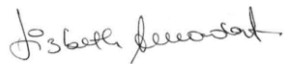


JM / JT PREPARADO EN SITIO					
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / JORNADA TARDE					
OPERADOR:	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANA				
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
BEBIDA CON LECHE (LÁCTEOS Y AZÚCAR)	CHOCOLATE CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE	REFresco DE AVENA SABORIZADA CON LECHE	COLADA DE PLÁTANO EN LECHE
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO TORTILLA	POLLO GUIADO		LENTEJA GUIADA /HUEVO	HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	ARROZ BLANCO	GALLETA SALADA TIPO CRACKER	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	NARANJA		BANANO		
AGUA	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No.7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
BEBIDA CON LECHE (LÁCTEOS Y AZÚCAR)	AGUA DE PANELA CON LECHE	REFresco DE AVENA SABORIZADA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	REFresco DE AVENA EN LECHE	JUGO DE MANGO EN LECHE
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	ARVEJA GUIADA /HUEVO		HUEVO PERICO	POLLO GUIADO
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	ARROZ BLANCO	AREPA DE MAIZ ASADA CON QUESO	PAN BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA	MANZANA		MANDARINA		
AGUA	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
BEBIDA CON LECHE (LÁCTEOS Y AZÚCAR)	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE	REFresco DE AVENA
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	LENTEJA GUIADA /HUEVO TORTILLA	HUEVO TORTILLA		HUEVO PERICO
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	AREPA DE MAIZ ASADA	GALLETA SALADA TIPO CRACKER	ARROZ BLANCO
FRUTA				GRANADILLA	MANDARINA
AGUA	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
BEBIDA CON LECHE (LÁCTEOS Y AZÚCAR)	JUGO DE MANGO EN LECHE	REFresco DE AVENA EN LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	AGUA DE PANELA EN LECHE
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUIADO	HUEVO REVUELTO		CARNE GUIADA EN CUADRITOS	ARVEJA GUIADA /HUEVO TORTILLA
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	YUCA FRITA	AREPA DE MAIZ ASADA CON QUESO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO
FRUTA		MANZANA	NARANJA		
AGUA	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO	AGUA PARA EL CONSUMO
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS				
	RAIZAL			ROM				SIN PERTENENCIA ÉTNICA				
MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	30	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,3
FRUTA	PORCION DE NARANJA	Naranja	C062	132,8	80	32	0,56	0,24	7,04	26,4	1,04	1,6
TOTAL MENÚ						382,225	15,276	12,354	52,4805	187,435	3,6465	74,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						29%	34%	29%	29%	27%	65%	7%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	62,5	50	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	31,5
		Cebolla junca, tallos	B029	37,5	22,5	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	3,375
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Zanahoria, cruda	B110	12,5	8	2,96	0,056	0,008	0,672	2,16	0,032	2,8
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0
FRUTA												0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						351,105	16,3825	13,3185	40,474	187,735	1,0045	282,98
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	36%	31%	22%	27%	18%	25%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR		OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO		FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	30	30	133,8	2,52	5,16	20,46	32,1	0,78	212,4
FRUTA	BANANO	Banano manzano, maduro, pulpa	C011	100	80	92	0,96	0,16	21,6	4,8	0,32	2,4
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	25	0,0	0,0	6,3	3	0,3	7,0
GRASAS												0
TOTAL MENÚ						305,28	6,722	8,527	51,574	159,84	1,743	221,8
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						23%	15%	20%	28%	23%	31%	20%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENASABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	7	7	32,5	2,35	0,06	5,65	7	0,95	1,89
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
	HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						401,505	15,387	14,326	45,3735	210,105	11,1865	443,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	34%	33%	25%	30%	200%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Harina de platanito	B057	10	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						304,705	11,777	13,696	33,6835	202,735	1,6365	245,805
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						23%	26%	32%	19%	29%	29%	22%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	30	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,3
FRUTA	PORCION DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	94	80	50,4	0,24	0,16	12	12,8	0,24	1,6
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						408,005	14,377	15,356	53,0635	168,035	2,7365	51,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	32%	35%	29%	24%	49%	5%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENASABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	7	7	31,9	2,39	0,08	5,4	6	0,46	1,05
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						400,905	15,427	14,346	45,1235	209,105	10,6965	442,56
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	34%	33%	25%	30%	191%	39%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR		OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO		FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 8												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	280,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	30	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,3
FRUTA	PORCION DE MANDARINA	Mandarina	C050	120	80	0,72	0,08	9,12	28	0,24	0,16	1,6
TOTAL MENÚ						356,39	10,42	16,86	61,23	185,04	1,63	282,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	23%	39%	34%	26%	29%	25%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN BLANCO	Pan blanco	A060	30	30	115,8	2,3	1,2	23,9	30,8	1,05	354,9
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						378,55	13,27	15,39	39,335	226,77	11,005	620,705
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						29%	29%	36%	22%	32%	197%	55%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con	F085	62,5	50	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	31,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						348,02	16,289	13,208	40,457	188,7	1,06	466,21
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	36%	31%	22%	27%	19%	41%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR		OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO		FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	Carne de pollo, pechuga con	F085	62,5	50	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	31,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						350,945	16,4465	13,3205	40,352	189,075	1,0225	473,71
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	36%	31%	22%	27%	18%	42%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	7	7	32,5	2,35	0,06	5,65	7	0,95	1,89
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						402,75	15,45	14,38	45,575	210,37	11,195	463,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	34%	33%	25%	30%	200%	41%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	30	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,3
TOTAL MENÚ						351,47	14,779	12,168	45,642	161,3	2,615	92,8
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	32%	28%	25%	23%	47%	8%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR		OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO		FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	30	30	133,8	2,52	5,16	20,46	32,1	0,78	212,4
FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	120	80	0,72	0,08	9,12	28	0,24	0,16	1,6
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						208,37	5,8	17,48	56,625	152,34	1,245	214
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						16%	13%	40%	31%	22%	22%	19%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	122	80	50	0,9	0,1	11,4	35	0,3	1,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						420,25	14	14,42	51,325	238,37	10,545	463,11
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						32%	31%	33%	28%	34%	188%	41%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	62,5	50	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	31,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						348,02	16,289	13,208	40,457	188,7	1,06	466,21
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						27%	36%	31%	22%	27%	19%	41%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	5,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	2	2	18	0	2	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	45	30	91,8	0,54	0,06	22,26	4,2	0,42	4,2
		Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	94	80	50,4	0,24	0,16	12	12,8	0,24	1,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						400,35	13,54	14,39	48,815	163,87	10,415	269,505
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						31%	30%	33%	27%	23%	186%	24%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL				MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR		OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO		FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No.18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	280,5
CEREAL ACOMPAÑANT	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	30	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,3
FRUTA	PORCION DE NARANJA	Naranja	C062	132,8	80	32	0,56	0,24	7,04	26,4	1,04	1,6
TOTAL MENÚ						387,67	14,679	13,098	52,812	337	2,925	305,4
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						30%	32%	30%	29%	48%	52%	27%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES GUISADA	Carne de res, magra	F099	50	50	124,5	8,6	10	0	3	1,35	25,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,75
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						392,945	14,6965	18,7205	40,352	186,575	2,0225	468,16
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						30%	32%	43%	22%	27%	36%	41%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL						
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO						
GRUPO DE EDAD	PREESCOLAR			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	7	7	31,9	2,39	0,08	5,4	6	0,46	1,05
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	15	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						336,605	14,167	13,776	39,0835	208,735	2,0965	442,26
RECOMENDACIÓN						1300	45,5	43,3	182	700	5,6	1133
% ADECUACIÓN						26%	31%	32%	21%	30%	37%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, cocido	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	50	50	330	9,4	3,3	65,5	18	2,7	0,5
FRUTA	PORCIÓN DE NARANJA	Naranja	C062	176	110	40	0,7	0,3	8,8	33	1,3	2,2
TOTAL MENÚ						555,225	20,116	14,064	86,9905	203,035	5,2565	75,2
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						34%	35%	26%	38%	25%	85%	6%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187
-------	--	-----------------------	-----------



