FORMATO
ACTA DE INICIO

CONTRATO No:	CO1.PCCNTR.4334306
TIPO DE CONTRATO:	Prestación de Servicios
OBJETO:	Prestar el servicio de alimentación para los aprendices y trabajadores oficiales del Centro de Formación Agroindustrial del SENA Regional Huila.
VALOR:	CINCUENTA Y SIETE MILLONES NOVECIENTOS UN MIL DOSCIENTOS CINCUENTA MIL PESOS MCTE 57.901.250 COP
CONTRATISTA:	GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
NIT:	36147801
REPRESENTANTE LEGAL:	GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
SUPERVISOR DESIGNADO:	ESPERANZA PASCUAS PERDOMO
PLAZO:	Hasta el 31 de diciembre 2022
LUGAR DE EJECUCIÓN:	CENTRO DE FORMACIÓN AGROINDUSTRIAL SENA REGIONAL HUILA

En la ciudad de Campoalegre a los veintidós días (22) del mes de diciembre de 2022, entre los suscritos ALEXANDER OSPINA ZAMBRANO, identificado con documento de identificación No. 12.256.849 de Algeciras, en calidad de Subdirector (E) del Centro de Formación Agroindustrial Regional Huila, por el SENA, y por la otra parte GLADYS CERQUERA DE BEDOYA, identificado con cédula de ciudadanía No. 36147801, obrando en calidad y nombre propio, hemos convenido suscribir el acta de inicio del contrato CO1.PCCNTR.4334306, bajo los términos que anteceden y los siguientes:

Número y fecha del registro presupuestal: 113822 del 22 -12- 2022
Fecha de aprobación de las garantías: 22-12-2022
Fecha de inicio: 22-04-2022
Fecha de Terminación: Hasta el 31 de diciembre 2022

Proyectó:
Esperanza Pascuas Perdomo

BlackBox 2

Repositorio de Datos de la Contratación

MINISTERIO DEL TRABAJO

Certificado

BlackBox certifica que el contrato CO1.PCCNTR.4334306 de 2022 de el Centro de Formación Agroindustrial - Huila, ha sido guardado correctamente y se encuentra listo para recibir el número de Registro Presupuestal (RP).

MÍNIMA CUANTÍA No. MC-HIL-CFA-0060-2022

Tipo de Contrato: Prestación de servicios

Contrato No. CO1.PCCNTR.4334306 DE 2022

Prestar el servicio de alimentación para los Aprendices y Trabajadores Oficiales del Centro de Formación Agroindustrial del SENA Regional Huila.

$ 57.901.250,00
(CINCUENTA Y SIETE MILLONES NOVECIENTOS UN MIL DOSCIENTOS CINCUENTA PESOS CON CERO CENTAVOS)
Fecha de suscripción: 21/12/2022

Contratista: GLADYS CERQUERA DE BEDOYA (CC 36.147.801)

Este contrato puede verificarse en BlackBox con el código *500*.

Este certificado ha sido generado por Sandra Patricia García Cocom, el día 21/12/2022 a las 10:53 pm.

_____
Luis Angel Ramirez Vargas
CC 83.168.600
Líder del proceso de contratación

La suscrita **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA** certifico que el personal que se relaciona a continuación se encuentra contratado para prestar el servicio de alimentación para aprendices y trabajadores oficiales del Centro de Formación Agroindustrial La Angostura del SENA Regional Huila, en los cargos aquí descritos y serán afiliados al sistema de seguridad social: salud, pensión, ARL y parafiscales:

ITEM	NOMBRE	CARGO
1	JHON LEONARDO BEDOYA	Administrador
2	JOSE GREGORIO TRUJILLO	Aseador
3	ROCIO TOBAR ALVARADO	Jefe de Cocina
4	JENNY BEATRIZ GIRALDO	Auxiliar de Cocina
5	LEIDY CATERINE CASTRO CORREDOR	Auxiliar de Cocina
6	JAIDER SANTIAGO NARVAEZ PASTRANA	Auxiliar de Cocina
7	JENNYDFER MARTINEZ REDONDO	Auxiliar de Cocina
8	KAREN JULIETH TRUJILLO	Tecnóloga en Control Calidad Alimentos

Se expide a los veintidós (22) días del mes de diciembre de 2022

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
C.C. 36.147.801 de Neiva
REPRESENTANTE LEGAL

Identificación del contrato

ID del contrato en SECOP	CO1.PCCNTR.4334306
Versión del contrato	1
Estado de contrato	Firmado
Fecha de generación del estado	7 horas de tiempo transcurrido *(21/12/2022 12:16:49 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Número del contrato	CO1.PCCNTR.4334306
Objeto del contrato	Prestar el servicio de alimentación para los Aprendices y Trabajadores Oficiales del Centro de Formación Agroindustrial" del SENA Regional Huila.
Tipo de Contrato	Prestación de servicios
¿Asociado a otro contrato?	☐Sí ☑No
Duración del contrato	9 Días
Fecha de inicio de contrato	*
Fecha de terminación del contrato	30/12/2022 11:59 PM *
Tiempo adiciones en días	0 días
Liquidación	☑Sí ☐No *
Fecha de inicio de liquidación	12 días para terminar *(2/01/2023 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Fecha fin de liquidación	2/05/2023 11:59:00 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Obligaciones Ambientales	☑Sí ☐No *
Fecha de inicio de obligaciones ambientales	12 días para terminar *(2/01/2023 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Fecha fin de obligaciones ambientales	2/05/2023 11:59:00 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Incluye criterios de sostenibilidad ambiental	☐Sí ☑No *
Obligaciones pos consumo	☐Sí ☑No *
Reversión	☐Sí ☑No *

Información de la Entidad Estatal contratante

SENA REGIONAL HUILA Grupo Administrativo CEFA

COLOMBIA, Campoalegre

0 Recomendación (es)

Información del Proveedor contratista

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

COLOMBIA, Neiva
Número de documento 36147801

Cuenta bancaria del proveedor

Proveedor	Nombre del banco	Tipo de cuenta	Número de cuenta
GLADYS CERQUERA DE BEDOYA			
GLADYS CERQUERA DE BEDOYA	Scotiabank Colpatria S.A.	Corriente	1006475341

Aprobación del contrato

Aprobador – Proveedor

Aprobado por: *GLADYS CERQUERA* ***Fecha de aprobación:*** *21/12/2022 7:58:06 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Aprobador – Entidad Estatal

Aprobado por: *ALEXANDER OSPINA ZAMBRANO* ***Fecha de aprobación:*** *21/12/2022 8:02:18 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Contrato Firmado:
Contrato en ejecución:

Documentos Tipo

Documentos Tipo	No	Documentos tipo adoptados por la ANCP-CCE en virtud de la Ley 2022 del 2020

Decreto 248 de 2021

¿Debe cumplir con invertir mínimo el 30%de los recursos del presupuesto destinados a comprar alimentos, cumpliendo con lo establecido en la Ley 2046 de 2020, reglamentada por el Decreto 248 de 2021?	☑Sí ☐No	El decreto 248 de 2021, obliga a las entidades que manejen recursos públicos, a adquirir alimentos comprados a pequeños productores agropecuarios y/o de la Agricultura Campesina, Familiar o Comunitaria locales y sus organizaciones, mínimo el (30%) del presupuesto destinados a la compra de alimentos
¿El contrato incluye el suministro de bienes y servicios distintos a alimentos?	☐Sí ☑No	

Sentencia T-302 de 2017

Contrato asociado a las órdenes impartidas por la Corte Constitucional en la Sentencia T-302 de 2017	☐Sí ☑No	Sentencia que declara el estado de Cosas Inconstitucionales en relación con los derechos de los niños del pueblo Wayúu.

Condiciones ejecución y entrega

Condiciones de entrega: DAP - Entregado en un punto (lugar de destino convenido)

El contrato puede ser prorrogado ☑Sí ☐No

Fecha de notificación de prorrogación 5 días para terminar *(26/12/2022 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Configuración financiera - Configuraciones generales

¿Se requieren emisiones de códigos de autorización? ☐Sí ☑No

Configuración financiera - Garantías

¿Solicitud de garantías? ☑Sí ☐No

Garantías por lotes, grupos o etapas ☐Sí ☑No

Seriedad de la oferta ☐Sí ☑No

Cumplimiento ☑Sí ☐No

☑ Cumplimiento del contrato			
☑% del valor del contrato	20,00	Fecha de vigencia (desde)	3 horas para terminar *(21/12/2022 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
☐Valor de la garantía		Fecha de vigencia (hasta)	30/06/2023 11:59:00 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
☑ Pago de salarios			
☑% del valor del contrato	5,00	Fecha de vigencia (desde)	3 horas para terminar *(21/12/2022 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
☐Valor de la garantía		Fecha de vigencia (hasta)	30/12/2025 11:59:00 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
☑ Calidad del servicio			
☑% del valor del contrato	20,00	Fecha de vigencia (desde)	3 horas para terminar *(21/12/2022 11:59:00 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
☐Valor de la garantía		Fecha de vigencia (hasta)	30/06/2023 11:59:00 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Responsabilidad civil extra contractual ☑Sí ☐No

☑No. de SMMLV 200

Fecha límite para entrega de garantías: 1 día para terminar *(23/12/2022 9:00:00 AM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)* Fecha de entrega de garantías: -

Garantías del proveedor:

Id de la garantía	Justificación	Tipo de garantía	Valor	Emisor	Fecha fin	Estado
No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados						

Configuración financiera - Pago de anticipos

Definir Plan de Pagos? ☐Sí ☑No

Condiciones de facturación y pago

Forma de pago Abono en cuenta

Plazo de pago de la factura 30 días

Comentarios

Número del Contrato CO1.PCCNTR.4334306
Proveedor GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
Creado por Sandra Patricia Garcia Cocoma
Agregado en 2 minutos de tiempo transcurrido *(21/12/2022 8:00:03 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Comentario https://community.secop.gov.co/Public/Tendering/ContractNoticePhases/View?PPI=CO1.PPI.22133475&isFromPublicArea=True&isModal=False

Anexos del contrato

Descripción	Nombre
No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados	

Dirección de notificaciones

Dirección de notificaciones KM 38 VIA NEIVA AL SUR
Ubicación CO-HUI-41132 - Campoalegre
País COLOMBIA
Departamento Huila
Municipio Campoalegre
Dirección KM 38 VIA NEIVA AL SUR
Código postal

	Grados (º)	Minutos (')	Segundos (")
Latitud:			

Longitud:

Municipio de ejecución del contrato

ID	Dirección	Ubicación
1	km 38 via al sur de Neiva	COLOMBIA > Huila > Campoalegre

