,97
TOTALES	**12.975,60**	**14.182,93**	**14.466,52**	**12.996,15**	**13.350,70**	**13.235,39**	**11.731,90**	**14.131,22**	**13.421,01**	**12.305,25**	**13.161,58**	**11.245,93**	**13.992,06**	**12.975,60**	**13.155,13**

	ALIMENTOS	%	ASEO	EXÁMENES	DOTACIÓN	TOTAL
DESAYUNO	2.404,53	18,28%	106,26	10,95	54,70	2.576,43
REFRIGERIO AM	1.328,06	10,10%	106,26	10,95	54,70	1.499,96
ALMUERZO	4.132,66	31,41%	106,26	10,95	54,70	4.304,56
REFRIGERIO PM	1.560,92	11,87%	106,26	10,95	54,70	1.732,82
CENA	3.728,97	28,35%	106,26	10,95	54,70	3.900,87
TOTALES	13.155,13	100,00%	531,28	54,73	273,50	14.014,65

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 1

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	Chocolate pastas EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 und	464,11	464,11
		Margarina	3	3		16,45	49,36
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	40	40	1 und mediana	4,65	186,16
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	7	7	1 und	12,48	87,39
		Margarina	2,5	2,5	½ cdita	16,45	41,13
	FRUTA	Papaya	145	100	1 porción mediana	3,67	531,67
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	AGUAPANELA EN LECHE	Panela	14	14	2100 cc (7 onzas)	4,50	63,06
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	14	14	2 unds	12,48	174,78
		Margarina	3	3	½ cdita	16,45	49,36
	FRUTA	Mango	145	100	1 porción mediana	9,12	1.321,92
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	150 cc (5onzas)	9,51	142,60
		Platano verde	20	15		4,30	85,93
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE MOLIDA	Carne magra	80	80	4 Csop (51 gr)	28,62	2.289,33
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	4 Cdas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	TAJADA DE PLATANO MADURO	Platano maduro	30	24	2 tajadas medianas	3,41	102,40
		Aceite	6	6		12,47	74,84
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, ZANAHORIA Y CEBOLLA DE	Zanahoria	25	20	4 Csop	4,06	101,42
		Lechuga batavia	25	20		4,54	113,48
		Cebolla cabezona	25	20		3,35	83,79
		Limón	5	5		6,73	33,65
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	80	75	210 cc (7 onzas)	4,85	388,00
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	100 cc (3½ onzas)	2,90	290,45
		Banano	82	37		3,58	293,78
		Azucar	6	6		3,34	20,06
	GALLETAS	Galletas de sal	21	21	3 unds	12,48	262,17
COMIDA- CENA	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama	25	15	210 cc (7 onzas)	1,56	39,07
		Zanahoria	22	15		4,06	89,25
		Habichuela	22	15		5,11	112,50
		Brocoli	22	15		13,85	304,62
		Papa comun	25	15		3,99	99,80
		Papa Criolla	25	15		5,04	126,00
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE Y PAPA ENCEBOLLDA	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Papa comun	40	30		3,99	159,68
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	35	35	4 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Arveja seca	5	5		3,54	17,68
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	85	37	210 cc (7 onzas)	4,39	373,09
		Leche liquida	50	50		2,90	145,23
		Azucar	13	13		3,34	43,46

12.975,60

DESAYUNO	2.063,07
REFRIGERIO A	1.899,57
ALMUERZO	3.815,43
REFRIGERIO P	866,46
CENA	4.331,07
TOTAL	**12.975,60**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 2

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	50	50	1 und mediana	15,99	799,67
	AREPA CON MARGARINA	Arepa	40	40	1 und mediana	4,65	186,16
		Margarina	5	5		16,45	82,27
	FRUTA	Mango	145	100	1 und mediana	9,12	1.321,92
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE MANGO	Leche liquida	100	100	150 cc (5 0nzas)	2,90	290,45
		Mango	85	34		9,12	774,92
		Azucar	7	7		3,34	23,40
	PAN	Pan croissant	20	20	1 und mediana	19,07	381,30
ALMUERZO	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama	25	20	150 cc (5 onzas)	1,56	39,07
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Habichuela	20	15		5,11	102,28
		Brocoli	25	20		13,85	346,16
		Papa comun	25	15		3,99	99,80
		Papa Criolla	25	15		5,04	126,00
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE Y PAPA ENCEBOLLDA	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Papa comun	40	30		3,99	159,68
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	25	25	4 cdas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Arveja seca	5	5		3,54	17,68
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	85	37	210 cc (7 onzas)	4,39	373,09
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	YOGURTH CON HOJALDRE	Yogurth	150	150	150 cc (5 onzas)	7,88	1.182,22
	HOJALDRE	Pan mogolla	20	20	1 und mediana	10,52	210,41
	FRUTA	Piña	90	34	1 und mediana	2,82	254,05
COMIDA-CENA	POLLO CON VERDURAS	Pollo pechuga	109	80	5 cdas soperas altas (64 gr)	15,97	1.740,37
		Habichuela	30	25		5,11	153,41
		Zanahoria	30	25		4,06	121,70
		Tomate chonto	17	15		6,19	105,23
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Papa comun	40	30		3,99	159,68
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ ROJO	Arroz	35	35	4 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Pimenton	15	10		8,76	131,35
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PAPA CRIOLLA EN LECHE	Papa Criolla	40	30	3 unds pequeñas	5,04	201,60
		Leche liquida	5	5		2,90	14,52
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	SORBETE DE MANGO CON LECHE	Mango	85	37	210 cc (7 onzas)	9,12	774,92
		Leche liquida	60	60		2,90	174,27
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							14.182,93