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	72,5	60	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	37,8
		Cebolla junca, tallos	B029	50	35	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	5,25
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Zanahoria, cruda	B110	9	8	3	0,1	0	0,7	2,2	0	2,8
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
GRASAS		Aceíte de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
						419,945	17,0965	15,3505	52,457	189,075	1,0575	485,26
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						26%	30%	28%	23%	24%	17%	40%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 3

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	50	50	223	4,2	8,6	34,1	53,5	1,3	354
FRUTA	BANANO	Banano manzano, maduro, pulpa	C011	135	110	115	1,2	0,2	27	6	0,4	3,3
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						427,75	8,6	12	73,24	179,5	2,01	357,3
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						26%	15%	22%	32%	22%	32%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 4

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	10	10	65	4,7	0,12	11,3	14	1,9	2,7
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
	HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						565,805	18,407	23,426	62,9785	218,405	12,2215	444,41
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						35%	32%	43%	28%	27%	197%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 5

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Harina de platanito	B057	10	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						338,605	11,777	15,696	37,6585	202,735	1,6415	246,005
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						21%	21%	29%	17%	25%	26%	21%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 6

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, cocido	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAÍZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	50	50	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,5
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	127	110	63	0,3	0,2	15	16	0,3	2,2
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						436,505	14,437	15,396	60,0385	171,235	2,8015	52,2
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						27%	25%	28%	26%	21%	45%	4%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 7

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	10	10	63,8	4,78	0,16	10,8	12	0,92	1,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	149,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						511,6	18,5	16,5	62,5	216,4	11,2	443,2
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						31%	32%	30%	27%	27%	181%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 8

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	280,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	50	50	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,5
FRUTA	MANDARINA	Mandarina	C050	153	110	50	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2,2
TOTAL MENÚ						405,67	11,24	7,84	44,63	219,8	1,77	283,2
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						25%	20%	14%	20%	27%	29%	24%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA	
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA	
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA

MENÚ No. 9

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN BLANCO	Pan blanco	A060	50	50	264,8	5,47	2,72	54,64	70,4	2,4	591,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						561,45	16,44	18,91	74,05	266,37	12,36	857,305
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						34%	29%	35%	32%	33%	199%	71%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 10

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	75	60	99	12,42	5,52	0	6,6	0,42	37,8
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						433,32	19,029	16,168	52,412	191,1	1,215	472,71
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						27%	33%	30%	23%	24%	20%	39%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 11

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	Carne de pollo, pechuga con	F085	75	60	99	12,42	5,52	0	6,6	0,42	37,8
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						436,245	19,1865	16,2805	52,307	191,475	1,1775	480,21
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						27%	34%	30%	23%	24%	19%	40%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 12

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	13,3	0,34	0,29	1,84	11	0,04	0,9
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	10	10	65	4,7	0,12	11,3	14	1,9	2,7
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						453,05	17,55	16,2	58,98	229,3	3,67	465,01
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						28%	31%	30%	26%	29%	59%	39%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 13

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	50	50	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,5
TOTAL MENÚ						350,225	14,716	12,114	45,4405	161,035	2,6065	73
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						21%	26%	22%	20%	20%	42%	6%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
	RAIZAL		ROM			

MENÚ No. 14

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta sarawa tipo crackers	A026	50	50	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	1
FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	150	110	89,1	2,34	2,16	14,4	16,2	1,22	16
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						318,45	8,22	5,52	58,46	141,4	1,85	17
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						20%	14%	10%	26%	18%	30%	1%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS SIN PERTENENCIA ÉTNICA	
	RAIZAL		ROM			

MENÚ No. 15

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	152	110	50	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2,2
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						489,05	14,67	16,46	63,28	239,67	10,63	463,91
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						30%	26%	30%	28%	30%	171%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 16

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con	F085	75	60	99	12,42	5,52	0	6,6	0,42	37,8
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						433,32	19,029	16,168	52,412	191,1	1,215	472,71
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						27%	33%	30%	23%	24%	20%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 17