1 CO1.PCCNTR.4334306

1.1 Incluya el precio como lo indique la Entidad Estatal

							Precio total estimado	Incluya el precio como lo indique la Entidad Estatal
							58.049.409,00	57.901.250,00
Ref. Artículo	Código UNSPSC	Descripción	Cantidad	Unidad	Precio unitario estimado	Precio unitario	Precio total estimado	Incluya el precio como lo indique la Entidad Estatal
1	90101604	Desayuno para población adulta joven, mínimo 21 menús diferentes al mes, elaborados y firmados por un profesional en nutrición y dietética, que describa los componentes calóricos, proteicos, grasas y carbohidratos, además del peso neto de los alimentos en crudo y su equivaloente cocinados o preparados. El contenido nutricional y calórico debe corresponder como mínimo al establecido en la minuta patrón. Aprendices Apoyo del Sena 100 Porciento	2.643,00	UN	4.693,00	4.650,00	12.403.599,00	12.289.950,00
2	90101604	Almuerzo para población adulta joven, mínimo 21 menús diferentes al mes,elaborados y firmados por un profesional en nutrición y dietética, que describa los componentes calóricos, proteicos, grasas y carbohidratos, además del peso neto de los alimentos en crudo y su equivaloente cocinados o preparados. El contenido nutricional y calórico debe corresponder como mínimo al establecido en la minuta patrón. Aprendices Apoyo del Sena 100 Porciento	3.763,00	UN	9.100,00	9.100,00	34.243.300,00	34.243.300,00
3	90101604	Cena para población adulta joven mínimo 21 menús diferentes al mes, elaborados y firmados por un profesional en nutrición y dietética, que describa los componentes calóricos, proteicos, grasas y carbohidratos, además del peso neto de los alimentos en crudo y su equivaloente cocinados o preparados. El contenido nutricional y calórico debe corresponder como mínimo al establecido en la minuta patrón. Aprendices Apoyo del Sena 100 Porciento	2.030,00	UN	5.617,00	5.600,00	11.402.510,00	11.368.000,00

Configuraciones de documentos del proveedor

Plazo máximo para el proveedor entregar los documentos de adjudicación: 1 día para terminar *(23/12/2022 9:00:00 AM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Fecha de entrega de documentos del proveedor: 4 minutos de tiempo transcurrido *(21/12/2022 7:58:05 PM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Documentos del contrato

	Descripción	Nombre del documento	Detalle
☐	4. GCCON-F-021_Anexo_Aceptación_Alimentación.pdf	4. GCCON-F-021_Anexo_Aceptación_Alimentación.pdf	(detalle)

Asignaciones para el seguimiento

Ordenador del Gasto	ALEXANDER OSPINA ZA	Tipo de documento	Cédula de Ciudadanía	Número de documento	12256849	Guardar y notificar
Supervisor	ESPERANZA PASCUAS	Tipo de documento	Cédula de Ciudadanía	Número de documento	36161503	Guardar y notificar

Histórico de asignaciones

Posición	Nombre	Fecha de seguimiento	Cambiado por
Expenditure Approver	ALEXANDER OSPINA ZAMBRANO	21/12/2022 8:02:18 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*	ALEXANDER OSPINA ZAMBRANO
Supervisor	ESPERANZA PASCUAS PERDOMO	21/12/2022 8:02:18 PM *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*	ALEXANDER OSPINA ZAMBRANO

Información presupuestal

Proyecto del Plan Marco para la Implementación del Acuerdo de Paz o asociado al Acuerdo de Paz ☐Sí ☑No * Gasto Posconflicto como aquel relacionado con el Plan Marco de Implementación (CONPES 3932) derivado de intervenciones en cumplimiento del Acuerdo.

Destinación del gasto Inversión

Fuente de los recursos:	**Valor**
Presupuesto General de la Nación - PGN	57.901.250
Sistema General de Participaciones - SGP. No Incluye AESGPRI	0
Sistema General de Regalias - SGR	0
Recursos Própios (Alcaldías y Gobernaciones)	0
Recursos de Crédito	0
Otros Recursos (Especie, Privados, Cooperación, Propios Entidades Autónomas, Asignación Especial SGP para Resguardos Indígenas - AESGPRI)	0
Total	57.901.250

Validación Código BPIN

	Código BPIN	Año	Estado
☐	2018011000764	2022	Validado

Entidad Estatal registrada en el SIIF ☑Sí ☐No

Código de autorización	
Código unidad/subunidad ejecutora	36-02-00-041-911610

CDP/Vigencias Futuras (Recuerde que es necesario agregar al menos un CDP o una AVF Extraordinaria si es el caso)

	Código	Tipo	Estado	Saldo	Saldo a comprometer	Código unidad/subunidad ejecutora	
☐	10922	CDP	Generado	58.049.409 COP	57.901.250 COP	36-02-00-041-911610	Editar

Saldo de CDP	58.049.409 COP
Saldo de vigencias futuras	0 COP
Saldo total a comprometer	57.901.250 COP
Última consulta a SIIF	Exito
Fecha de consulta SIIF	21/12/2022 2:58 PM

Compromiso presupuestal de gastos

Código compromiso	Tipo	Fecha compromiso	Estado compromiso	Valor compromiso AVF/CDP	Monto por consumir	Monto presupuestal a liberar	Código Posición de Gasto	Consulta Ejecución
No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados								

Saldo de compromisos CDP	0 COP
Saldo de compromisos AVF	0 COP
Saldo total comprometido	
Última consulta a SIIF	
Fecha de consulta SIIF	-

CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA
C.C. 83.226.992
Cra 121C # 128B-88
Conjunto Laguna 2 Suba - Bogota
Celular: 3213766729
Edad 36 años
E-mail: carlosandreshseq@hotmail.com



Perfil Profesional

Ingeniero en Seguridad Industrial e Higiene Ocupacional con experiencia en las áreas de Seguridad, Salud en el trabajo y Medio Ambiente en proyectos del sector de hidrocarburos, en obra civil y Eléctrico, con capacidad, manejo y conocimiento para coordinar y ejecutar las diferentes actividades relacionadas con los Sistemas Integrados de Gestión y auditorias RUC.

Información Académica

INGENIERO EN SEGURIDAD INDUSTRIAL E HIGIENE OCUPACIONAL
Fundacion Universitaria Unihorizonte 2018

LICENCIA DE PRESTACION DE SERVICIOS EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
Resolucion No 7807 de 14/06/2018

TECNICO PROFESIONAL EN SEGURIDAD E HIGIENE INDUSTRIAL
INSUTEC – Bogotá 2013

TECNICO EN SEGURIDAD EN LA INDÚSTRIA PETROLERA.
Ecapetrol Bogotá .D.C. Diciembre 2010.

Cursos y Seminarios

- ***DIPLOMADO EN HIGIENE, CALIDAD Y GESTION AMBIENTAL***
  Unihorizonte 120 Horas Bogotá 18 de Mayo 2018

- ***SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO***
  ARL Bolívar Bogotá 26 de Junio 2017 – 50 Horas Virtuales

- ***MANEJO PREVENTIVO Y SEGURIDAD VIAL***
  ARL Bolívar Bogotá 28 de enero 2017

- ***ACTUALIZACION DE AUDITOR INTERNO EN SISTEMAS DE GESTION INTEGRAL ISO 9001:2015 – ISO 14001:2015***
  SGS Bogotá 22 de septiembre 2016

- ***INTERPRETACION DE LAS NORMAS ISO 9001:2015- ISO 14001:2015***
  SGS Bogotá 19 de septiembre 2016

- ***REENTRENAMIENTO PARA TRABAJOS SEGURO EN ALTURAS***
  AS&MAT Marzo 2018

- ***COORDINADOR SEGURO EN ALTURAS Y TAREAS DE ALTO RIESGO***
  SIE-SOMA Mayo 2015

- ***PRIMEROS AUXILIOS AVANZADO–*** *SIE-SOMA Mayo 2015*

- ***RESCATE VERTICAL –*** *SIE-SOMA Mayo 2015*

- ***DIPLOMADO HSEQ 120 HORA****S*
  Insutec octubre 2013

- ***DIPLOMADO EN HSEQ 120 HORAS***
  HSEQ ORIENTE julio 2013

- ***ATENCION PRE-HOSPITALARIA 20 HORAS*** *– HSEQ ORIENTE Julio 2013*

- ***BUSQUEDA Y RESCATE EN ESTRUCTURAS COLAPSADAS 20 HORAS –***
  HSEQ ORIENTE Julio 2013

- ***SEGURIDAD INDUSTRIAL Y SALUD OCUPACIONAL EN LA INDUSTRIA DE LA CONSTRUCCION****, Sena Diciembre 2011*

- ***ESTRUCTURA DEL SISTEMA DE GESTION INTEGRAL ISO 9001, ISO 14001, 0SHAS 18001 BUREAU VERITAS.*** *Bogotá. Agosto 2011*

- ***SISTEMA DE GESTION AMBIENTAL. SGA NTC ISO 14001****.SENA 2011.*

- ***PRIMEROS AUXILIOS, CONTROL Y EXTINCION DE INCENDIOS****. Cuerpo de Bomberos Voluntarios de Mosquera, C/Marca. Agosto 2011.*

- ***INSPECTOR EN HSEQ DEL SECTOR DE HIDROCARBUROS,*** *Consejo Colombiano de Seguridad. Marzo 2011*

- ***SEGURIDAD EN RIESGO ELECTRICO: FILOSOFIA DE LA PREVENCION,*** *SENA Abril 2011*

Experiencia laboral

EMPRESA: TECHNICAL SERVICE LTDA
CARGO: COORDINADOR HSEQ
FUNCIONES: *Coordinar Actividades en seguridad y salud en el trabajo, Ambiente y Calidad. Em las siguientes Normas ISOS 90001-ISO140001- NORSOK -RUC*
PROYECTO*: Proyectos ECOPETROL S.A y FRONTERA ENERGY en la zona sur Huila y Tolima*
FECHA: *09 de Julio al 20 de Diciembre del 2018*

EMPRESA: CONSORCIO CAJICA
CARGO: RESIDENTE SSTA
FUNCIONES: *Coordinar Actividades en seguridad y salud en el trabajo, Ambiente y Calidad.*
PROYECTO*: Construccion de laboratórios de ultima tecnologia en la Universidad Militar Nueva Granada em Cajica - Cundinamarca*
FECHA: *10 de Enero al 30 de Junio 2018*

EMPRESA: PERTDPM
CARGO: COORDINADOR HSE
FUNCIONES: *Supervisar y asegurar atividades HSE sistema RUC y estandares y procedimentos Del cliente.*
PROYECTO*: TGI-EXXOMOBIL y Hidrocrburos del Casanare Obras mecânicas, Civiles y Elétricas*
FECHA: *17 de Agosto al 06 de Octubre Del 2017*

EMPRESA: COMTECOL
CARGO: SUPERVISOR HSEQ
FUNCIONES: *Supervisar y asegurar actividades HSEQ y sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo estandares y procedimentos del cliente.*
PROYECTO*: Emgesa central termolectrica San Martin del corral - Termozipa*
FECHA: *15 Junio 2017 Hasta 30 de Julio 2017*

EMPRESA: SOENERGY INTERNATIONAL COLOMBIA
CARGO: LIDER QHSE
FUNCIONES: *Supervisar y asegurar actividades HSE y sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo estandares y procedimentos del cliente.*
PROYECTO*: A nível nacional com Ecopetrol, Gran Tierra Energy, Parex, Ocensa.*
FECHA: *20 Noviembre 2015 Hasta 27 de Abril 2017*

EMPRESA: GALANTE TRIVE GROUP
CARGO: SUPERVISOR HSE
FUNCIONES: *Supervisar y asegurar actividades HSE y sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo estandares y procedimentos del cliente.*
PROYECTO*: Modernizacion aeropuerto el Dorado*
FECHA: *5 de Agosto del 2015 al 18 de Noviembre Del 2015*