DESAYUNO	3.051,37
REFRIGERIO AM	1.470,08
ALMUERZO	4.136,19
REFRIGERIO PM	1.646,68
CENA	3.878,62
TOTAL	**14.182,93**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 3

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	MAIZENA EN LECHE	Maizena	12	12	210 cc (7 onzas)	23,30	279,64
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO TIBIO	Huevo	55	50	1 und	464,11	464,11
	PAN	Pan tajado	50	50	1 und mediana	9,24	462,10
	MARGARINA	Margarina	3	3	1 cdita	16,45	49,36
	FRUTA	Mandarina	120	100	1 und mediana	10,87	1.304,16
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE GUANABANA	Guanabana	85	34	180 cc (6 onzas)	5,26	447,29
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	TORTA	Torta	20	20	1 und mediana	17,23	344,67
ALMUERZO	CREMA DE AHUYAMA	Ahuyama	25	20	150 cc (5 onzas)	1,56	39,07
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Habichuela	20	15		5,11	102,28
		Brocoli	25	20		13,85	346,16
		Papa comun	15	10		3,99	59,88
		Papa Criolla	15	10		5,04	75,60
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE CON VERDURAS	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Habichuela	30	25		5,11	153,41
		Zanahoria	30	25		4,06	121,70
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ ROJO	Arroz	25	25	4 cdas speraas (56 gr)	3,54	88,58
		aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
		Pimenton	15	10		8,76	131,35
	PLATANO COCIDO	Platano maduro	25	19	½ porción pequeña	3,41	85,33
	RODAJA DE TOMATE VERDE	Tomate Milano	20	20	2 und	6,92	138,47
	JUGO DE PIÑA	Piña	85	34	210 cc (7 onzas)	2,82	239,93
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	KUMIS	Kumis	150	150	150 cc (5 onzas)	7,29	1.092,92
	FRUTA	Granadilla	120	80	1 und mediana	11,45	1.373,60
COMIDA - CENA	CREMA DE CEBOLLA CABEZONA	Cebolla cabezona	30	25	150 cc (5 onzas)	3,35	100,55
		Papa comun	40	30		3,99	159,68
		Papa criolla	35	25		5,04	176,40
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Crema de Leche	3	3		14,07	42,21
		Leche liquida	10	10		2,90	29,05
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	POLLO A LA PANCHA	Pollo pechuga	109	80	1 porción mediana (64 gr)	15,97	1.740,37
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	5 cudas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CROQUETAS DE ZANAHORIA	Zanahoria	30	25	2 und medianas	4,06	121,70
		Harina de trigo	15	15		3,52	52,75
		Huevo	10	10		464,11	464,11
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE GUANABANA	Guanabana	85	34	210 cc (7 onzas)	5,26	447,29
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							14.466,52

DESAYUNO	2.912,89
REFRIGERIO AM	1.125,88
ALMUERZO	4.280,48
REFRIGERIO PM	2.466,52
CENA	3.680,76
TOTAL	**14.466,52**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 4

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE AVENA	Avena hojuelas	12	12	210 cc (7 onzas)	7,27	87,28
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	50	50	1 und mediana	15,99	799,67
	AREPA CON MARGARINA	Arepa	50	50	1 und mediana	4,65	232,70
		Margarina	3	3		16,45	49,36
	FRUTA	Papaya	120	100	1 und mediana	3,67	440,00
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	210 cc /7 onzas)	2,90	290,45
		Banano	85	34		3,58	304,53
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	GALLETA DULCE	Galleta dulce	21	21	1 paq (3 unds)	15,19	319,08
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	150 cc (5onzas)	9,51	142,60
		Platano verde	20	15		4,30	85,93
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE ASADA	Carne magra	80	80	1 porc. Medina (51 gr)	28,62	2.289,33
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	4 Cdas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PLÁTANO VERDE FRITO	Platano verde	30	24	1 porc peq	4,30	128,90
		Aceite	4	4		12,47	49,89
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, AGUACATE Y CEBOLLA	Zanahoria	25	20	4 Csop	4,06	101,42
		Lechuga batavia	25	20		4,54	113,48
		Aguacate	21	15		8,91	187,18
		Cebolla cabezona	16	15		3,35	53,63
		Limón	0,5	0,5		6,73	3,37
	JUGO DE GUAYABA DULCE EN LECHE	Guayaba Dulce	100	80	210 cc (7 onzas)	4,39	438,93
		Leche liquida	50	50		2,90	145,23
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	YOGURTH	Yogurth	150	150	150 cc (5 onzas)	7,88	1.182,22
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	14	14	2 unds	12,48	174,78
	FRUTA	Papaya	130	100	1 und mediana	3,67	476,67
COMIDA-CENA	SOPA DE PASTAS	Pasta alimenticia	20	20	150 cc (5 onzas)	7,39	147,73
		Papa comun	15	10		3,99	59,88
		Papa criolla	15	10		5,04	75,60
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	SUDADO DE ALBONDIGAS CON PAPA Y PLATANO MADURO	Carne molida	80	80	1 porción mediana (51 gr carne)	19,34	1.546,93
		Harina de trigo	3	3		3,52	10,55
		Huevo	5	5		464,11	464,11
		Papa comun	25	19		3,99	99,80
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Cebolla larga	10	8		7,17	71,67
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	20	20	2 cdas soperas (25 gr)	3,54	70,87
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, TOMATE ROJO, ZANAHORIA Y MANZANA VERDE	Lechuga batavia	25	15	4 cdas soperas	4,54	113,48
		Manzana	30	20		11,93	357,90
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Tomate milano	20	15		6,92	138,47
		Cilantro	10	8		14,97	149,67
		Limón	10	3		6,73	67,30
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	85	34	210 cc (7 onzas)	4,39	373,09
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							12.996,15