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	70	50	122,4	0,72	0,08	29,68	5,6	0,56	7
		Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	124	110	63	0,3	0,2	15	16	0,3	2,2
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						504,45	12,78	19,45	63,21	168,47	10,62	272,905
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						31%	22%	36%	28%	21%	171%	23%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

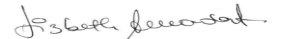
Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No.18

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	47	0,4	1,7	7,6	4	0,4	10,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	280,5
CEREAL	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	50	50	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,5
ACOMPAÑANTE	NARANJA	Naranja	C062	177	110	40	0,7	0,3	8,8	33	1,3	2,2
FRUTA												
TOTAL MENÚ						395,67	14,819	13,158	54,572	343,6	3,185	306,2
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						24%	26%	24%	24%	43%	51%	26%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 19

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES GUISADA	Carne de res, magra	F099	60	60	149,4	10,32	12	0	3,6	1,62	30,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						468,645	17,0865	20,7605	52,307	188,475	2,3775	473,01
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						29%	30%	38%	23%	24%	38%	39%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	PRIMERO, SEGUNDO Y TERCERO PRIMARIA		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	

MENÚ No. 20

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	10	10	63,8	4,78	0,16	10,8	12	0,92	1,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	25	25	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						421,405	17,227	15,896	52,4635	216,035	2,6365	442,91
RECOMENDACIÓN						1629	57,0	54,3	228,1	800	6,2	1200,0
% ADECUACIÓN						26%	30%	29%	23%	27%	43%	37%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	CUARTO Y QUINTO PRIMARIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA					
MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	60	60	330	9,4	3,3	65,5	18	2,7	0,6
FRUTA	PORCIÓN DE NARANJA	Naranja	C062	176	110	40	0,7	0,3	8,8	33	1,3	2,2
TOTAL MENÚ						592,505	20,404	15,392	93,0305	205,915	5,5365	83,3
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						30%	29%	23%	33%	19%	64%	6%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				

MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA EN LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO SUDADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	92,5	80	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	50,4
		Cebolla junca, tallos	B029	50	35	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	5,25
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Zanahoria, cruda	B110	9	8	3	0,1	0	0,7	2,2	0	2,8
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						419,945	17,0965	15,3505	52,457	189,075	1,0575	497,96
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0

COMPONENTE	PREPARACION	ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	BRUTO (g)	NETO (g)	CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Harina de platanito	B057	10	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	0
CEREAL ACOMPANANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						338,605	11,777	15,696	37,6585	202,735	1,6415	246,105
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						17%	17%	24%	13%	18%	19%	16%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			

MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPANANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	60	60	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,6
FRUTA	PORCION DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	127	110	63	0,3	0,2	15	16	0,3	2,2
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						436,505	14,437	15,396	60,0385	171,235	2,8015	52,3
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	21%	23%	22%	16%	32%	3%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Avena en saborizada	A029	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
		Arveja seca	T003	10	10	63,8	4,78	0,16	10,8	12	0,92	1,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5

MENÚ No. 12												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	10	10	13,3	0,34	0,29	1,84	11	0,04	0,9
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	10	10	65	4,7	0,12	11,3	14	1,9	2,7
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						453,05	17,55	16,2	58,98	229,3	3,67	465,11
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						23%	25%	24%	21%	21%	42%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			

MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	60	60	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,6
TOTAL MENÚ						387,505	15,004	13,442	51,4805	163,915	2,8865	81,1
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						19%	21%	20%	18%	15%	33%	5%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			

MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	60	60	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	1,2

FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	150	110	89,1	2,34	2,16	14,4	16,2	1,22	16
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						318,45	8,22	5,52	58,46	141,4	1,85	17,2
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						16%	12%	8%	21%	13%	21%	1%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA							MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187			

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	152	110	50	0,9	0,1	11,4	35	0,3	2,2
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						489,05	14,67	16,46	63,28	239,67	10,63	464,01
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						25%	21%	25%	23%	22%	122%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA							MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187			

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con	F085	95	80	99	12,42	5,52	0	6,6	0,42	50,4
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						433,32	19,029	16,168	52,412	191,1	1,215	485,41
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	27%	24%	19%	17%	14%	32%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	

MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	10	10	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,3
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	80	60	122,4	0,72	0,08	29,68	5,6	0,56	8,4
		Aceite de soya	D012	3	3	27	0	3	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	124	110	63	0,3	0,2	15	16	0,3	2,2
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						504,45	12,78	19,45	63,21	168,47	10,62	274,305
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						25%	18%	29%	23%	15%	122%	18%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	

MENÚ No.18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	40	40	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	374
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	60	60	165	4,7	1,65	32,75	9	1,35	0,6
FRUTA	NARANJA	Naranja	C062	177	110	40	0,7	0,3	8,8	33	1,3	2,2
TOTAL MENÚ						432,95	15,107	14,486	60,612	346,48	3,465	407,8
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	22%	22%	22%	31%	40%	27%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ			
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	

MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
	JUGO DE GUAYABA EN	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5

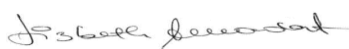
LACTEOS	LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	65	3,4	3,5	5,0	122	0,1	13,0
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES ASADA	Carne de res, magra	F099	80	80	149,4	10,32	12	0	3,6	1,62	40,8
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						468,645	17,0865	20,7605	52,307	188,475	2,3775	483,31
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	24%	31%	19%	17%	27%	32%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS												
LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ												
FIRMA							MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187			

MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	10	10	63,8	4,78	0,16	10,8	12	0,92	1,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	30	30	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	7	7	63	0	7	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	19,85	0	0	4,965	0	0,005	0
TOTAL MENÚ						421,405	17,227	15,896	52,4635	216,035	2,6365	443,01
RECOMENDACIÓN						1994	69,8	66,5	279,2	1100	8,7	1500,0
% ADECUACIÓN						21%	25%	24%	19%	20%	30%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						
MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	PORCIÓN DE NARANJA	Naranja	C062	209	130	48	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56	2,6
TOTAL MENÚ						676,485	22,95	16,644	108,6585	234,915	6,3465	86,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	26%	20%	31%	21%	67%	6%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	87,5	100	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	63
		Cebolla junca, tallos	B029	50	35	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	5,25
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Zanahoria, cruda	B110	9	8	3	0,1	0	0,7	2,2	0	2,8
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						490,765	18,2925	17,9225	63,185	209,175	1,1475	512,96
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						20%	21%	22%	18%	19%	12%	34%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 3												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	100	100	446	8,4	17,2	68,2	107	2,6	708
FRUTA	BANANO	Banano manzano, maduro, pulpa	C011	160	130	138	1,44	0,24	32,4	7,2	0,48	3,9
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						681,69	13,04	20,64	114,72	234,2	3,39	711,9
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	15%	25%	33%	21%	36%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 4												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	20	20	97,5	7,05	0,18	16,95	21	2,85	5,4
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
	HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						596,145	21,427	18,526	78,5885	226,705	13,2515	447,67
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	22%	23%	21%	139%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORIAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Harina de platanito	B057	12	12	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	1
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						364,545	11,777	17,696	39,6385	202,735	1,6415	246,505
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						15%	14%	21%	11%	18%	17%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	PORCION DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						688,145	21,077	17,746	110,9085	187,075	4,7515	53,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	24%	21%	32%	17%	50%	4%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	20	20	95,7	7,17	0,24	16,2	18	1,38	3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						594,3	21,5	18,6	77,8	223,7	11,8	445,3
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	22%	22%	20%	124%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ							
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 8

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	40	40	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	374
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAÍZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	MANDARINA	Mandarina	C050	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
TOTAL MENÚ						709,63	17,28	10,29	97,12	216,64	3,72	377,6
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	20%	12%	28%	20%	39%	25%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN BLANCO	Pan blanco	A060	100	100	364,1	7,52	3,74	75,13	96,8	3,3	1183
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						686,69	20,49	21,93	96,52	292,77	13,26	1448,865
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	23%	26%	28%	27%	140%	97%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						537,14	24,365	20,58	63,14	213,4	1,445	500,41
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
		Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA											
TOTAL MENÚ						540,065	24,5225	20,6925	63,035	213,775	1,4075	507,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187					



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 12

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	13,3	0,34	0,29	1,84	11	0,04	1,08
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	20	20	97,5	7,05	0,18	16,95	21	2,85	5,4
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						546,39	20,57	18,3	74,59	237,6	4,7	468,39
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	24%	22%	21%	22%	49%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
TOTAL MENÚ						628,485	22,11	16,284	98,0985	195,315	4,7865	83,5
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						25%	25%	20%	28%	18%	50%	6%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL				MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	100	100	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	2
FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	170	130	89,1	2,34	2,16	14,4	16,2	1,22	16
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						318,45	8,22	5,52	58,46	141,4	1,85	18
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						13%	9%	7%	17%	13%	19%	1%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	181	130	60	1,08	0,12	13,68	42	0,36	2,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						559,89	17,52	18,52	75,52	247,97	10,77	464,87
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	20%	22%	22%	23%	113%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						537,14	24,365	20,58	63,14	213,4	1,445	500,41
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORIAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	1,86	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	120	100	169	0,99	0,11	40,96	7,73	0,77	14
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						562,69	13,71	18,52	79,51	173,84	10,89	280,365
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						23%	16%	22%	23%	16%	115%	19%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No.18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	40	40	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	374
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	NARANJA	Naranja	C062	209	130	48	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56	2,6
TOTAL MENÚ						681,93	22,353	17,388	108,99	384,48	5,625	410,6
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	26%	21%	31%	35%	59%	27%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES GUISADA	Carne de res, magra	F099	100	100	199,2	13,76	16	0	4,8	2,16	51
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						607,265	21,7225	29,3325	63,035	209,775	3,0075	495,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	35%	18%	19%	32%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	SECUNDARIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

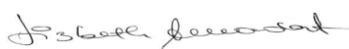
MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	20	20	95,7	7,17	0,24	16,2	18	1,38	3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	193,905	
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	193,905	
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						530,045	20,287	18,016	71,7985	223,335	3,1815	444,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						21%	23%	22%	21%	20%	33%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						
MENÚ No. 1												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	PORCIÓN DE NARANJA	Naranja	C062	209	130	48	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56	2,6
TOTAL MENÚ						676,485	22,95	16,644	108,6585	234,915	6,3465	86,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	26%	20%	31%	21%	67%	6%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ							
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 2												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	87,5	100	82,5	10,35	4,6	0	5,5	0,35	63
		Cebolla junca, tallos	B029	50	35	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	5,25
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Zanahoria, cruda	B110	9	8	3	0,1	0	0,7	2,2	0	2,8
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						490,765	18,2925	17,9225	63,185	209,175	1,1475	512,96
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						20%	21%	22%	18%	19%	12%	34%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187	



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 3

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	100	100	446	8,4	17,2	68,2	107	2,6	708
FRUTA	BANANO	Banano manzano, maduro, pulpa	C011	160	130	138	1,44	0,24	32,4	7,2	0,48	3,9
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						681,69	13,04	20,64	114,72	234,2	3,39	711,9
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	15%	25%	33%	21%	36%	47%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 4

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	20	20	97,5	7,05	0,18	16,95	21	2,85	5,4
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO	Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
		Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						596,145	21,427	18,526	78,5885	226,705	13,2515	447,67
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	22%	23%	21%	139%	30%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 5												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORIAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Harina de platanito	B057	12	12	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	104,7	2,01	0,12	23,94	3,9	0,24	1
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						364,545	11,777	17,696	39,6385	202,735	1,6415	246,505
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						15%	14%	21%	11%	18%	17%	16%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 6												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	PORCION DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						688,145	21,077	17,746	110,9085	187,075	4,7515	53,1
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	24%	21%	32%	17%	50%	4%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 7												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	64,3	1,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	20	20	95,7	7,17	0,24	16,2	18	1,38	3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						594,3	21,5	18,6	77,8	223,7	11,8	445,3
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	22%	22%	20%	124%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 8