EMPRESA: PERTDPM
CARGO: SUPERVISOR HSE
FUNCIONES: *Supervisar y asegurar atividades HSE sistema RUC y estandares y procedimentos Del cliente.*
PROYECTO*: Barcaza Puerto Bahia – Cartagena de Índias Obras mecânicas, Civiles y Elétricas*
FECHA: *17 de Septiembre Del 2014 al 15 de Mayo Del 2015*

EMPRESA: DV INGENIERIA LTDA
CARGO: COORDINADOR HSE
FUNCIONES: *Coordinar todas las atividades HSE de los provectos en ejecucion y mantener y hacer seguimento al sistema RUC.*
PROYECTO*: Central hidroelétrica Salto II y Laguneta – ENDESA- COLOMBIA y DRUMMON – Santa - marta*
FECHA: *7 de Febrero Del 2014 al 8 de Agosto Del 2014*

EMPRESA: CAMEL INGENIERIA Y SERVICIOS LTDA
CARGO: SUPERVISOR HSE
PROYECTO: *Obras civiles y mantenimiento vial HOCOL S.A Campo Ocelote Vereda La Cristalina Puerto Gaitan - Meta*
FECHA: *27 de Noviembre del 2013 al 6 de Enero Del 2014*

EMPRESA: RCH CONSTRUCTORES ASOCIADOS
CARGO: SUPERVISOR HSEQ

PROYECTO: *Obras mecânicas y civiles sector hidrocarburos a nível nacional*
FECHA: *31 de Octubre del 2011 al 28 de Octubre Del 2013*

EMPRESA: ENERGY INTERNATIONAL LTDA.
CARGO: SUPERVISOR HSEQ
PROYECTO*: Generacion de energia con plantas elétricas para La producción de hidrocarburos e inyeccion de água en Gran Tierra Energy Putumayo, Pacific rubiales-Meta y Petro Norte en el Cesar*
FECHA*: 2 de Febrero de 2011 a Agosto 23 de 2011*

EMPRESA: FENIX INGENIERIA
PROYECTO: *Obras de geotecnia para los sistemas de transporte de mantenimiento andino de la Gerencia de Poliductos de la Vicepresidencia de Transporte de ECOPETROL S.A.*
CONTRATO: *4023685 – ECOPETROL*
CARGO: SUPERVISOR HSE.
FECHA: *Septiembre 28 de 2009 a Enero 28 de 2010.*

EMPRESA: FENIX INGENIERIA
PROYECTO: *Obras de geotecnia del derecho de vía y zonas aledañas al poliducto del sistema de transporte de mantenimiento andino de la Gerencia de Poliductos de la Vicepresidencia de Transporte de ECOPETROL S.A.*
CONTRATO: *4019293 – ECOPETROL*
CARGO: VIGIA HSE.
FECHA: *Enero 28 de 2009 a Marzo 15 de 2009.*

Referencias Personales

Walverto de la Cruz Hostia
Supervisor HSE
Ing. En Seguridad e Higiene Ocupacional
Cel.: 3187597454

Jhon Jair Hernandez
Gerente Global QHSE Soenergy International
Ing. Industrial
Cel.: 3153115650

Carlos Andrés Méndez García
C.C. 83.226.992 de Pital -Huila

REPÚBLICA DE COLOMBIA
COPNIA
Consejo Profesional Nacional de Ingeniería

Certificado de vigencia y antecedentes disciplinarios
CVAD-2020-388724

CONSEJO PROFESIONAL NACIONAL DE INGENIERÍA
COPNIA

EL DIRECTOR GENERAL

CERTIFICA:

1. Que CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA, identificado(a) con CEDULA DE CIUDADANIA 83226992, se encuentra inscrito(a) en el Registro Profesional Nacional que lleva esta entidad, en la profesión de INGENIERIA EN SEGURIDAD INDUSTRIAL E HIGIENE OCUPACIONAL con MATRICULA PROFESIONAL 091207-0538599 CND desde el 13 de Octubre de 2020, otorgado(a) mediante Resolución Nacional R2020039846.

2. Que el(la) MATRICULA PROFESIONAL es la autorización que expide el Estado para que el titular ejerza su profesión en todo el territorio de la República de Colombia, de conformidad con lo dispuesto en la Ley 842 de 2003.

3. Que el(la) referido(a) MATRICULA PROFESIONAL se encuentra **VIGENTE**

4. Que el profesional no tiene antecedentes disciplinarios ético-profesionales.

5. Que la presente certificación se expide en Bogotá, D.C., a los trece (13) días del mes de Octubre del año dos mil veinte (2020).



Rubén Dario Ochoa Arbeláez

Firmal del titular (*)

(*)Con el fin de verificar que el titular autoriza su participación en procesos estatales de selección de contratistas. La falta de firma del titular no invalida el Certificado
El presente es un documento público expedido electrónicamente con firma digital que garantiza su plena validez jurídica y probatoria según lo establecido en la Ley 527 de 1999. Para verificar la firma digital, consulte las propiedades del documento original en formato .pdf.
Para verificar la integridad e inalterabilidad del presente documento consulte en el sitio web https://tramites.copnia.gov.co/Copnia_Microsite/CertificateOfGoodStanding/CertificateOfGoodStandingStart indicado el número del certificado que se encuentra en la esquina superior derecha de este documento.

ARL

sura

Certificado de logro

La República de Colombia, el Ministerio del Trabajo y ARL SURA hacen constar que:

Carlos Andres Mendez Garcia

Con documento de identidad No. 83226992

Cursó y aprobó:

CAPACITACIÓN VIRTUAL SGSST (50 HORAS)

Con una duración de 50 horas

En testimonio de lo anterior, se firma el presente el 7 de abril de 2020 en Medellín.

Registro Certificado de Oferente de Seguros de Riesgos Laborales Suramericana S.A. **RCO-0003.** Para validar este certificado, consulte en **colegiosvirtuales.arlsura.com/cgr/verificar** con el número 1079924

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE SALUD

DIRECCIÓN DE CALIDAD DE SERVICIOS DE SALUD
SUBDIRECCIÓN INSPECCIÓN, VIGILANCIA Y CONTROL DE SERVICIOS DE SALUD

RESOLUCION No 7807 de 14/06/2018

"Por la cual se Concede Licencia de Prestación de Servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo"

LA DIRECTORA DE CALIDAD DE SERVICIOS DE SALUD

En uso de sus facultades legales conferidas en los artículos 23 de la ley 1562 de 2012 y 1o. de la Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 del Ministerio de Salud y Protección Social y en especial por las que le confiere el Decreto 507 del 6 de noviembre de 2013 de la Alcaldía Mayor de Bogotá y

CONSIDERANDO

Que el (la) señor(a) CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA, Identificado(a) con CC 83226992 de PITAL, ha solicitado Licencia para prestación de servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo como persona natural;

Que el peticionario ha presentado la documentación necesaria, exigida por el literal A del Artículo Segundo de la Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 del Ministerio de Salud y Protección Social.

Que revisada la solicitud presentada con su documentación anexa y verificado el cumplimiento de los requisitos exigidos por la Resolución No. 4502 de 2012 expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social para el otorgamiento de la licencia de salud ocupacional, se considera procedente la expedición de licencia solicitada.

En mérito de lo expuesto, la Directora de Calidad de Servicios de Salud de la Secretaría Distrital de Salud

RESUELVE

ARTICULO PRIMERO: Conceder Licencia de Prestación de Servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo a CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA, Identificado(a) con CC 83226992 de PITAL, como INGENIERO EN SEGURIDAD INDUSTRIAL E HIGIENE OCUPACIONAL.

ARTICULO SEGUNDO: La licencia otorgada comprende la prestación de servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo en las siguientes áreas o campos de acción:

- PROFESIONAL EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
- HIGIENE INDUSTRIAL
- SEGURIDAD INDUSTRIAL
- INVESTIGACION EN ACCIDENTES DE TRABAJO DE ACUERDO CON SU COMPETENCIA
- EDUCACION Y CAPACITACION
- DISEÑO, ADMINISTRACION Y EJECUCION DEL SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

ARTÍCULO TERCERO: La presente Licencia se concede por término de diez (10) años, es de carácter personal e intransferible, tendrá validez en todo el territorio nacional y puede solicitarse su renovación, por un término igual, en cualquier Secretaría Seccional o Distrital del país.

ARTICULO CUARTO: Cuando el titular de la licencia modifique alguna de las condiciones acreditadas en el momento de su obtención, deberá informar tal hecho a la Dirección de Calidad de Servicios de Salud - Subdirección Inspección, Vigilancia y Control de Servicios de Salud de esta Secretaría de Salud, a fin de que se proceda a modificar la resolución por la cual se otorgó la licencia. En caso contrario incurrirá en las sanciones previstas en las normas legales vigentes.

ARTICULO QUINTO: El titular de la licencia deberá dar estricto cumplimiento a las normas que regulan la materia, en especial a la Ley 1562 de 2012, Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 y demás normas que la modifiquen o adicionen.

ARTICULO SEXTO: Notificar personalmente esta Resolución a CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA informándole que de conformidad con el artículo 74 del Código de Procedimiento Administrativo y de lo Contencioso Administrativo (Ley 1437 de 2011) contra la misma proceden los recursos de reposición y en subsidio apelación, los cuales podrá interponer ante esta Secretaría, dentro de los diez (10) días hábiles siguientes a la notificación de este acto administrativo.

NOTIFIQUESE Y CUMPLASE

Dada en Bogotá D.C. a los 14/06/2018

Original Firmado Por
Rosmira Mosquera Padilla
ROSMIRA MOSQUERA PADILLA
Directora de Calidad de Servicios de Salud

Elaboró: KYMINDIOLA
Revisó: Clara Helena Villanueva Herrera
Aprobó: Rosmira Mosquera Padilla

Bogotá,D.C. 04-07-2018
A la fecha notifiqué personalmente al señor (a) Carlos A Rondón
C.C #. 83226992
Teléfono: 3115032866
Correo: carlosandresmendez@hotmail.com
Firma:

ARL

sura

Certificado de logro

La República de Colombia, el Ministerio del Trabajo y ARL SURA hacen constar que:

Carlos Andres Mendez Garcia

Con documento de identidad No. 83226992

Cursó y aprobó:

CAPACITACIÓN VIRTUAL SGSST (50 HORAS)

Con una duración de 50 horas

En testimonio de lo anterior, se firma el presente el 7 de abril de 2020 en Medellín.

Registro Certificado de Oferente de Seguros de Riesgos Laborales Suramericana S.A. **RCO-0003.** Para validar este certificado, consulte en **colegiosvirtuales.arlsura.com/cgr/verificar** con el número 1079924

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE SALUD

DIRECCIÓN DE CALIDAD DE SERVICIOS DE SALUD
SUBDIRECCIÓN INSPECCIÓN, VIGILANCIA Y CONTROL DE SERVICIOS DE SALUD

RESOLUCION No 7807 de 14/06/2018

"Por la cual se Concede Licencia de Prestación de Servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo"

LA DIRECTORA DE CALIDAD DE SERVICIOS DE SALUD

En uso de sus facultades legales conferidas en los artículos 23 de la ley 1562 de 2012 y 1o. de la Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 del Ministerio de Salud y Protección Social y en especial por las que le confiere el Decreto 507 del 6 de noviembre de 2013 de la Alcaldía Mayor de Bogotá y

CONSIDERANDO

Que el (la) señor(a) CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA, Identificado(a) con CC 83226992 de PITAL, ha solicitado Licencia para prestación de servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo como persona natural;

Que el peticionario ha presentado la documentación necesaria, exigida por el literal A del Artículo Segundo de la Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 del Ministerio de Salud y Protección Social.