DESAYUNO	1.942,93
REFRIGERIO AM	957,53
ALMUERZO	4.044,46
REFRIGERIO PM	1.833,67
CENA	4.217,57
TOTAL	**12.996,15**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 5

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 porción	464,11	464,11
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	50	50	1 und mediana	4,65	232,70
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	FRUTA	Banano	130	100	1 und mediana	3,58	465,75
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	210 cc (6 onzas)	23,30	279,64
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	PAN	Pan tajado	20	20	1 und mediana	9,24	184,84
	FRUTA	Manzana	100	80	½ und mediana	11,93	1.193,00
ALMUERZO	CREMA DE VERDURAS	Habichuela	13	10	150 cc (5 onzas)	5,11	66,48
		Cebolla cabezona	13	10		3,35	43,57
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Espinaca	10	10		21,23	212,33
		Papa criolla	15	10		5,04	75,60
		Papa comun	15	10		3,99	59,88
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Brocoli	15	10		13,85	207,70
		Cilantro	10	8		14,97	149,67
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE ASADA	Carne magra	80	80	1 porcion mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ AMARILLO	Arroz	25	25	5 cdas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Zanahoria	10	8		4,06	40,57
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	YUCA FRITA	Yuca	29	19	1 astilla mediana	3,00	86,90
		Aceite	5	5		12,47	62,37
	JUGO DE MARACUYA	Mango	100	80	210 cc (7 onzas)	9,12	911,67
		Leche liquida	30	30		2,90	87,14
		Azucar	10	10		3,34	33,43
REFRIGERIO DE LA TARDE	KUMIS	Kumis	150	150	150 cc (5 onzas)	7,29	1.092,92
	GALLETAS DULCE	Galleta cuca	12	12	1 und pequeña	18,73	224,72
	FRUTA	Piña	145	80	1 und mediana	2,82	409,30
COMIDA-CENA	SUDADO DE POLLO (PERNIL)	Pollo pernil	120	80	1 porción mediana (64 gr sin hueso)	12,57	1.508,00
		Platano maduro	29	19		3,41	98,99
		Papa comun	30	20		3,99	119,76
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	35	35	3 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Arveja seca	10	10		3,54	35,37
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA MIXTA	Lechuga batavia	20	10	4 cudas soperas	4,54	90,78
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Pepino	17	10		4,24	72,02
		Cebolla cabezona	10	5		3,35	33,52
		Limón	10	3		6,73	67,30
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE FRUTA	Maracuya	85	37	210 cc (7 onzas)	6,66	565,76
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							13.350,70

DESAYUNO	1.906,94
REFRIGERIO AM	2.011,00
ALMUERZO	4.640,03
REFRIGERIO PM	1.726,94
CENA	3.065,80
TOTAL	**13.350,70**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 6