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	40	40	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	374
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAÍZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	MANDARINA	Mandarina	C050	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
TOTAL MENÚ						709,63	17,28	10,29	97,12	216,64	3,72	377,6
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	20%	12%	28%	20%	39%	25%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 9												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN BLANCO	Pan blanco	A060	100	100	364,1	7,52	3,74	75,13	96,8	3,3	1183
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						686,69	20,49	21,93	96,52	292,77	13,26	1448,865
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						28%	23%	26%	28%	27%	140%	97%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 10												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						537,14	24,365	20,58	63,14	213,4	1,445	500,41
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 11												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						540,065	24,5225	20,6925	63,035	213,775	1,4075	507,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	34%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA					MATRÍCULA PROFESIONAL				MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL

COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO

GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA			OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA		
DEPARTAMENTO	CAQUETA			MUNICIPIO	FLORENCIA		
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS		
	RAIZAL		ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA		

MENÚ No. 12

COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena saborizada	A029	12	12	13,3	0,34	0,29	1,84	11	0,04	1,08
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	20	20	97,5	7,05	0,18	16,95	21	2,85	5,4
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	5	45	0	5	0	0	0	0
TOTAL MENÚ						546,39	20,57	18,3	74,59	237,6	4,7	468,39
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	24%	22%	21%	22%	49%	31%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS

LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ

FIRMA

Lizbeth Amador Fernandez

MATRÍCULA PROFESIONAL

MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 13												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	TORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
TOTAL MENÚ						628,485	22,11	16,284	98,0985	195,315	4,7865	83,5
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						25%	25%	20%	28%	18%	50%	6%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL			MND 02187			



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 14												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETAS TIPO CRACKER	Galleta salada tipo cracker	A026	100	100	139,6	2,68	0,16	31,92	5,2	0,32	2
FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	170	130	89,1	2,34	2,16	14,4	16,2	1,22	16
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	35,75	0	0	8,94	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						318,45	8,22	5,52	58,46	141,4	1,85	18
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						13%	9%	7%	17%	13%	19%	1%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ		
FIRMA				MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 15												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	2,26	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	181	130	60	1,08	0,12	13,68	42	0,36	2,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						559,89	17,52	18,52	75,52	247,97	10,77	464,87
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	20%	22%	22%	23%	113%	31%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR		FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA					
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO		FLORENCIA					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA			AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS					
	RAIZAL			ROM			SIN PERTENENCIA ÉTNICA					

MENÚ No. 16												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Mango común, crudo	C051	60	30	24	0,2	0,0	5,1	5	0,2	30,0
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	115	100	132	16,56	7,36	0	8,8	0,56	63
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						537,14	24,365	20,58	63,14	213,4	1,445	500,41
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						22%	28%	25%	18%	19%	15%	33%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 17												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORIAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	4,2	3,2	3,2	120	0,3	0
		Avena en hojuelas	A012	12	12	64,3	1,86	0,57	6,04	0,37	8,6	0,36
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	50	75	6,3	5,4	0,35	26,5	0,85	69,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	120	100	169	0,99	0,11	40,96	7,73	0,77	14
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	152	130	75,7	0,36	0,24	18,04	19,24	0,36	2,6
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						562,69	13,71	18,52	79,51	173,84	10,89	280,365
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						23%	16%	22%	23%	16%	115%	19%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No.18												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORIAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	18	18	84	0,6	3,0	13,6	6	0,6	18,0
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	40	40	79,2	5,64	6,09	0,48	175,8	0,12	374
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	100	100	396	11,28	3,96	78,6	21,6	3,24	1
FRUTA	NARANJA	Naranja	C062	209	130	48	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56	2,6
TOTAL MENÚ						681,93	22,353	17,388	108,99	384,48	5,625	410,6
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						27%	26%	21%	31%	35%	59%	27%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS				LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ								
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 19												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	Guayaba, madura, cruda	C031	50	38	27	0,34	0,1	5,0	5	0,1	37,5
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	15	15	75	3,9	4,0	5,8	141	0,1	15,0
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES GUISADA	Carne de res, magra	F099	100	100	199,2	13,76	16	0	4,8	2,16	51
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	0
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	193,905
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						607,265	21,7225	29,3325	63,035	209,775	3,0075	495,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						24%	25%	35%	18%	19%	32%	33%

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS		LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA		MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación
es de todos

Mineducación

FORMATO ANÁLISIS NUTRICIONAL												
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO												
GRUPO DE EDAD	NIVEL MEDIA				OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA						
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO	FLORENCIA						
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA			COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS						
	RAIZAL			ROM		SIN PERTENENCIA ÉTNICA						

MENÚ No. 20												
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES						
						CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)	SODIO (mg)
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	15	15	54	3,2	3,2	3,2	120	0,3	0
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	20	20	95,7	7,17	0,24	16,2	18	1,38	3
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Tomate, pulpa	B103	12,5	10	1,8	0,09	0,01	0,33	45,6	0,15	0,6
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	193,905	
	HUEVO TORTILLA	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	50	74	6,2	5,3	0,1	26	0,8	49,5
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	50	50	174,5	3,35	0,2	39,9	6,5	0,4	1
		Cebolla junca, tallos	B029	25	10	2,8	0,12	0,01	0,55	3,5	0,05	1,5
		Sal	L015	0,5	0,5	0	0	0	0	0	193,905	
		Aceite de soya	D012	9	9	81	0	9	0	0	0	
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	10	10	43,69	0	0	10,92	0	0,01	0
TOTAL MENÚ						530,045	20,287	18,016	71,7985	223,335	3,1815	444,91
RECOMENDACIÓN						2491	87,2	83,0	348,7	1100	9,5	1500,0
% ADECUACIÓN						21%	23%	22%	21%	20%	33%	30%
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ									
FIRMA						MATRÍCULA PROFESIONAL		MND 02187				