Que revisada la solicitud presentada con su documentación anexa y verificado el cumplimiento de los requisitos exigidos por la Resolución No. 4502 de 2012 expedida por el Ministerio de Salud y Protección Social para el otorgamiento de la licencia de salud ocupacional, se considera procedente la expedición de licencia solicitada.

En mérito de lo expuesto, la Directora de Calidad de Servicios de Salud de la Secretaría Distrital de Salud

RESUELVE

ARTICULO PRIMERO: Conceder Licencia de Prestación de Servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo a CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA, Identificado(a) con CC 83226992 de PITAL, como INGENIERO EN SEGURIDAD INDUSTRIAL E HIGIENE OCUPACIONAL.

ARTICULO SEGUNDO: La licencia otorgada comprende la prestación de servicios en Seguridad y Salud en el Trabajo en las siguientes áreas o campos de acción:

- PROFESIONAL EN SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
- HIGIENE INDUSTRIAL
- SEGURIDAD INDUSTRIAL
- INVESTIGACION EN ACCIDENTES DE TRABAJO DE ACUERDO CON SU COMPETENCIA
- EDUCACION Y CAPACITACION
- DISEÑO, ADMINISTRACION Y EJECUCION DEL SISTEMA DE GESTION DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

ARTÍCULO TERCERO: La presente Licencia se concede por término de diez (10) años, es de carácter personal e intransferible, tendrá validez en todo el territorio nacional y puede solicitarse su renovación, por un término igual, en cualquier Secretaría Seccional o Distrital del país.

ARTICULO CUARTO: Cuando el titular de la licencia modifique alguna de las condiciones acreditadas en el momento de su obtención, deberá informar tal hecho a la Dirección de Calidad de Servicios de Salud - Subdirección Inspección, Vigilancia y Control de Servicios de Salud de esta Secretaría de Salud, a fin de que se proceda a modificar la resolución por la cual se otorgó la licencia. En caso contrario incurrirá en las sanciones previstas en las normas legales vigentes.

ARTICULO QUINTO: El titular de la licencia deberá dar estricto cumplimiento a las normas que regulan la materia, en especial a la Ley 1562 de 2012, Resolución 4502 del 28 de diciembre de 2012 y demás normas que la modifiquen o adicionen.

ARTICULO SEXTO: Notificar personalmente esta Resolución a CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA informándole que de conformidad con el artículo 74 del Código de Procedimiento Administrativo y de lo Contencioso Administrativo (Ley 1437 de 2011) contra la misma proceden los recursos de reposición y en subsidio apelación, los cuales podrá interponer ante esta Secretaría, dentro de los diez (10) días hábiles siguientes a la notificación de este acto administrativo.

NOTIFIQUESE Y CUMPLASE

Dada en Bogotá D.C. a los 14/06/2018

Original Firmado Por
Rosmira Mosquera Padilla
ROSMIRA MOSQUERA PADILLA
Directora de Calidad de Servicios de Salud

Elaboró: KYMINDIOLA
Revisó: Clara Helena Villanueva Herrera
Aprobó: Rosmira Mosquera Padilla

Bogotá,D.C. 04-07-2018
A la fecha notifiqué personalmente al señor (a) Carlos A Mendez
C.C #. 8322492
Teléfono: 3115032866
Correo: Carlosandres5192@hotmail.com
Firma:

CERTIFICACIÓN PROFESIONAL SG-SST

La suscrita GLADYS CERQUERA DE BEDOYA, identificada con NIT 36.147.801-6, certifico que el Ingeniero CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA identificado con cédula de ciudadanía 83.226.992 y licencia para prestación de servicios en seguridad y salud en el trabajo, es la persona encargada en mi empresa de la implementación de SG-SST, quien cumple con el perfil que menciona la resolución 0312/2019 en los artículos 4, 10 y 17.

Por lo anterior, firmamos el designatario y el designado a los veinticinco (25) días del mes de octubre de 2021.

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
C.C. N° 36.147.801 de Neiva

DESIGNADO:

CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA
C.C. 83.226.992 Pital (H)
Responsable SG-SST
MP. 091207-0538599 CND

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 01 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					829,72	670	640	754,86	26,68	20,76	112,28	214,32	4,94
Bebida caliente	Chocolate con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	100	55	3,2	3,2	3,4	120	0
			K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	25	116,5	0,9	4,15	18,88	9	0,88
Protéicos	Huevos revueltos con jamón y maiz	130 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			A053	Maíz tierno, crudo	66,66	40	40	60,8	1,36	0,48	12,2	2	0,32
			F051	Jamón de cerdo y res, tipo sánduche, precocido	40	40	40	86	4,56	6,2	2,96	3,2	0,24
Energéticos	Papa al vapor	120 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	150	150	120	147	3,15	0,15	32,1	10,5	1,2
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Almuerzo					1316,29	952,51	893,98	1185,31	83,64	27,43	141,43	174,96	20,73
Sopa o Crema	Consome de Pollo	240 cc	F081	Pollo, menudencias, crudas	180	180	100,8	250,2	31,32	12,6	2,7	18	10,26
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	46	46	40,02	44,16	1,01	0,05	9,71	5,06	0,46
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
Protéicos	Carne de res sudada a la criolla	146 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			B103	Tomate. crudo	15	12	12	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	6	2,22	0,07	0,01	0,41	3,42	0,03
			B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	19	7,6	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06
			B080	Pimentón rojo, crudo	5	4,25	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,3	0,02
			B079	Perejil, crudo	5	4,5	4,5	2,48	0,13	0,04	0,31	6,21	0,3
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada criolla	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	63,63	35	35	6,3	0,28	0,04	0,91	7,35	0,32
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Leguminosa	Frijol Rojo guisado	100 gr	T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	35	35	74,9	135,1	7,98	0,52	21,14	41,65	1,86
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			B103	Tomate. crudo	20	16	16	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08
Energéticos	Tajadas de plátano	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz con perejil	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B079	Perejil, crudo	11,11	10	10	5,5	0,29	0,1	0,69	13,8	0,66
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mango	210 cc	C051	Mango, maduro, pulpa	150	45	45	35,55	0,27	0	7,7	6,75	0,22
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
Postre	Arroz de leche con coco	40 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	12,76	12,76	28,71	45,04	0,85	0,05	10,22	1,15	0,1
			C019	Coco, crudo	26,66	12	12	48,24	0,43	4,26	1,51	0,84	0,16

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1059,64**	**762**	**769,07**	**907,61**	**44,3**	**5**	**163,68**	**153,69**	**5,51**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Tornillos**	**240 cc**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**50**	**50**	**43,5**	**185,5**	**6,5**	**0,75**	**37,35**	**12,5**	**1,95**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Dulce**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**57,14**	**40**	**40**	**16**	**0,72**	**0,12**	**2,56**	**17,6**	**0,2**
			C060	**Melón, maduro, pulpa**	**75**	**30**	**30**	**7,5**	**0,21**	**0**	**1,5**	**3,3**	**0,12**
			C072	**Piña, maduro, pulpa**	**54,54**	**30**	**30**	**16,8**	**0,18**	**0,03**	**3,72**	**4,8**	**0,15**
Protéicos	**Filete de pescado**	**100 gr**	**E043**	**Tilapia, filete, cruda**	**193,54**	**120**	**100,8**	**115,2**	**24,12**	**2,04**	**0**	**12**	**0,72**
Energéticos	**Papa en chips**	**120 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**187,5**	**150**	**120**	**111**	**2,85**	**0,15**	**22,95**	**21**	**0,45**
Cereales	**Arroz con zanahoria**	**130 gr**	**A011**	**Arroz integral, cocido, sin sal**	**55**	**55**	**123,75**	**203,5**	**4,12**	**1,43**	**42,52**	**15,4**	**0,99**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**11**	**11**	**11**	**4,73**	**0,09**	**0,02**	**0,89**	**3,3**	**0,04**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Guayaba con limón**	**210 cc**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**60**	**45**	**45**	**35,1**	**0,4**	**0,18**	**6,8**	**7,2**	**0,14**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta: Mandarina	**120 gr**	**C050**	**Mandarina**	**171,42**	**120**	**120**	**64,8**	**1,08**	**0,12**	**13,68**	**42**	**0,36**
Postre	**Mousse de maracuya**	**40 gr.**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**24**	**24**	**24**	**94,08**	**1,99**	**0**	**21,55**	**0**	**0**
			C056	**Maracuyá, cruda**	**25**	**8**	**8**	**4,8**	**0,12**	**0,04**	**0,99**	**0,72**	**0,14**
			J002	**Huevo de gallina, clara**	**8**	**8**	**8**	**3,76**	**0,86**	**0,02**	**0,05**	**0,48**	**0,01**
	Azúcares y Grasas				**41**	**41**	**41**	**243,25**	**0**	**16**	**24,82**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**25 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**25**	**25**	**25**	**99,25**	**0**	**0**	**24,82**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3091,04	154,63	69,19	442,21	542,96	31,2
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								106,59	142,18	107,37	110,9	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 01 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					643	572	552	847,68	28,38	21,71	131,39	362,05	5,21
Bebida caliente	Café negro campesino	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Sandwich de jamón, queso y huevo	110 gr	F051	Jamón	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
			G021	Queso Doble Crema tajado	30	30	30	85,8	7,02	5,61	1,77	121,5	0,15
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Deditos de Yuca	100 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20	20	20	72	2,5	0,34	14,46	3	0,86
Cereales	Pan blanco en tajadas	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Sorbete de banano	210 cc	C010	Banano común, crudo	64,28	45	45	45,45	0,68	0,04	10,04	3,6	0,4
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Almuerzo					1286,71	833	874,59	1158,23	50,6	26,34	166,94	123,34	9,2
Sopa o Crema	Sopa Carmelita	240 cc	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	46	46	40,02	165,6	5,75	0,78	33,26	6,9	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Carne de Cerdo Hawaiana	130 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
			C072	Piña, maduro, pulpa	18,18	10	10	5,6	0,06	0,01	1,24	1,6	0,05
			F051	Jamón	10	10	10	21,5	1,14	1,55	0,74	0,8	0,06
			A034	Fécula de maíz blanco, precocida	10	10	10	38	0,91	0,37	7,39	0,4	0,27
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Repollo	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	42,85	30	30	12	0,54	0,09	1,92	13,2	0,15
			B103	Tomate. crudo	56,25	45	45	10,35	0,4	0,04	1,84	4,05	0,22
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Leguminosa	Arveja verde guisada	100 gr	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	74,9	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			B103	Tomate. crudo	20	16	16	3,68	0,14	0,02	0,66	1,44	0,08
Energéticos	Papa en cascos	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arroz tigre	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	14	14	31,5	51,94	1,82	0,21	10,46	3,5	0,55
Fruta entera, Jugo	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Postre	Cocadas	40 gr	C019	Coco, crudo	88,88	40	40	160,8	1,44	14,2	5,04	2,8	0,52
			K033	Panela	10	10	1	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**803,67**	**690**	**693,3**	**855,29**	**42,69**	**14,94**	**129,44**	**144,46**	**7,14**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Avena**	**240 cc**	**A012**	**Avena en hojuelas, precocida**	**40**	**40**	**40**	**164,4**	**6,76**	**3**	**25,64**	**21,6**	**1,8**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**31,5**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Espinaca**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**25**	**25**	**25**	**10,75**	**0,2**	**0,05**	**2,02**	**7,5**	**0,1**
			B044	**Espinaca, cruda**	**50**	**30**	**30**	**10,2**	**0,87**	**0,06**	**1,14**	**36,9**	**0,72**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Pollo a la Fricasé**	**112gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**16**	**14,8**	**0,38**	**0,02**	**3,06**	**2,8**	**0,06**
Energéticos	**Papa Criolla al Vapor**	**80 gr**	**B071**	**Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda**	**100**	**100**	**80**	**96**	**2,2**	**0,1**	**21,1**	**11**	**1**
Cereales	**Arroz a la Naranja**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			C062	**Naranja, cruda**	**16,66**	**10**	**10**	**4,1**	**0,07**	**0,03**	**0,88**	**3,3**	**0,13**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Piña**	**210 cc**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**81,81**	**45**	**45**	**25,2**	**0,27**	**0,04**	**5,58**	**7,2**	**0,22**
	Fruta: Pera	**120 gr**	**C071**	**Pera, cruda**	**141,17**	**120**	**120**	**75,6**	**0,36**	**0,24**	**15,48**	**9,6**	**0,48**
Postre	**Postre: Gelatina de pata**	**40 gr**	**K020**	**Gelatina de pata**	**40**	**40**	**40**	**51,84**	**1,18**	**0**	**11,76**	**10,56**	**0,64**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3068,72	121,68	78,99	443,66	629,85	21,57
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,82	111,89	122,58	111,26	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 02 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					994,76	602	514,8	924,73	36,62	42,01	95,22	183,45	4,91
Bebida caliente	Café con leche	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	100	55	3,2	3,2	3,4	120	0
Protéicos	Caldo de costilla	240 cc	F107	Res, costilla, cruda	219,17	160	100,8	459,2	27,36	37,28	3,68	14,4	2,56
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	50	40	32	29,6	0,76	0,04	6,12	5,6	0,12
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
Energéticos	Platano maduro al horno	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Pan rollo	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	41,66	37,5	37,5	19,12	0,15	0	4,54	3	0,15
			K003	Azúcar blanco, granulado	7,5	7,5	7,5	29,78	0	0	7,45	0	0,01
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Almuerzo					1058,54	755	710,5	970,21	49,46	16,15	150,35	122,47	20,18
Sopa o Crema	Ajiaco Santafereño	240 cc	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	60	60	52,2	57,6	1,32	0,06	12,66	6,6	0,6
			T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	10	10	10	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			B047	Guascas, crudas	28,57	10	10	5	0,32	0,05	0,83	24,5	0,71
			G001	Crema de leche	2	2	2	6,6	0,04	0,7	0,03	1,36	0
Protéicos	Hígado en bistec	150 gr	F109	Res, hígado, crudo	180	180	100,8	248,4	36,72	8,1	7,02	16,2	15,12
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada verde	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B077	Pepino cohombro, crudo	40	30	30	4,2	0,15	0,03	0,69	5,4	0,09
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
Energéticos	Pataconas de plátano	100 gr	B092	Plátano hartón, verde, crudo	147,05	100	80	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4
Cereales	Arroz a la Naranja	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			C062	Naranja, cruda	16,66	10	10	4,1	0,07	0,03	0,88	3,3	0,13
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mango	210 cc	C051	Mango, maduro, pulpa	150	45	45	35,55	0,27	0	7,7	6,75	0,22
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Arroz de leche con coco	40 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	10	10	22,5	35,3	0,67	0,04	8,01	0,9	0,08
			C019	Coco, crudo	40	18	18	72,36	0,65	6,39	2,27	1,26	0,23