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	210 cc (7 onzas	23,30	279,64
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	50	50	1 und mediana	15,99	799,67
	PAN	Pan mogolla	50	50	1 und mediana	10,52	526,03
		Margarina	5	5		16,45	82,27
	FRUTA	Naranja	100	80	1 und mediana	2,85	285,33
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	JUGO DE PIÑA	Piña	85	37	210 cc (7 onzas)	2,82	239,93
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	TORTA	Torta	50	50	1 und mediana	17,23	861,67
ALMUERZO	SOPA DE PLATANO VERDE	Platano verde	20	10	150 cc (5 onzas)	4,30	85,93
		Papa comun	20	10		3,99	79,84
		Papa criolla	20	10		5,04	100,80
		Cilantro	5	5		14,97	74,83
		Cebolla Larga	5	5		7,17	35,83
		Tomate Chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	1	1		12,47	12,47
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	FRICASE DE POLLO	Pollo pechuga	109	80	210 cc (64 gr de pollo sin hueso)	15,97	1.740,37
		Maizena	5	5		23,30	116,52
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Habichuela	15	10		5,11	76,71
		Apio	10	10		4,62	46,20
		Cebolla cabezona	15	15		3,35	50,28
		Crema de Leche	2	2		14,07	28,14
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ VERDE	Arroz	25	25	3 cudas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Espinaca	15	15		21,23	318,50
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PAPAS A LA FRANCESA	Papa comun	45	39	8 Unds	3,99	179,64
		Aceite	4	4		12,47	49,89
	JUGO DE GUAYABA AGRIA	Guayaba agria	100	80	180 cc (6 onzas)	4,60	460,00
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LATARDE	YOGURTH CON PAN DULCE	Yogurth	150	150	150 cc (5 onzas)	7,88	1.182,22
		Pan mogolla	50	50	1 und mediana	10,52	526,03
	FRUTA	Banano	100	80	½ und mediana	3,58	358,27
COMIDA - CENA	CARNE DESMECHADA	Carne magra	80	80	4 cdas soperas (51 gr)	28,62	2.289,33
		Cebolla larga	6	5,5		7,17	43,00
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ ROJO	Arroz	25	25	4 cdas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
		Pimenton	15	10		8,76	131,35
	PURE DE PAPA	Papa comun	49	39	2 cdas soperas (42 gr)	3,99	195,61
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
		Cebolla cabezona	15	12		3,35	50,28
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO	Cebolla cabezona	17	15	4 csop	3,35	56,98
		Lechuga batavia	25	15		4,54	113,48
		Tomate milano	17	15		6,92	117,70
		pepino	17	15		4,24	72,02
		Limón	10	3		6,73	67,30
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE LULO	Lulo	85	37	210 cc (7 onzas)	4,84	411,78
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							13.235,39

DESAYUNO	2.326,45
REFRIGERIO AM	1.145,06
ALMUERZO	3.719,48
REFRIGERIO PM	2.066,51
CENA	3.977,88
TOTAL	**13.235,39**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 7

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE AVENA	Avena hojuelas	12	12		7,27	87,28
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50		464,11	464,11
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	50	50		4,65	232,70
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	FRUTA	Granadilla	130	100		11,45	1.488,07
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Banano	63	60		3,58	225,71
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	GALLETAS	Galletas de sal	21	21		12,48	262,17
ALMUERZO	GARBANZOS CON CARNE DE CERDO	Garbanzos	15	15		5,49	82,40
		Carne de cerdo- p	70	70		15,03	1.051,87
		Papa comun	27	19		3,99	107,78
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Cebolla larga	5	5		7,17	35,83
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ VERDE	Arroz	25	25		3,54	88,58
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PLÁTANO ASADO	Platano maduro	49	39		3,41	167,25
	ENSALADA DE REMOLACHA CON CEBOLLA Y ZANHORIA	Zanahoria	16	12		4,06	64,91
		Remolacha	16	12		3,86	61,76
		Cebolla cabezona	16	12		3,35	53,63
		Mayonesa	3	3		20,04	60,12
	JUGO DE MORA EN LECHE	Mora	100	80		12,35	1.235,00
		Leche liquida	30	30		2,90	87,14
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	JUGO DE PIÑA	Piña	100	37		2,82	282,27
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	PAN TAJADO	Pan tajado	22	22		9,24	203,33
COMIDA-CENA	SOPA DE VERDURA	Habichuela	15	10		5,11	76,71
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Brocoli	15	10		13,85	207,70
		Cebolla cabezona	13	10		3,35	43,57
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Papa comun	29	19		3,99	115,77
		Papa criolla	30	20		5,04	151,20
		Cilantro	10	8		14,97	149,67
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	TORTA DE VERDURAS CON POLLO	Pollo pechuga	109	80		15,97	1.740,37
		Harina de trigo	5	5		3,52	17,58
		Harina de pan	5	5		3,49	17,47
		Huevo	5	5		464,11	464,11
		Habichuela	18	15		5,11	92,05
		Arveja seca	20	15		3,54	70,73
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Cebolla cabezona	15	10		3,35	50,28
		Pimenton	10	8		8,76	87,57
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ ROJO	Arroz	35	35		3,54	124,02
		Pimenton	15	10		8,76	131,35
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE LULO	Lulo	85	37		4,84	411,78
		Azucar	13	13		3,34	43,46

11.731,90

DESAYUNO	2.689,10
REFRIGERIO A	821,80
ALMUERZO	3.378,06
REFRIGERIO P	529,06
CENA	4.313,88
TOTAL	**11.731,90**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 8