La educación
es de todos

Mineducación

LISTA DE INTERCAMBIOS				
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA/ JORNADA TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO				
GRUPO DE EDAD	TODOS		OPERADOR	FUNDACIÓN ECOLOGICA Y SOCIAL LA ESPERANZA
DEPARTAMENTO	CAQUETA		MUNICIPIO	FLORENCIA-CAQUETA
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA		COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	AFROCOLOMBIANO / SIN PERTENENCIA
	RAIZAL		ROM	
COMPONENTE	LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO			
ALIMENTO PROTEICO	Carne de res- pechuga de pollo - huevo-carne de cerdo			
CEREAL	Arroz, pasta, harina de plátano, cebada perlada, avena en hojuelas, maicena			
TUBERCULOS - RAICES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	Papa, yuca, papa comun, papa criolla, ñame, plátano, arracacha, arepa, pan			
VERDURAS	Maíz tierno, acelgas, ahuyama, apio, berenjena, brócoli, calabaza, cebolla cabezona, colíflor, espinaca, habichuela, lechuga, pepino cohombro, pepino criollo, pimentón, rábano, remolacha- repollo - repollo morado, tomate, zanahoria			
FRUTA	Aguacate, banano, curuba, fresa, guanábana, guayaba, limón, lulo, mandarina, mango, maracuyá			
AZÚCARES	Azúcar, panela , Chocolate			
GRASAS	Aceite - margarina			
LÁCTEOS	Leche entera pasteurizada - Leche en polvo, Queso			
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS			LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ	
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND 02187



La educación es de todos

Mineducación

GUIA DE PREPARACIONES COMPLEMENTO AM/PM									
GRUPO DE EDAD	TODOS				OPERADOR			INDICACIÓN ECOLÓGICA Y SOCIAL LA ESPERAN	
DEPARTAMENTO	CAQUETA				MUNICIPIO			FLORENCIA CAQUETA	
GRUPO ÉTNICO	INDIGENA				COMUNIDAD/ PUEBLO				
	RAIZAL				ROM			AFROCOLO	
MENU 1									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	18	18	18	En una olla poner a hervir el chocolate con agua y leche en polvo . Reposar por unos minutos,y servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEÍCO	ORTILLA DE HUEVO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos en una sartén verter aceite agregar el huevo previamente batido en crudo, revolver hasta que seque. Adicionar sal al gusto. Servir con el utensilio adecuado.
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAÍZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	50	60	100	100	Lavar y desinfectar los utensilios y los ingredientes a utilizar en la preparacion. En un recipiente agregar la harina de maíz y agua, <u>mezclar hasta obtener una masa homogénea.</u>
FRUTA	PORCIÓN DE NARANJA	Naranja	C062	132,8	162,8	162,8	182,8	187,8	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio. Pelar,
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA						MATRICULA PROFESIONAL		MND 02187	