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1101,76**	**716,82**	**699,14**	**891,6**	**39,4**	**18,07**	**135,2**	**134,95**	**6,02**
Sopa, Crema, Consome	**Cuchuco de Maiz**	**240 cc**	**A018**	**Cuchuco de maiz**	**20**	**20**	**20**	**71,6**	**2,56**	**0,24**	**14,8**	**10**	**0,86**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada blanca**	**100 gr**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**53,33**	**40**	**40**	**5,6**	**0,2**	**0,04**	**0,92**	**7,2**	**0,12**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
Protéicos	**Rollo de pollo**	**143 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**6**	**5,7**	**5,7**	**2,28**	**0,08**	**0**	**0,44**	**1,37**	**0,02**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**8,57**	**8,57**	**8,57**	**30,85**	**1,07**	**0,14**	**6,2**	**1,28**	**0,37**
			J004	**Huevo de gallina, entero. crudo**	**31,72**	**28,55**	**28,55**	**42,54**	**3,6**	**3,08**	**0,08**	**15,13**	**0,48**
Energéticos	**Yuca Dorada**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Cereales	**Arroz blanco**	**90 gr**	**A009**	**Arroz blanco, pulido, cocido, sin sal**	**40**	**40**	**90**	**64,4**	**0,92**	**0,84**	**13**	**4**	**0,08**
Fruta entera, Jugo	**Fruta: Granadilla**	**120 gr**	**C028**	**Granadilla, entera**	**400**	**120**	**120**	**114**	**2,52**	**1,92**	**17,88**	**14,4**	**1,08**
	Jugo de Guanábana	**210 cc**	**C030**	**Guanábana, pulpa sin semilla**	**64,28**	**45**	**45**	**14,85**	**0,27**	**0,09**	**3,06**	**4,95**	**0,09**
Postre	**Postre: Caramelado de lulo**	**40 gr**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**50,66**	**38**	**38**	**29,64**	**0,34**	**0,15**	**5,74**	**6,08**	**0,11**
			K033	**Panela**	**25**	**25**	**2,5**	**91**	**0,15**	**0,02**	**22,55**	**10,5**	**1,22**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**239,28**	**0**	**16**	**23,83**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**22 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**24**	**24**	**24**	**95,28**	**0**	**0**	**23,83**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3025,82	125,49	92,23	404,61	440,87	31,13
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,34	115,39	143,12	101,47	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 02 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				720,61	525	495	745,56	18,35	19,74	119,05	104,02	4,69
Bebida caliente	Chocolate en agua	240 cc	L008	Chocolate amargo o negro	30	30	30	186,6	1,47	12,78	14,79	24	1,08
Protéicos	Tortilla española	120 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	40	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
Energéticos	Yuca al vapor	80 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
	Almuerzo				931,89	820	870,89	1095,86	53,92	17,46	167,35	191,34	10,04
Sopa o Crema	Sopa de arracacha	240 cc	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	57,5	46	40,02	52,44	0,41	0,05	12,1	11,04	0,51
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
Protéicos	Espagueti con Pollo (carnes)	110 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	134,4	125	100	207,5	25,88	11,5	0,12	13,75	0,88
			F125	Salchicha de cerdo y res, precocida	10	10	10	26,6	1,38	2,07	0,61	2,3	0,11
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Roja	100 gr	B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	25	20	20	10,6	0,28	0,02	2,06	3,2	0,16
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	30	30	30	12,9	0,24	0,06	2,43	9	0,12
			B103	Tomate. crudo	62,5	50	50	11,5	0,45	0,05	2,05	4,5	0,25
Leguminosa	Lenteja guisada	200 gr	T026	Lenteja común, cruda	50	50	107	193,5	11,55	0,45	30,5	25,5	3,6
			B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	50	50	50	40	1,1	0,05	8,45	6	0,4
Energéticos	Papa Salada con mayonesa	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			N002	Mayonesa, baja en grasa	2	2	2	6,16	0,02	0,64	0,08	0,2	0,01
Cereales	Espagueti guisado	125 gr	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	40	40	90	148,4	5,2	0,6	29,88	10	1,56
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	5	5	5	24,95	1,32	1,33	1,92	47	0,02
Fruta entera, Jugo	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Pera	120 gr	C071	Pera, cruda	141,17	120	120	75,6	0,36	0,24	15,48	9,6	0,48
Postre	Bocadillo	40 gr	K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño	40	40	40	127,2	0,12	0,04	31,6	10	0,48