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	50	50	1 und mediana	15,99	799,67
	AREPA	Arepa	50	50	1 und mediana	4,65	232,70
		Margarina	5	5		16,45	82,27
	FRUTA	Papaya	130	100	1 und mediana	3,67	476,67
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	PUDIN DE NARANJA	Maizena	12	12	1 porc (30gr)	23,30	279,64
		Huevo	10	10		464,11	464,11
		Naranja	100	80		2,85	285,33
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	LECHE LIQUIDA	Leche liquida	100	100	100 cc (3 ½ onzas)	2,90	290,45
ALMUERZO	SANCOCHO DE POLLO	Pollo muslo	120	80	150 cc (64 gr de pollo sin hueso)	15,19	1.822,56
		Platano maduro	20	15		3,41	68,27
		Papa comun	20	15		3,99	79,84
		Yuca	15	9		3,00	44,95
		Arracacha	20	10		4,50	90,00
		Mazorca	40	25		11,70	468,00
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate Chonto	5	5		6,19	30,95
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	4 csop (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AGUACATE	Aguacate	30	20	1 porc mediana	8,91	267,40
	BANANO	Banano	60	50	½ und pequeña	3,58	214,96
	JUGO DE LULO	Lulo	85	34	210 cc (7 onzas)	4,84	411,78
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	JUGO DE MANDARINA	Mandarina	100	37	1 und mediana	10,87	1.086,80
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	PAN DULCE	Pan croissant	50	50	1 und mediana	19,07	953,25
	FRUTA	Mango	100	80	1 und mediana	9,12	911,67
COMIDA-CENA	SUDADO DE CARNE DE RES	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Platano maduro	30	20		3,41	102,40
		Papa comun	29	19		3,99	115,77
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	35	35	4 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Arveja seca	5	5		3,54	17,68
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA MIXTA	Lechuga batavia	20	10	4 cudas soperas	4,54	90,78
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Pepino	17	15		4,24	72,02
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Limón	10	3		6,73	67,30
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE FRUTA	Tomate de arbol	100	80	210 cc (7 onzas)	4,85	485,00
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							14.131,22

DESAYUNO	2.252,66
REFRIGERIO AM	1.363,00
ALMUERZO	3.748,80
REFRIGERIO PM	2.995,18
CENA	3.771,57
TOTAL	**14.131,22**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 9

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate en polvo	12	12	210 cc (7 onzas)	38,42	461,06
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50	1 porción	464,11	464,11
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	50	50	1 und mediana	4,65	232,70
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	FRUTA	Granadilla	100	80	1 und mediana	11,45	1.144,67
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	MALTEADA DE CHOCOLATE	Chocolate en polvo	12	12	180 cc (6 onzas)	38,42	461,06
		Azucar	13	13		3,34	43,46
		Leche en polvo	13	13		23,27	302,54
	GALLETA	Galleta dulce	21	21	3 unds	15,19	319,08
	FRUTA	Melon	120	80	1 porción mediana	4,67	559,84
ALMUERZO	SOPA DE BLANQUILLOS	Blanquillos	15	15	150 cc (5 onzas)	7,59	113,90
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Papa criolla	20	10		5,04	100,80
		Papa comun	20	10		3,99	79,84
		Cebolla Cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE EN HAMBURGUESA	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Huevo	5	5		464,11	464,11
		Harina de pan	5	5		3,49	17,47
		Cebolla larga	10	8		7,17	71,67
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Ajo	5	5		17,93	89,63
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ VERDE	Arroz	25	25	4 cudas soperas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Espinaca	10	10		21,23	212,33
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PURÉ DE PAPA	Papa comun	29	19	2cdas soperas	3,99	115,77
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Mayonesa	3	3		20,04	60,12
	ENSALADA DE ZANAHORIA, REPOLLO, CILANTRO Y CEOBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	21	16	5 csop	4,06	85,19
		Repollo	16	16		3,75	60,07
		Cilantro	10	10		14,97	149,67
		Cebolla Cabezona	16	16		3,35	53,63
		Limón	5	5		6,73	33,65
	JUGO DE PIÑA	Piña	85	37	210 cc (7 onzas)	2,82	239,93
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	AVENA CON PAN TAJADO	Avena hojuelas	12	12	210 cc (7 onzas)	7,27	87,28
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Azucar	13	13		3,34	43,46
		Pan tajado	20	20	2 und pequeña	9,24	184,84
	FRUTA	Manzana	100	80	1 und mediana	11,93	1.193,00
COMIDA-CENA	SOPA DE CUCHUCO	Cuchuco	10	10	150 cc (5 onzas)	3,14	31,40
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Papa criolla	10	5		5,04	50,40
		Papa comun	10	5		3,99	39,92
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	HIGADO ENCEBOLLADO CON PAPA	Higado de res	80	80	1 und mediana (51 gr)	8,22	657,60
		Papa comun	39	29		3,99	155,69
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ CON ARVERJA	Arroz	35	35	4 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Arveja seca	5	5		3,54	17,68
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA DE ZANAHORIA, CEBOLLA Y TOMATE	Zanahoria	21	16	5 csop	4,06	85,19
		Pepino	16	16		4,24	67,79
		Cebolla cabezona	25	15		3,35	83,79
		Tomate Milano	20	15		6,92	138,47
		Limón	5	5		6,73	33,65
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE MARACUYA	Tomate de arbol	85	37	210 cc (7 onzas)	4,85	412,25
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							13.421,01

DESAYUNO	2.739,08
REFRIGERIO AM	1.685,98
ALMUERZO	4.871,80
REFRIGERIO PM	1.799,04
CENA	2.325,11
TOTAL	**13.421,01**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 10