MENU 2									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO,	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	50	50	50	50	50	En una olla poner a hervir la guayaba, dejar reposar y licuar con leche en polvo, refrigerar.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	65	75	95	115	115	Lavar la pechuga, porcionar. Lavar, desinfectar y pelar los vegetales, picarlos finamente, sofreírlos y agregar la sal. Verter en una sartén el guiso y la pechuga, tapar la sartén y dejar en cocción hasta que ablande. Servir con el utensilio adecuado
		Cebolla junca, tallos	B029	37,5	50	50	50	50	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Zanahoria, cruda	B110	12,5	9	9	9	9	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	arroz blanco	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (aceite y sal). Aparte lavar y picar finamente la cebolla, pelar y lavar la zanahoria. Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	
GRASAS		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	Estos productos se utilizan dentro de las
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 3									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua y adicione la panela, dejar hervir y adicionar la leche. Reposar por unos minutos y servir
CEREAL ACOMPAÑANTE	LETA TIPO CRACK	Galleta salada tipo cracker	A026	30	50	60	100	100	Servir
FRUTA	BANANO	Banano manzano, maduro, pulpa	C011	100	130	130	150	155	Lavar, desinfectar y servir
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	7	10	10	Este producto se utilizan dentro de la preparacion en la bebida lactea
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 4									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua- leche, con canela y azúcar, dejar hervir. Aparte en una cantidad pequeña de agua disolver la maicena y adicionar a poco a poco a la preparación que está hirviendo; revolver constantemente, dejar
		Avena saborizada	A029	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	7	10	10	20	20	En un recipiente limpio y desinfectado alistar los ingredientes, limpiar y desinfectar la cebolla, el tomate, de acuerdo al programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar la cebolla, el tomate, poner todos los ingredientes en una olla limpia y desinfectada, cubrir con agua potable, agregar sal. Tapar la olla y dejar cocinar hasta que esté bien cocida, retirar del fuego. en un recipiente aparte fritar los huevos y Servir
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 5									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	COLADA DE PLATANO EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua- leche, con canela y azúcar, dejar hervir. Aparte en una cantidad pequeña de agua disolver la harina de plátano y adicionar a poco a poco a la
		Harina de platanito	B057	10	10	10	12	12	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente
		Sal	L015						
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos en una sartén verter aceite agregar la cebolla y el tomate finamente picados hasta que cocine el guiso, luego agregue el huevo previamente batido en crudo, revolver hasta que seque. Adicionar sal al gusto. Servir con el utensilio adecuado.
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 6									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua y adicione la panela, dejar hervir y adicionar la leche. Reposar por unos minutos y servir
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos en una sartén verter aceite agregar el huevo. Adicionar sal al gusto. Servir con el
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	50	60	100	100	Lavar y desinfectar los utensilios y los ingredientes a utilizar en la preparacion. En un recipiente rallar el queso mezclar con la harina
FRUTA	PORCION DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	94	124	124	144	149	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio. Porcionar y
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	7	10	10	Este producto se utilizan dentro de la preparacion en la bebida lactea
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 7									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua, con canela, azúcar y avena, dejar hervir. Reposar por unos minutos, licuar lo anterior con leche, refrigerar
		Avena saborizada	A029	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	7	10	10	20	20	En un recipiente limpio y desinfectado alistar los ingredientes, limpiar y desinfectar la cebolla, el tomate, de acuerdo al programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar la cebolla, el tomate finamente y hacer un refrito, reservar. En una olla poner a cocion las arvejas con el guso de cebolla, tomate, sal y abundante aga, dejar cocer hasta que las arvejas esten blandas, retirar del fuego. en otro recipiente fritar los huevos. Servir
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
	HUEVO FRITO	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por cada taza de arroz usar dos tazas de agua) y la Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 8									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	18	18	18	En una olla poner a hervir el chocolate con agua y leche en polvo . Reposar por unos minutos,y servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	40	40	60	Lavar y desinfectar los utensilios y los ingredientes a utilizar en la preparacion. En un recipiente rallar el queso, mezclar con la harina de maiz agregar agua, mezclar hasta obtener una masa homogenea, amasar y proceder
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	50	60	100	100	
FRUTA	PORCION DE MANDARINA	Mandarina	C050	120	150	150	180	185	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio. Porcionar y servir
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 9									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua, con canela, azúcar y avena, dejar hervir. Reposar por unos minutos, licuar lo anterior con leche, refrigerar. Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos y la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar finamente la cebolla junca y en una sartén verter aceite para sofreírla, agregar el huevo previamente batido en crudo, revolver hasta que Servir Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Avena en hojuelas	A012	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO PERICO	Huevo de gallina	J004	55	55	55	55	55	
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	3	7	7	9	9	
CEREAL ACOMPAÑANTE	PAN BLANCO	Pan blanco	A060	30	50	60	100	100	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 10									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENTARIO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	Desinfectar los mangos, retirar la cáscara y semilla, licuar con agua, leche en polvo y azúcar, refrigerar y servir.
		Mango común, crudo	C051	60	60	60	60	60	
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	65	75	95	115	115	Lavar la pechuga de pollo, quitarle la piel y deshuesarla. Porcionar. Lavar, desinfectar, pelar y picar el tomate y la cebolla cabezona. En un recipiente con aceite adicione la cebolla cabezona y el tomate, sofría haciendo un guiso. Agregue la pechuga picada en cuadros y ponga agua hasta tapar el pollo con sal. Tape la olla y Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Aceite de soya	D012	5	5	5	5	5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 11									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	50	50	50	50	50	En una olla poner a hervir la guayaba, dejar reposar y licuar con leche en polvo, refrigerar.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEICO	POLLO EN TIRITAS	Carne de pollo, pechuga con piel	F085	65	75	95	115	115	Lavar la pechuga de pollo, quitarle la piel y deshuesarla. Porcionar. Lavar, desinfectar, pelar y picar el tomate y la cebolla cabezona. En un recipiente con aceite adicione la cebolla cabezona y el tomate, sofría haciendo un guiso. En una olla poner a cocinar la pechuga con sal, una vez ya cocida se retira, se reposa y se repasa.
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	743	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 12									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFRESCO DE AVENA SABORIZADA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua- leche, con canela y azúcar, dejar hervir. Aparte en una cantidad pequeña de agua disolver la maicena y adicionar a poco a poco a la preparación que esta hirviendo; revolver constantemente, dejar
		Avena saborizada	A029	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	LENTEJA GUISADA	Lenteja	T026	7	10	10	20	20	En un recipiente limpio y desinfectado alistar los ingredientes, limpiar y desinfectar la cebolla, el tomate, de acuerdo al programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar la cebolla, el tomate en cuadritos. Poner todos los ingredientes en una olla limpia y desinfectada, cubrir con agua potable, agregar sal. Tapar la olla y dejar cocinar hasta que estén blandos y bien cocidos, retirar del fuego, en otro lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por cada taza de arroz usar dos tazas de agua) y la
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
	HUEVO FRITO	Huevo fresco	J004	55	55	55	55	55	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