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**976,69**	**851,5**	**855,62**	**945,72**	**54,03**	**12,18**	**145,91**	**232,01**	**7,5**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Verduras**	**240 cc**	**B006**	**Ahuyama, cruda**	**47,05**	**40**	**40**	**12**	**0,32**	**0,08**	**2,32**	**8**	**0,32**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B044	**Espinaca, cruda**	**33,33**	**20**	**20**	**6,8**	**0,58**	**0,04**	**0,76**	**24,6**	**0,48**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**22**	**22**	**19,8**	**26,4**	**1,47**	**0,07**	**4,33**	**4,18**	**0,33**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
Leguminosa	**Fríjol Rojo guisado**	**100 gr**	**T011**	**Fríjol cargamanto rojo, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**135,1**	**7,98**	**0,52**	**21,14**	**41,65**	**1,86**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**25**	**10**	**10**	**3,7**	**0,12**	**0,01**	**0,68**	**5,7**	**0,05**
			B103	**Tomate. crudo**	**20**	**16**	**16**	**3,68**	**0,14**	**0,02**	**0,66**	**1,44**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Pepino salteado**	**100 gr**	**B078**	**Pepino, crudo**	**66,66**	**60**	**60**	**12,6**	**0,36**	**0,12**	**2,28**	**9**	**0,42**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
Protéicos	**Carne de Cerdo a la plancha**	**100 gr.**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
Energéticos	**Tajadas de plátano**	**80 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz con cebollín**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B030	**Cebolla puerro, cruda**	**15,78**	**15**	**15**	**10,35**	**0,24**	**0,02**	**2,16**	**8,7**	**0,12**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Fresa**	**210 cc**	**C026**	**Fresa, pintona, cruda**	**50**	**47,5**	**47,5**	**18,05**	**0,38**	**0,14**	**3,32**	**9,5**	**0,19**
	Fruta: Manzana	**120 gr**	**C054**	**Manzana nacional**	**141,17**	**120**	**120**	**86,4**	**0,36**	**0,24**	**19,8**	**19,2**	**0,36**
Postre	**Postre: Arequipe con queso**	**40 gr**	**K001**	**Manjar blanco**	**20**	**20**	**20**	**64**	**1,28**	**1,5**	**11,34**	**50,6**	**0,02**
			G015	**Queso campesino**	**20**	**20**	**20**	**16,6**	**2,2**	**0,3**	**1,28**	**0**	**0**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**279,52**	**0**	**24**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**24 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**24**	**24**	**24**	**216**	**0**	**24**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3066,66	126,3	73,38	448,2	527,36	22,25
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,75	116,14	113,88	112,4	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 03 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1220,15	896	816,8	879,56	60,14	24,4	99,07	357,58	8,76
Bebida caliente	Agua de panela con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	215	215	215	118,25	6,88	6,88	7,31	258	0
			K033	Panela	16	16	16	58,24	0,1	0,02	14,43	6,72	0,78
Protéicos	Bistec a caballo	180 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B103	Tomate. crudo	62,5	50	50	11,5	0,45	0,05	2,05	4,5	0,25
			B027	Cebolla cabezona, cruda	42,1	40	40	16	0,56	0,04	3,08	9,6	0,12
Energéticos	Papa Dorada al horno	80.0 g	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	100	100	80	80	2,2	0,1	16,9	12	0,8
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	60	36	36	17,28	0,32	0,04	3,2	3,6	0,22
			K003	Azúcar blanco, granulado	9	9	9	35,73	0	0	8,94	0	0,01
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Almuerzo					1131,31	753,53	704,35	922,88	46,74	11,64	147,21	114,12	9,02
Sopa o Crema	Sancocho de pollo (base)	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Rollo de carne de res	130 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10	10	10	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	11,11	10	10	14,9	1,26	1,08	0,03	5,3	0,17
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de apio	105 gr	B014	Apio, crudo	140	70	70	18,2	0,49	0,14	3,22	29,4	0,28
			B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B077	Pepino cohombro, crudo	13,33	10	10	1,4	0,05	0,01	0,23	1,8	0,03
			B030	Cebolla puerro, cruda	5,26	5	5	3,45	0,08	0	0,72	2,9	0,04
Energéticos	Platano maduro al horno	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz pajarito	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B089	Plátano hartón, maduro, crudo	13,88	10	10	13,2	0,11	0,02	3,03	0,3	0,05
Fruta entera, Jugo	Jugo de Piña	210 cc	C072	Piña, maduro, pulpa	81,81	45	45	25,2	0,27	0,04	5,58	7,2	0,22
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Postre	Torta de vainilla	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10	10	10	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43
			2050	Vainilla	10	10	10	28,8	0,01	0,01	1,26	1,1	0,01
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	2,81	2,53	2,53	3,77	0,32	0,27	0,01	1,34	0,04
			K033	Panela	25	25	17,5	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1169,37**	**748,42**	**698,84**	**902,58**	**49,95**	**13,76**	**136,46**	**125,05**	**9,76**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Masitas**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada criolla**	**100 gr**	**B059**	**Lechuga común, cruda**	**63,63**	**35**	**35**	**6,3**	**0,28**	**0,04**	**0,91**	**7,35**	**0,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**37,5**	**30**	**30**	**6,9**	**0,27**	**0,03**	**1,23**	**2,7**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Carne desmechada**	**120 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**7,9**	**6,32**	**6,32**	**1,45**	**0,06**	**0,01**	**0,26**	**0,57**	**0,03**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**2,65**	**1,06**	**1,06**	**0,39**	**0,01**	**0**	**0,07**	**0,6**	**0**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**8,29**	**7,88**	**7,88**	**3,15**	**0,11**	**0,01**	**0,61**	**1,89**	**0,02**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**3,1**	**2,64**	**2,64**	**0,92**	**0,03**	**0,01**	**0,17**	**0,18**	**0,01**
			B079	**Perejil, crudo**	**0,57**	**0,52**	**0,52**	**0,29**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,72**	**0,03**
Energéticos	**Papa en cascos**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
Cereales	*** Arroz hindu**	**95 gr.**	**A011**	**Arroz integral, cocido, sin sal**	**40**	**40**	**90**	**148**	**3**	**1,04**	**30,92**	**11,2**	**0,72**
			T028	**Maní, con piel, crudo**	**5**	**5**	**5**	**30,95**	**1,36**	**2,39**	**0,79**	**3,1**	**0,16**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mandarina**	**210 cc**	**C050**	**Mandarina,zumo**	**90**	**45**	**45**	**24,3**	**0,4**	**0,04**	**5,13**	**15,75**	**0,14**
	Fruta: Mango	**120 gr**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	**400**	**120**	**120**	**94,8**	**0,72**	**0**	**20,52**	**18**	**0,6**
Postre	**Postre: Dulce de Guayaba**	**40 gr**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**50,66**	**38**	**38**	**29,64**	**0,34**	**0,15**	**5,74**	**6,08**	**0,11**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**1,6**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**33**	**33**	**33**	**211,49**	**0**	**16**	**16,88**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**17 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**17**	**17**	**17**	**67,49**	**0**	**0**	**16,88**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2916,51	156,82	65,8	399,62	596,76	27,56
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								100,57	144,21	102,1	100,22	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 03 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					823,49	770	750	743,59	29,5	22,92	100,33	495,12	4,39
Bebida caliente	Colada de Plátano	240 cc	B057	Harina de plátano, cruda	50	50	50	170	1,65	0,15	40,25	5,5	0,6
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Protéicos	Changua	300 cc	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240	0
Energéticos	Papa Criolla dorada	80 gr	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	100	80	96	2,2	0,1	21,1	11	1
Cereales	Hojaldra de trigo	25 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5,95	5,95	5,95	21,42	0,74	0,1	4,3	0,89	0,26
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	6,61	5,95	5,95	8,86	0,75	0,64	0,02	3,15	0,1
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	13,1	13,1	13,1	7,2	0,42	0,42	0,44	15,72	0
Fruta	Jugo de Guayaba con limón	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Pera	120 gr	C071	Pera, cruda	141,17	120	120	75,6	0,36	0,24	15,48	9,6	0,48
Almuerzo					989,84	779,87	735,71	1034,47	46,97	16,02	167,91	322,24	7,13
Sopa o Crema	Cuchuco de Cebada	240 cc	A014	Cebada, perlada, cruda	46	46	40,02	177,1	5,75	0,83	33,17	16,56	1,24
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Cerdo a la naranja	125 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
			C062	Naranja Entera	41,66	25	25	10,25	0,18	0,08	2,2	8,25	0,32
Verdura/hortaliza/ legumbre	Habichuela en crema blanca	100 gr	B052	Habíchuela, cruda	72,22	65	65	27,95	1,36	0	4,68	26	0,65
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Energéticos	Deditos de Yuca	90 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10	10	10	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43
Cereales	Arroz Pimentón	105 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B080	Pimentón rojo, crudo	17,64	15	15	5,25	0,15	0,04	0,94	1,05	0,06
Fruta entera, Jugo	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
	Limonada con panela	210 cc	C044	Limón, crudo	90	45	45	19,8	0,14	0,14	4,18	8,55	0,22
			K033	Panela	5,87	5,87	5,87	21,37	0,04	0	5,29	2,46	0,29
Postre	Mielmesabe	40 gr	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	70	70	35	38,5	2,24	2,24	2,38	84	0
			K033	Panela	11	11	5,5	40,04	0,07	0,01	9,92	4,62	0,54

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**902,16**	**807**	**696,82**	**948,83**	**49,89**	**10,8**	**156,32**	**210,66**	**9,72**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa Carmelita**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Roja**	**100 gr**	**B098**	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**30**	**30**	**30**	**12,9**	**0,24**	**0,06**	**2,43**	**9**	**0,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**62,5**	**50**	**50**	**11,5**	**0,45**	**0,05**	**2,05**	**4,5**	**0,25**
Protéicos	**Carne a la plancha**	**100 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
Energéticos	**Platano melao**	**110 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**10**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**
Cereales	**Arroz con cilantro**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Uva negra**	**210 cc**	**C086**	**Uva negra**	**50**	**45**	**45**	**22,95**	**0,18**	**0**	**5,44**	**3,6**	**0,18**
	Fruta: Pera	**120 gr**	**C071**	**Pera, cruda**	**141,17**	**120**	**120**	**75,6**	**0,36**	**0,24**	**15,48**	**9,6**	**0,48**
Postre	**Postre: Mielmesabe**	**40 gr**	**G007**	**Leche de vaca, descremada, líquida, pasteurizada**	**100**	**100**	**25**	**34**	**3,3**	**0,1**	**4,9**	**127**	**0**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**16**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**231,36**	**0,14**	**16,02**	**21,65**	**10,08**	**1,18**
Azúcares	**Panela de adicción**	**24 gr**	**K033**	**Panela**	**24**	**24**	**24**	**87,36**	**0,14**	**0,02**	**21,65**	**10,08**	**1,18**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2958,25	126,5	65,77	446,21	1038,1	22,42
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,01	116,32	102,06	111,9	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 04 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES: CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1046,72	735	715	836	28,26	27,68	115,04	395,55	5,69
Bebida caliente	Milo en leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			K010	Milo	40	40	40	186,4	1,44	6,64	30,2	14,4	1,4
Protéicos	Huevos paisas (con maiz)	150 gr	J004	Huevo de gallina	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			A053	Maíz tierno	83,33	50	50	76	1,7	0,6	15,25	2,5	0,4
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	5	5	5	1,25	0,04	0	0,22	0,6	0,04
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Energéticos	Moneditas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Tostadas de pan	25 gr	A087	Tostada	25	25	25	99,5	2,5	1,7	18,08	10	0,9
Fruta	Jugo de Piña	210 cc	C072	Piña, maduro, pulpa	90,9	50	50	28	0,3	0,05	6,2	8	0,25
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Almuerzo					957,25	782,97	782,11	1081,69	56,91	26,51	145,18	417,22	9,76
Sopa o Crema	Crema de Zanahoria	240 cc	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B006	Ahuyama, cruda	47,05	40	36,4	12	0,32	0,08	2,32	8	0,32
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	57,5	46	40,02	34,04	0,87	0,05	7,04	6,44	0,14
Protéicos	Carne de Cerdo a la plancha	100 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	160	160	100,8	209,6	32,8	8,64	0,32	12,8	1,92
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Aguacate	100 gr	C002	Aguacate Lorena, crudo	38,96	30	30	53,7	0,48	3,99	3	3	0,12
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			B059	Lechuga común, cruda	36,36	20	20	3,6	0,16	0,02	0,52	4,2	0,18
Leguminosa	Garbanzo al gratin	100 gr	T019	Garbanzo seco, crudo	35	35	74,9	137,55	6,96	1,92	20,58	42	2,24
			G021	Queso Doble Crema tajado	10	10	10	28,6	2,34	1,87	0,59	40,5	0,05
Energéticos	Arracacha en chips	80 gr	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	125	100	80	114	0,9	0,1	26,3	24	1,1
Cereales	Arroz con ajonjolí	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T001	Ajonjoli o sésamo, crudo	10	10	10	64,8	2,04	5,22	1,82	97,5	1,27
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mandarina	210 cc	C050	Mandarina,zumo	90	45	45	24,3	0,4	0,04	5,13	15,75	0,14
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Natilla casera	40 gr	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	2,87	2,87	2,87	10,91	0,26	0,11	2,12	0,11	0,08
			J009	Huevo de gallina, yema, crudo	0,1	0,1	0,1	0,36	0,02	0,03	0	0,13	0
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	30	30	30	16,5	0,96	0,96	1,02	36	0
			K033	Panela	8	8	8	29,12	0,05	0,01	7,22	3,36	0,39
			J004	Huevo de gallina	4,44	4	4	5,96	0,5	0,43	0,01	2,12	0,07