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO REVUELTO	Huevo	50	50	1 porción	464,11	464,11
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	50	50	1 und mediana	4,65	232,70
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	FRUTA	Melon	130	120	1 und mediana	4,67	606,49
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	AVENA EN LECHE	Avena hojuelas	12	12	210 cc (7 onzas)	7,27	87,28
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	CUCA	Galleta Cuca	22	22	1 porción mediana	18,73	412,00
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	180cc (6 onzas)	9,51	142,60
		Platano verde	20	15		4,30	85,93
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE MOLIDA	Carne magra	80	80	4 Csop (51 gr)	28,62	2.289,33
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	4 Csop (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	TAJADA DE PLATANO MADURO	Platano maduro	30	24	2 tajadas medianas	3,41	102,40
		Aceite	5	5		12,47	62,37
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, ZANAHORIA Y CEBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	25	20	4 Csop	4,06	101,42
		Lechuga batavia	25	20		4,54	113,48
		Cebolla cabezona	25	20		3,35	83,79
		Limón	5	5		6,73	33,65
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	85	37	210 cc (7 onzas)	4,85	412,25
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	POSTRE	Bocadillo	14	14	1 und mediana	16,68	233,58
REFRIGERIO DE LA TARDE	LECHE	Leche liquida	100	100	100 cc (3½ onzas)	2,90	290,45
	GALLETA	Galleta dulce	21	21	3 unds	15,19	319,08
	FRUTA	Mandarina	100	80	1 und mediana	10,87	1.086,80
COMIDA - CENA	BISTEC DE CARNE CON MADURO	Carne magra	80	80	1 porcón mediana (51 gr de carne)	28,62	2.289,33
		Platano maduro	30	20		3,41	102,40
		Papa comun	45	35		3,99	179,64
		Cebolla cabezona	10	5		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	5		6,19	61,90
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	35	35	4 cdas (79 gr)	3,54	124,02
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA DE REPOLLO Y ZANAHORIA	Repollo	35	25	4 cdas	3,75	131,41
		Zanahoria	30	25		4,06	121,70
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
		Limón	10	3		6,73	67,30
	JUGO DE GUAYABA	Guayaba dulce	85	37	210 cc (7 onzas)	4,39	373,09
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							12.305,25

DESAYUNO	2.047,69
REFRIGERIO A	833,19
ALMUERZO	4.073,26
REFRIGERIO P	1.696,34
CENA	3.654,78
TOTAL	**12.305,25**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 11

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COLADA DE MAIZENA EN LECHE	Maizena	12	12	210 cc (7 onzas)	23,30	279,64
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	QUESO CUAJADA	Queso cuajada	50	50	1 porción mediana	15,99	799,67
	AREPA Y GALLETAS	Galletas de sal	14	14	2 unds	12,48	174,78
		Arepa	40	40	1und mediana	4,65	186,16
		Margarina	3	3		16,45	49,36
	FRUTA	Manzana	100	80	1 und mediana	11,93	1.193,00
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	180 cc (6 0nzas)	2,90	290,45
		Banano	100	80		3,58	358,27
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	GALLETA DULCE	Galleta dulce	14	14	2 unds	15,19	212,72
ALMUERZO	SOPA DE PLÁTANO	Platano verde	35	29,5	150 cc (5 onzas)	4,30	150,38
		Papa comun	31,5	29,5		3,99	125,75
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Cilantro	5	5		14,97	74,83
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	POLLO APANADO	Pollo pemil	120	80	1 porción mediana (64 gr)	12,57	1.508,00
		Harina de pan	2,5	2,5		3,49	8,73
		Huevo	10	10		464,11	464,11
		aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ AMARILO	Arroz	25	25	4 cdas (56 gr)	3,54	88,58
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA DULCE	Lechuga batavia	25	15	5 cdas soperas	4,54	113,48
		Piña	25	20		2,82	70,57
		Zanahoria	20	15		4,06	81,13
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Azucar	2	2		3,34	6,69
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE MORA	Mora	85	37	210 cc (7 onzas)	12,35	1.049,75
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	ARROZ CON LECHE	Arroz	20	20	1 pocillo (150 gr)	3,54	70,87
		Leche liquida	80	80		2,90	232,36
		Panela	14	14		4,50	63,06
	PAN	Pan mogolla	20	20		10,52	210,41
COMIDA - CENA	SOPA DE GUINEO	Guineo	40	29	150 cc (5 onzas)	2,74	109,60
		Papa comun	20	15		3,99	79,84
		Papa criolla	20	15		5,04	100,80
		Cebolla cabezona	20	15		3,35	67,03
		Tomate chonto	20	15		6,19	123,80
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	TORTA DE CARNE	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Harina de pan	7,5	7,5		3,49	26,20
		Huevo	10	10		464,11	464,11
		Pimenton	10	5		8,76	87,57
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	35	35	4 cdas (79 gr)	3,54	124,02
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE MANGO	Mango	85	37	210 cc (7 onzas)	9,12	774,92
		Azucar	13	13		3,34	43,46

13.161,58

DESAYUNO	3.036,12
REFRIGERIO AM	904,91
ALMUERZO	4.181,27
REFRIGERIO PM	576,70
CENA	4.462,58
TOTAL	**13.161,58**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 12