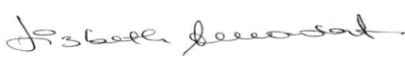
MENU 13									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	18	18	18	En una olla poner a hervir el chocolate con agua y leche en polvo . Reposar por unos minutos,y servir.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEICO	ORTILLA DE HUEV	Huevo de gallina, entero, crudo	J004	55	55	55	55	55	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos en una sartén verter aceite agregar el huevo previamente batido en crudo, revolver hasta que seque. Adicionar sal al gusto. Servir
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	50	60	100	100	Lavar y desinfectar los utensilios y los ingredientes a utilizar en la preparacion. En un recipiente agregar la harina de maíz y agua
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 14									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO,	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua y adicione la panela, dejar hervir y adicionar la leche.
CEREAL ACOMPAÑANTE	GALLETA TIPO CRACKER	Galleta Tipo Cracker	A026	30	50	60	100	100	Destapar y servir
FRUTA	GRANADILLA	Granadilla	C028	120	150	150	170	175	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio.Servir
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	7	10	10	Este producto se utilizan dentro de la preparacion en la bebida lactea
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 15									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO,	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua, con canela, azúcar y avena, dejar hervir. Reposar por unos minutos, licuar lo anterior con leche, refrigerar
		Avena en hojuelas	A012	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	55,5	55,5	55,5	55,5	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos y la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar finamente la cebolla junca y en una sartén verter
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
9	PORCIÓN DE MANDARINA	Mandarina	C050	120	150	150	170	179	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio.Servir
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 16									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO,	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	JUGO DE MANGO CON LECHE	Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	Desinfectar los mangos, retirar la cáscara y semilla, licuar con agua, leche en polvo y azúcar, refrigerar y servir.
		Mango común, crudo	C051	60	60	60	60	60	
ALIMENTO PROTEICO	POLLO GUISADO	Carne de pollo, pechuga con	F085	62,5	75	95	115	115	Lavar la pechuga de pollo, quitarle la piel y deshuesarla. Porcionar, lavar, desinfectar, pelar y picar el tomate y la cebolla cabezona. En un recipiente con aceite adicione la cebolla cabezona y el tomate, sofría haciendo un guiso. Agregue la pechuga picada en cuadros y ponga agua hasta tapar el pollo con sal. Tape la olla y Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por cada taza de arroz usar dos tazas de agua) y la Se incluye en la preparación de la bebida
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por cada taza de arroz usar dos tazas de agua) y la Se incluye en la preparación de la bebida
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
AZÚCARES		Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 17									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO,	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	REFresco DE AVENA EN LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua, con canela, azúcar y avena, dejar hervir. Reposar por unos minutos, licuar lo anterior con leche, refrigerar
		Avena en hojuelas	A012	10	10	10	12	12	
ALIMENTO PROTEICO	HUEVO REVUELTO	Huevo de gallina	J004	55,5	55,5	55,5	55,5	55,5	Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar los huevos y la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar finamente la cebolla junca y en una sartén verter aceite para sofreírlo, agregar el huevo
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	2	7	7	7	7	
CEREAL ACOMPAÑANTE	YUCA FRITA	Yuca, cruda	B107	50	70	80	120	120	Lave las yucas de acuerdo al procedimiento establecido en sitio, retire la cascara. En un recipiente con agua potable cocine las yucas hasta tener una consistencia suave, retire del fuego. En un sartén con aceite agreque la yuca
		Aceite de soya	D012	3	3	3	9	9	
FRUTA	PORCIÓN DE MANZANA	Manzana, maduro, pulpa	C054	94	117	117	152	152	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio.Servir
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 18									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO	PREPARACIONES
LÁCTEOS	CHOCOLATE CON LECHE	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua- leche, con canela y azúcar, dejar hervir. Aparte en una cantidad pequeña de agua disolver la harina de plátano y adicionar a poco a poco a la
		Chocolate, en pastilla, con azúcar	K010	10	10	18	18	18	
ALIMENTO PROTEICO	QUESO CAMPESINO	Queso campesino	G017	30	30	40	40	40	Lavar y desinfectar los utensilios y los ingredientes a utilizar en la preparacion. En un recipiente rallar el queso, mezclar con la harina de maiz agregar agua, mezclar hasta obtener
CEREAL ACOMPAÑANTE	AREPA DE MAIZ ASADA	Harina de maíz blanco, grano trillado	A034	30	50	60	100	100	
FRUTA	PORCION DE NARANJA	Naranja	C062	132,8	177	177	209	209	Lavar y desinfectar la fruta de acuerdo a plan de desinfección establecido en sitio.Servir
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 19									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	JUGO DE GUAYABA	Guayaba, madura, cruda	C031	50	50	50	50	50	En una olla poner a hervir la guayaba, dejar reposar y licuar con leche en polvo, refrigerar.
		Leche de vaca, entera, en polvo	G008	13	13	13	15	15	
ALIMENTO PROTEICO	CARNE DE RES ASADA	Carne de res, magra	F099	50	60	80	100	80	Lavar la carne, PORCIÓNar y adobar con tomate, cebolla y sal. Calentar la plancha o la sartén, agregar el aceite y asar la carne (res/cerdo) por lado y lado. Servir.
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	En un recipiente limpio y desinfectado remojar las arvejas, en agua potable, la noche anterior a la preparación, para que se rehidrate la leguminosa. Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar la cebolla, el tomate, de acuerdo al <u>programa de limpieza y desinfección</u>
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Aceite de soya	D012	7	7	7	7	7	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	Azúcar, blanco	K003	7	7	7	10	10	Se incluye en la preparación de la bebida preparada en leche
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187

MENU 20									
COMPONENTE	PREPARACIÓN	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	CÓDIGO	PESO BRUTO NIVEL PREESCOLAR (g)	PESO BRUTO (g) NIVEL PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO	PESO BRUTO (g) NIVEL CUARTO Y QUINTO	PESO BRUTO (g) NIVEL SECUNDARIA	PESO BRUTO (g) NIVEL MEDIA Y CICLO COMPLEMENT	PREPARACIONES
LÁCTEOS	AGUA DE PANELA EN	Leche de vaca, entera	G008	13	13	13	15	15	En una olla poner a hervir agua y adicione la En un recipiente limpio y desinfectado remojar las arvejas, en agua potable, la noche anterior a la preparación, para que se rehidrate la leguminosa. Alistar los ingredientes. Limpiar y desinfectar la cebolla, el tomate, de acuerdo al programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Picar la cebolla, el tomate en cuadritos. Poner todos los ingredientes en una olla limpia y desinfectada, cubrir con agua potable, agregar sal. Tapar la olla y dejar cocinar hasta que estén blandos y bien cocidos, retirar del fuego. En otro recipiente
ALIMENTO PROTEICO	ARVEJA GUISADA	Arveja seca	T003	7	10	10	20	20	
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Tomate, pulpa	B103	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
	HUEVO TORTILLA	Huevo	J004	55	55	55	55	55	
CEREAL ACOMPAÑANTE	ARROZ BLANCO	Arroz blanco, crudo	A010	15	25	30	50	50	Lavar muy bien el arroz en un recipiente limpio y con agua fría, luego escurrir. Alistar los demás ingredientes (cebolla junca, sal). Limpiar y desinfectar la cebolla junca de acuerdo a lo establecido en el programa de limpieza y desinfección implementado en sitio. Poner en una olla aceite y sofreír la cebolla previamente picada. Posteriormente, se adiciona el agua (por
		Cebolla junca, tallos	B029	25	25	25	25	25	
		Sal	L015	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
		Aceite de soya	D012	5	7	7	9	9	
AZÚCARES	PANELA	Panela	K033	7	7	7	10	10	Este producto se utilizan dentro de la preparacion en la bebida lactea
NOMBRE NUTRICIONISTA-DIETISTA QUE ELABORA EL ANALISIS					LIZBETH PATRICIA AMADOR FERNANDEZ				
FIRMA								MATRICULA PROFESIONAL	MND 02187