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1030,17**	**726,47**	**728,57**	**967,82**	**43,24**	**13,5**	**162,49**	**174,77**	**7,61**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Conchitas**	**240 cc**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**50**	**50**	**43,5**	**185,5**	**6,5**	**0,75**	**37,35**	**12,5**	**1,95**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B019	**Arveja verde, cruda**	**55**	**22**	**19,8**	**21,78**	**1,3**	**0,07**	**3,41**	**7,92**	**0,33**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de apio**	**100 gr**	**B014**	**Apio, crudo**	**140**	**70**	**70**	**18,2**	**0,49**	**0,14**	**3,22**	**29,4**	**0,28**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**13,33**	**10**	**10**	**1,4**	**0,05**	**0,01**	**0,23**	**1,8**	**0,03**
Protéicos	**Pollo al vapor en salsa criolla**	**118 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B103	**Tomate. crudo**	**7,5**	**6**	**6**	**1,38**	**0,05**	**0,01**	**0,25**	**0,54**	**0,03**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**2,5**	**1**	**1**	**0,37**	**0,01**	**0**	**0,07**	**0,57**	**0**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**7,85**	**7,46**	**7,46**	**2,98**	**0,1**	**0,01**	**0,57**	**1,79**	**0,02**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**2,94**	**2,5**	**2,5**	**0,88**	**0,02**	**0,01**	**0,16**	**0,18**	**0,01**
			B079	**Perejil, crudo**	**0,56**	**0,51**	**0,51**	**0,28**	**0,01**	**0**	**0,04**	**0,7**	**0,03**
Energéticos	**Pataconas de plátano**	**80 gr**	**B092**	**Plátano hartón, verde, crudo**	**147,05**	**100**	**80**	**166**	**1,2**	**0,2**	**39,3**	**8**	**0,4**
Cereales	**Arroz verde**	**120 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B044	**Espinaca, cruda**	**50**	**30**	**30**	**10,2**	**0,87**	**0,06**	**1,14**	**36,9**	**0,72**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Tomate de árbol**	**210 cc**	**C082**	**Tomate de árbol rojo, crudo**	**52,32**	**45**	**45**	**24,75**	**0,9**	**0,09**	**4,59**	**4,5**	**0,4**
	Porcion: Piña en rodajas	**120 gr**	**C072**	**Piña, cruda**	**218,18**	**120**	**120**	**67,2**	**0,72**	**0,12**	**14,88**	**19,2**	**0,6**
Postre	**Postre: Torta de fresas**	**40 gr.**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			C026	**Fresa, pintona, cruda**	**13,68**	**13**	**13**	**4,94**	**0,1**	**0,04**	**0,91**	**2,6**	**0,05**
			J004	**Huevo de gallina**	**4,44**	**4**	**4**	**5,96**	**0,5**	**0,43**	**0,01**	**2,12**	**0,07**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**10**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**
Azúcares y					**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3093,03	128,41	83,68	438,59	987,53	23,08
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								106,66	118,08	129,86	109,99	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA**	**FECHA:**	**22/12/2022**
	RAIZAL / **ROM**	**SIN PERTENENCIA**	

MENU 04 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORÍAS (Kcal)	PROTEÍNA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					746,03	635	610	802,05	26,58	24,34	116,24	443,5	4,9
Bebida caliente	Agua de panela	240 cc	K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Huevos pericos criollos	120 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
Energéticos	Yuca al horno con queso	130 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	156,25	125	100	198,75	1,12	0,38	46,75	20	0,38
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	30	30	30	90,3	5,25	7,65	0,09	175,8	0,12
Cereales	Mogolla integral	50 gr	A057	Mogolla, horneada	50	50	50	93	2,64	1,35	17,58	9,9	0,75
Fruta	Sorbete de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Almuerzo					1009,08	764	774,39	994,37	45,62	12,96	165,83	161,3	8,15
Sopa o Crema	Sopa Minestrone	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Pescado apanado	135 gr	E043	Tilapia, filete, cruda	161,29	100	100	96	20,1	1,7	0	10	0,6
			A087	Migas de pan, secas	10	10	10	39,8	1	0,68	7,23	4	0,36
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Jardinera	125 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	35	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	30	30	30	12,9	0,24	0,06	2,43	9	0,12
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
Energéticos	Papa a la francesa	100 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	162,5	130	104	96,2	2,47	0,13	19,89	18,2	0,39
Cereales	Arroz Amarillo	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Postre	Galletas con crema	40 gr	A025	Galletas dulces, tipo wafer	40	40	40	182	2,16	6,08	29,28	19,2	1,2

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1139,01**	**799**	**842,92**	**916,44**	**46,33**	**16,91**	**138,32**	**124,06**	**6,62**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Tomate**	**240 cc**	**B103**	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			A034	**Fécula de maíz blanco, precocida**	**40**	**40**	**40**	**152**	**3,64**	**1,48**	**29,56**	**1,6**	**1,08**
Leguminosa	**Arveja verde guisada**	**100 gr**	**B018**	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**74,9**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**25**	**10**	**10**	**3,7**	**0,12**	**0,01**	**0,68**	**5,7**	**0,05**
			B103	**Tomate. crudo**	**20**	**16**	**16**	**3,68**	**0,14**	**0,02**	**0,66**	**1,44**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Rodajas de tomate con cilantro**	**100 gr**	**B103**	**Tomate Milano Rojo**	**100**	**80**	**80**	**18,4**	**0,72**	**0,08**	**3,28**	**7,2**	**0,4**
			L018	**Vinagre**	**5**	**5**	**5**	**1,2**	**0**	**0**	**0,3**	**0,35**	**0,02**
			L016	**Mostaza**	**5**	**5**	**5**	**5,35**	**0,18**	**0,16**	**0,7**	**3,8**	**0,09**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Protéicos	**Espagueti con Pollo (carnes)**	**110 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**134,4**	**125**	**105**	**207,5**	**25,88**	**11,5**	**0,12**	**13,75**	**0,88**
			F125	**Salchicha de cerdo y res, precocida**	**10**	**10**	**10**	**26,6**	**1,38**	**2,07**	**0,61**	**2,3**	**0,11**
Energéticos	**Papa a la francesa**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
Cereales	**Espagueti guisado**	**120 gr**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**40**	**40**	**90**	**148,4**	**5,2**	**0,6**	**29,88**	**10**	**1,56**
			B103	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**25**	**10**	**10**	**3,7**	**0,12**	**0,01**	**0,68**	**5,7**	**0,05**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**2**	**2**	**2**	**9,98**	**0,53**	**0,53**	**0,77**	**18,8**	**0,01**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Curuba**	**210 cc**	**C021**	**Curuba, cruda**	**90**	**45**	**45**	**17,1**	**0,27**	**0,04**	**3,82**	**3,15**	**0,45**
	Porcion: Patilla en rodajas	**120 gr**	**C079**	**Sandía, cruda**	**300**	**120**	**120**	**20,4**	**0,48**	**0**	**4,44**	**4,8**	**0,36**
Postre	**Postre: Mousse de curuba**	**40 gr.**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**15**	**15**	**15**	**58,8**	**1,24**	**0**	**13,47**	**0**	**0**
			C021	**Curuba, cruda**	**8**	**4**	**4**	**1,52**	**0,02**	**0**	**0,34**	**0,28**	**0,04**
			J002	**Huevo de gallina, clara**	**5**	**5**	**5**	**2,35**	**0,54**	**0,01**	**0,03**	**0,3**	**0**
			K003	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2920,38	118,54	70,22	436,28	728,86	19,69
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								100,7	109	108,96	109,41	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 05 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					728,17	625	678	827,51	29,11	11,51	144,85	262,56	4,38
Bebida caliente	Cebada con leche	240 cc	A014	Cebada, perlada, cruda	40	40	40	154	5	0,72	28,84	14,4	1,08
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Protéicos	Calentado Paisa con huevo	180 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	10	10	33	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Tajadas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Almuerzo					993,82	802,5	756,86	1056,88	47,06	22,9	160,56	205,53	10,31
Sopa o Crema	Crema de Maiz	240 cc	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			A044	Maíz amarillo, trillado	46	46	40,02	159,62	4,05	0,37	34,96	3,22	0,97
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Albóndigas Criollas	115 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	15	15	15	59,7	1,5	1,02	10,84	6	0,54
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Espinaca	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	25	25	25	10,75	0,2	0,05	2,02	7,5	0,1
			B044	Espinaca, cruda	50	30	30	10,2	0,87	0,06	1,14	36,9	0,72
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Platano melao	110 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			K033	Panela	10	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49
Cereales	Arroz verde	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B044	Espinaca, cruda	50	30	30	10,2	0,87	0,06	1,14	36,9	0,72
Fruta entera, Jugo	Jugo de Fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	50	47,5	47,5	18,05	0,38	0,14	3,32	9,5	0,19
	Fruta: Naranja	120 gr	C062	Naranja Entera	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56
Postre	Gelatina de pata	40 gr	K020	Gelatina de pata	40	40	40	51,84	1,18	0	11,76	10,56	0,64

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1084**	**768**	**732,82**	**867,86**	**51,06**	**15,45**	**125,39**	**289,33**	**8,31**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Cebolla**	**240 cc**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**5**	**5**	**5**	**24,95**	**1,32**	**1,33**	**1,92**	**47**	**0,02**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada mixta**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**42,85**	**30**	**30**	**12**	**0,54**	**0,09**	**1,92**	**13,2**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			B044	**Espinaca, cruda**	**41,66**	**25**	**25**	**8,5**	**0,72**	**0,05**	**0,95**	**30,75**	**0,6**
			B103	**Tomate. crudo**	**12,5**	**10**	**10**	**2,3**	**0,09**	**0,01**	**0,41**	**0,9**	**0,05**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Rollo de carne de res**	**130 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito. cruda**	**10**	**10**	**10**	**36**	**1,25**	**0,17**	**7,23**	**1,5**	**0,43**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**14,9**	**1,26**	**1,08**	**0,03**	**5,3**	**0,17**
Energéticos	**Puré de Papa**	**100 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**10**	**10**	**10**	**49,9**	**2,63**	**2,66**	**3,84**	**94**	**0,05**
Cereales	**Arroz al Curry**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			P050	**Cúrcuma**	**12,5**	**2**	**2**	**7,52**	**0,11**	**0,47**	**0,5**	**1,34**	**0,06**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mango**	**210 cc**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	**150**	**45**	**45**	**35,55**	**0,27**	**0**	**7,7**	**6,75**	**0,22**
	Porcion: Melón en cuadritos	**120 gr**	**C060**	**Melón, crudo**	**240**	**120**	**120**	**30**	**0,84**	**0**	**6**	**13,2**	**0,48**
Postre	**Postre: Bocadillo**	**40 gr**	**K006**	**Bocadillo o dulce de guayaba, veleño**	**40**	**40**	**40**	**127,2**	**0,12**	**0,04**	**31,6**	**10**	**0,48**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2959,77	127,22	65,86	446,69	757,42	23,01
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,06	116,99	102,21	112,02	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 05 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				1107,44	760	740	632,7	26,2	24,26	71,73	618,4	3,26
Bebida caliente	Colada de Maicena	240 cc	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	20	20	20	76	1,82	0,74	14,78	0,8	0,54
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Huevos revueltos	100 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
Energéticos	Papa a la francesa	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arepa paisa y porcion de queso	90 gr	A004	Arepa de maíz blanco, con sal	50	50	50	0	0	0	0	8,5	0,35
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	40	40	40	120,4	7	10,2	0,12	234,4	0,16
Fruta	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
	Almuerzo				1463,53	1064,72	1059,274	1250,2	67,62	30,48	168,15	468,76	13,87
Sopa o Crema	Cuchuco de Trigo	240 cc	A018	Cuchuco de trigo, crudo	46	46	40,02	164,68	5,89	0,55	34,04	23	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Carne molida en Salsa Bolognesa	150 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	5,36	5,36	5,36	21,33	0,54	0,36	3,88	2,14	0,19
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	40	40	40	10	0,36	0,04	1,72	4,8	0,28
			B079	Perejil, crudo	5,95	5,36	5,36	2,95	0,16	0,05	0,37	7,4	0,35
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada mixta	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	42,85	30	30	12	0,54	0,09	1,92	13,2	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			B044	Espinaca, cruda	41,66	25	25	8,5	0,72	0,05	0,95	30,75	0,6
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Leguminosa	Fríjol Blanco guisado	100 gr	T005	Fríjol blanco, crudo	35	35	74,9	130,55	7,46	0,38	21,63	46,55	2,17
			B103	Tomate. crudo	18,75	15	15	3,45	0,14	0,02	0,62	1,35	0,08
			B027	Cebolla cabezona, cruda	11,57	11	11	4,4	0,15	0,01	0,85	2,64	0,03
Energéticos	Papa chorreada	125 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Cereales	Espapagueti a la Bolognesa (Pastas)	150 gr	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	40	40	90	148,4	5,2	0,6	29,88	10	1,56
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	40	40	40	10	0,36	0,04	1,72	4,8	0,28
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Fruta entera, Jugo	Sorbete de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Postre	Torta de banano	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	16,89	16,89	16,89	60,8	2,11	0,29	12,21	2,53	0,73
			P016	Banano pacífico, crudo	25,95	16,87	16,87	18,89	0,18	0,03	4,45	1,01	0,07
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	6,24	5,62	5,62	8,37	0,71	0,61	0,02	2,98	0,1
			K033	Panela	5,62	5,62	3,934	20,46	0,03	0	5,07	2,36	0,28