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	COCOA EN LECHE	Chocolate en polvo	12	12		38,42	461,06
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO EN TORTILLA	Huevo	55	50		464,11	464,11
		Margarina	2,5	3		16,45	41,13
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	40	40		4,65	186,16
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	MOGOLLA	Pan Mogolla	20	20		10,52	210,41
	FRUTA	Piña	130	80		2,82	366,96
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Banano	123	80		3,58	440,67
		Azucar	13	13		3,34	43,46
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	14	14		12,48	174,78
ALMUERZO	SOPA DE RAICES	Platano verde	20	15		4,30	85,93
		Papa comun	20	15		3,99	79,84
		Yuca	15	9		3,00	44,95
		Arracacha	15	9		4,50	67,50
		Mazorca	45	25		11,70	526,50
		Cebolla cabezona	10	5		3,35	33,52
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Habichuela	15	12		5,11	76,71
		Zanahoria	17	12		4,06	68,96
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	SOBREBARRIGA EN SALSA	Sobrebarriga	80	80		21,34	1.707,29
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Cebolla larga	6	5,5		7,17	43,00
		Cebolla cabezona	20	15		3,35	67,03
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25		3,54	88,58
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AGUACATE	Aguacate	30	20		8,91	267,40
	JUGO DE PAPAYA CON ZANAHORIA	Papaya	85	37		3,67	311,67
		Zanahoria	17	12		4,06	68,96
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	HOJUELAS DE HARINA DE TRIGO	Harina de trigo	20	20		3,52	70,33
		Azucar	5	5		3,34	16,72
		Margarina	3	3		16,45	49,36
		Huevo	10	10		464,11	464,11
		Aceite	5	5		12,47	62,37
	JUGO DE MORA	Mora	100	37		12,35	1.235,00
		Azucar	13	13		3,34	43,46
COMIDA-CENA	CREMA DE PAPA CRIOLLA CON AHUYAMA	Papa criolla	25	20		5,04	126,00
		Ahuyama	25	15		1,56	39,07
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Cebolla larga	6	5,5		7,17	43,00
		Crema de Leche	5	5		14,07	70,34
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ENSALADA RUSA	Arveja seca	20	20		3,54	70,73
		Zanahoria	25	20		4,06	101,42
		Papa comun	25	15		3,99	99,80
		Huevo	55	50		464,11	464,11
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
	ARROZ BLANCO	Arroz	35	35		3,54	124,02
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PATACON FRITO	Platano verde	29	24		4,30	124,60
		Aceite	4	4		12,47	49,89
	JUGO DE MANGO	Mango	85	37		9,12	774,92
		Azucar	13	13		3,34	43,46

11.245,93

DESAYUNO	2.125,24
REFRIGERIO AM	949,37
ALMUERZO	3.769,94
REFRIGERIO PM	1.941,35
CENA	2.460,04
TOTAL	**11.245,93**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 13

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	Chocolate pastas EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 porción	464,11	464,11
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA Y TOSTADA	Arepa	40	40	1 porción mediana	4,65	186,16
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
		Tostada	21	21	2 unds	16,30	342,25
	FRUTA	Pera	100	80	1 porción mediana	7,70	769,92
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	COLADA DE MAIZENA	Maizena	12	12	210 cc (7 onzas)	23,30	279,64
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	PAN	Pan mogolla	50	50	1 und mediana	10,52	526,03
	FRUTA	Papaya	100	80	1 und mediana	3,67	366,67
ALMUERZO	CREMA DE VERDURAS	Habichuela	13	10	180cc (6 onzas)	5,11	66,48
		Cebolla cabezona	13	10		3,35	43,57
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Espinaca	10	10		21,23	212,33
		Papa criolla	30	20		5,04	151,20
		Papa comun	30	20		3,99	119,76
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Brocoli	15	10		13,85	207,70
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE ASADA	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	YUCA FRITA	Yuca	29	19	1 astilla	3,00	86,90
		Aceite	6	6		12,47	74,84
	ARROZ AMARILLO	Arroz	25	25	4 cdas (56 gr)	3,54	88,58
		Zanahoria	15	10		4,06	60,85
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE MARACUYA	Maracuya	85	34	210 cc (7 onzas)	6,66	565,76
		Azucar	14	14		3,34	46,81
	POSTRE	Cocada	20	20	1 porción mediana	51,19	1.023,89
REFRIGERIO DE LA TARDE	GALLETAS CON MERMELADA	Mermelada	20	20	2 unds	18,83	376,67
		Galletas de sal	14	14		12,48	174,78
	LECHE LIQUIDA	Leche liquida	100	100	100 cc (3½ onzas)	2,90	290,45
COMIDA - CENA	ROLLO DE CARNE	Carne molida	80	80	1 porción mediana (51 gr de carne)	19,34	1.546,93
		Habichuela	25	20		5,11	127,85
		Zanahoria	25	20		4,06	101,42
		Tomate chonto	8	6		6,19	49,52
		Cebolla cabezona	17	15		3,35	56,98
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ VERDE	Arroz	35	35	4 cdas (79 gr)	3,54	124,02
		Espinaca	10	10		21,23	212,33
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	PURE DE PAPA	Papa comun	69	59	1 porción	3,99	275,45
		Cilantro	8	6		14,97	119,73
		Cebolla cabezona	15	12		3,35	50,28
		Aceite	3	3		12,47	37,42
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	RODAJAS DE TOMATE	Tomate milano	57	50,0	3 uds	6,92	394,63
		sal	0,5	0,5		1,51	0,76
		Limón	10	3		6,73	67,30
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	85	37	210 cc (7 onzas)	4,85	412,25
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							13.992,06

DESAYUNO	2.506,82
REFRIGERIO AM	1.525,85
ALMUERZO	5.382,64
REFRIGERIO PM	841,90
CENA	3.734,85
TOTAL	**13.992,06**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882

ALCALDÍA DE PEREIRA
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO
NIÑOS Y NIÑAS DE 7 AÑOS A 12 AÑOS 11 MESES
VÍCTIMAS MINUTA 14

TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO BRUTO gr o cc	PESO NETO gr o cc	SERVIDO gr o cc	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
DESAYUNO	CHOCOLATE EN LECHE	Chocolate pastas	12	12	210 cc (7 onzas)	25,65	307,84
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
		Panela	14	14		4,50	63,06
	HUEVO REVUELTO	Huevo	55	50	1 und	464,11	464,11
		Margarina	3	3		16,45	49,36
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	AREPA	Arepa	40	40	1 und mediana	4,65	186,16
		Margarina	2,5	2,5		16,45	41,13
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	7	7	1 und	12,48	87,39
		Margarina	2,5	2,5	½ cdita	16,45	41,13
	FRUTA	Papaya	145	100	1 porción mediana	3,67	531,67
REFRIGERIO DE LA MAÑANA	AGUAPANELA EN LECHE	Panela	14	14	2100 cc (7 onzas)	4,50	63,06
		Leche liquida	100	100		2,90	290,45
	GALLETAS SALTINAS	Galletas de sal	14	14	2 unds	12,48	174,78
		Margarina	3	3	½ cdita	16,45	49,36
	FRUTA	Mango	145	100	1 porción mediana	9,12	1.321,92
ALMUERZO	FRIJOLES	Frijol	15	15	150 cc (5onzas)	9,51	142,60
		Platano verde	20	15		4,30	85,93
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE MOLIDA	Carne magra	80	80	4 Csop (51 gr)	28,62	2.289,33
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ BLANCO	Arroz	25	25	4 Cdas (56 gr)	3,54	88,58
		Aceite	2	2		12,47	24,95
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	TAJADA DE PLATANO MADURO	Platano maduro	30	24	2 tajadas medianas	3,41	102,40
		Aceite	6	6		12,47	74,84
	ENSALADA DE LECHUGA BATAVIA, ZANAHORIA Y CEBOLLA DE HUEVO	Zanahoria	25	20	4 Csop	4,06	101,42
		Lechuga batavia	25	20		4,54	113,48
		Cebolla cabezona	25	20		3,35	83,79
		Limón	5	5		6,73	33,65
	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	Tomate de arbol	80	75	210 cc (7 onzas)	4,85	388,00
		Azucar	13	13		3,34	43,46
REFRIGERIO DE LA TARDE	SORBETE DE BANANO	Leche liquida	100	100	100 cc (3½ onzas)	2,90	290,45
		Banano	82	37		3,58	293,78
		Azucar	6	6		3,34	20,06
	GALLETAS	Galletas de sal	21	21	3 unds	12,48	262,17
COMIDA- CENA	SOPA DE VERDURAS	Ahuyama	25	15	210 cc (7 onzas)	1,56	39,07
		Zanahoria	22	15		4,06	89,25
		Habichuela	22	15		5,11	112,50
		Brocoli	22	15		13,85	304,62
		Papa comun	25	15		3,99	99,80
		Papa Criolla	25	15		5,04	126,00
		Cebolla cabezona	10	8		3,35	33,52
		Tomate chonto	10	8		6,19	61,90
		cilantro	5	5		14,97	74,83
		Aceite	6	6		12,47	74,84
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	CARNE Y PAPA ENCEBOLLDA	Carne magra	80	80	1 porción mediana (51 gr)	28,62	2.289,33
		Papa comun	40	30		3,99	159,68
		Cebolla cabezona	5	5		3,35	16,76
		Tomate chonto	5	5		6,19	30,95
		Aceite	4	4		12,47	49,89
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	ARROZ CON ARVEJA	Arroz	35	35	4 cdas soperas (79 gr)	3,54	124,02
		Arveja seca	5	5		3,54	17,68
		Aceite	5	5		12,47	62,37
		Sal	0,5	0,5		1,51	0,76
	JUGO DE GUAYABA DULCE	Guayaba Dulce	85	37	210 cc (7 onzas)	4,39	373,09
		Leche liquida	50	50		2,90	145,23
		Azucar	13	13		3,34	43,46
							12.975,60

DESAYUNO	2.063,07
REFRIGERIO AM	1.899,57
ALMUERZO	3.815,43
REFRIGERIO PM	866,46
CENA	4.331,07
TOTAL	**12.975,60**

IGUAL

PATRICIA HELENA VELEZ SANTA
NUTRICIONISTA DIETISTA N° CC. 42093882