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1097,24**	**916,75**	**875,59**	**978,41**	**49,77**	**13,96**	**156,86**	**286,79**	**7,96**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de guineo**	**240 cc**	**B092**	**Plátano hartón, verde, crudo**	**67,64**	**46**	**40,02**	**76,36**	**0,55**	**0,09**	**18,08**	**3,68**	**0,18**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Repollo**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**42,85**	**30**	**30**	**12**	**0,54**	**0,09**	**1,92**	**13,2**	**0,15**
			B103	**Tomate. crudo**	**56,25**	**45**	**45**	**10,35**	**0,4**	**0,04**	**1,84**	**4,05**	**0,22**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Carne de res sudada a la criolla**	**150 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**20**	**16**	**16**	**3,68**	**0,14**	**0,02**	**0,66**	**1,44**	**0,08**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**15**	**6**	**6**	**2,22**	**0,07**	**0,01**	**0,41**	**3,42**	**0,03**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**20**	**19**	**19**	**7,6**	**0,27**	**0,02**	**1,46**	**4,56**	**0,06**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**5**	**4,25**	**4,25**	**1,49**	**0,04**	**0,01**	**0,27**	**0,3**	**0,02**
			B079	**Perejil, crudo**	**5**	**4,5**	**4,5**	**2,48**	**0,13**	**0,04**	**0,31**	**6,21**	**0,3**
Energéticos	**Platano maduro al horno**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz pajarito**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B089	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**13,88**	**10**	**10**	**13,2**	**0,11**	**0,02**	**3,03**	**0,3**	**0,05**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de mora**	**210 cc**	**C061**	**Mora de castilla**	**50**	**45**	**45**	**33,3**	**0,45**	**0,04**	**6,57**	**18,9**	**0,76**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Mandarina	**120 gr**	**C050**	**Mandarina**	**171,42**	**120**	**120**	**64,8**	**1,08**	**0,12**	**13,68**	**42**	**0,36**
Postre	**Postre: Mousse de mora**	**40 gr.**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**15**	**15**	**15**	**58,8**	**1,24**	**0**	**13,47**	**0**	**0**
			C061	**Mora de castilla**	**5,55**	**5**	**5**	**3,7**	**0,05**	**0**	**0,73**	**2,1**	**0,08**
			J002	**Huevo de gallina, clara**	**4**	**4**	**4**	**1,88**	**0,43**	**0,01**	**0,02**	**0,24**	**0**
			K003	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3068,83	143,59	84,7	412,63	1373,95	25,11
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,82	132,03	131,45	103,48	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 06 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				1155,81	827	807	775,84	42,8	27,58	87,11	377,6	4,99
Bebida caliente	Avena en leche	240 cc	A029	Harina de avena, cruda	22	22	22	91,08	3,23	1,89	14,56	11,88	0,88
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Consome de Pescado	240 gr	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	117,64	100	100	165	15,5	11,4	0	8	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	3,3	0,3
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Papa Dorada al horno	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
	Almuerzo				1164,15	780,74	767,061	1220,02	59,99	19,33	190,85	255,88	9,13
Sopa o Crema	Sopa de 4 granos	240 cc	A012	Avena en hojuelas, precocida	46	46	40,02	189,06	7,77	3,45	29,49	24,84	2,07
			A014	Cebada, perlada, cruda	15	15	15	57,75	1,88	0,27	10,82	5,4	0,4
			A018	Cuchuco de trigo, crudo	15	15	15	53,7	1,92	0,18	11,1	7,5	0,64
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	22	22	20,02	26,4	1,47	0,07	4,33	4,18	0,33
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	57,5	46	40,02	34,04	0,87	0,05	7,04	6,44	0,14
Protéicos	Arroz chino (Carnes)	100 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	52,47	48,8	40,992	81,01	10,1	4,49	0,05	5,37	0,34
			F099	Res, carne magra, cruda	33,33	33,33	20,997	46,33	7,26	1,9	0	2	0,9
			F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	47,61	47,61	39,992	62,37	9,76	2,57	0,1	3,81	0,57
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada paisa	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			A053	Maíz tierno, crudo	25	15	15	22,8	0,51	0,18	4,58	0,75	0,12
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Puré de Papa	100 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Cereales	Arroz chino	110 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T030	Raices chinas	15	15	15	71,85	5,48	3,1	4,32	39,45	1,34
			16124	Salsa de Soya	5	5	5	3	0,52	0	0,28	1	0,12
Fruta entera, Jugo	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	50	45	45	22,95	0,18	0	5,44	3,6	0,18
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Postre	Gelatina de fruta	40 gr	K018	Gelatina con azúcar, en polvo	40	40	40	156,8	3,32	0	35,92	0	0

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				INDÍGENA		COMUNIDAD INDÍGENA			FECHA:		22/12/2022		
				RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA				
Cena					908,1	709	713,82	951,76	40,61	17,44	152,94	226,5	5,6
Sopa, Crema, Consome	Crema de Maiz	240 cc	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	57,5	46	40,02	34,04	0,87	0,05	7,04	6,44	0,14
			A044	Maíz amarillo, trillado	40	40	40	138,8	3,52	0,32	30,4	2,8	0,84
			B052	Habíchuela, cruda	22,22	20	20	8,6	0,42	0	1,44	8	0,2
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	20	20	20	8,6	0,16	0,04	1,62	6	0,08
Verdura/hortaliza/ Legumbre	Ensalada Tropical	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			C072	Piña, maduro, pulpa	36,36	20	20	11,2	0,12	0,02	2,48	3,2	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	100	55	55	9,9	0,44	0,06	1,43	11,55	0,5
			C087	Uvas, pasas	5	5	5	16,35	0,12	0,02	3,76	1,9	0,12
Protéicos	Pollo al Vinagre Balsámico	100 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			L018	Vinagre	10	10	10	2,4	0	0	0,6	0,7	0,05
Energéticos	Papa Salada con mayonesa	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			N002	Mayonesa, baja en grasa	4	4	4	12,32	0,04	1,28	0,16	0,4	0,01
Cereales	Arroz con ajonjoli	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T001	Ajonjoli o sésamo, crudo	2	2	2	12,96	0,41	1,04	0,36	19,5	0,25
Fruta entera, Jugo	Jugo de Naranja	210 cc	C062	Naranja, cruda	75	45	45	18,45	0,32	0,14	3,96	14,85	0,58
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Postre: Postre de natas	40 gr	K001	Dulce de leche	40	40	40	128	2,56	3	22,68	101,2	0,04
			C087	Uvas, pasas	2	2	2	6,54	0,05	0,01	1,5	0,76	0,05
	Azúcares y Grasas				32	32	32	207,52	0	16	15,89	0	0,02
Azúcares	Azúcar de adicción	16 gr	K003	Azúcar blanco, granulado	16	16	16	63,52	0	0	15,89	0	0,02
Grasas	Aceite vegetal	16 gr	D012	Aceite de soya	16	16	16	144	0	16	0	0	0
TOTAL MENÚ								3155,14	143,41	80,35	446,79	859,98	19,73
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								108,8	131,87	124,69	112,05	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 06 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1133,88	815	714	818,5	43,58	20,29	112,47	329,75	14,3
Bebida caliente	Colada de achira	240 cc	P058	Harina de achira, cruda	10	10	10	36,1	0,02	0	9,01	0,9	0,3
			K033	Panela	20	20	20	72,8	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	210	210	210	115,5	6,72	6,72	7,14	252	0
Protéicos	Caldo de pollo con papa	300 cc	B065	Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda	40	40	40	32	0,88	0,04	6,76	4,8	0,32
			F081	Pollo, menudencias, crudas	180	180	99	250,2	31,32	12,6	2,7	18	10,26
Energéticos	Platano melao	90 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			K033	Panela	10	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49
Cereales	Pan blanco en tajadas	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Limonada con panela	240 cc	C044	Limón, crudo	200	100	100	44	0,3	0,3	9,3	19	0,5
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Almuerzo					894,014	734	726,24	993,47	44,47	16,88	159,38	229,4	5,43
Sopa o Crema	Sopa de fideos	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B052	Habichuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Pollo a la Fricasé	125 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	139,78	130	109,2	215,8	26,91	11,96	0,13	14,3	0,91
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	25	20	16	14,8	0,38	0,02	3,06	2,8	0,06
Verdura/hortaliza/ legumbre	Rodajas de tomate con cilantro	100 gr	B103	Tomate Milano Rojo	100	80	80	18,4	0,72	0,08	3,28	7,2	0,4
			L018	Vinagre	5	5	5	1,2	0	0	0,3	0,35	0,02
			L016	Mostaza	5	5	5	5,35	0,18	0,16	0,7	3,8	0,09
			B035	Cilantro, crudo	11,11	10	10	4,4	0,23	0,06	0,59	8,2	0,18
Energéticos	Moneditas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz con maiz tierno	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			A053	Maíz tierno, crudo	16,66	10	10	15,2	0,34	0,12	3,05	0,5	0,08
Fruta entera, Jugo	Jugo de Guayaba con limón	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Postre	Arequipe	40 gr.	K001	Arequipe o dulce de leche	40	40	40	128	2,56	3	22,68	101,2	0,04

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**993,35**	**741**	**740,87**	**1066,79**	**50,68**	**10,89**	**184,55**	**171,53**	**9,08**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de 4 granos**	**240 cc**	**A012**	**Avena en hojuelas, precocida**	**40**	**40**	**40**	**164,4**	**6,76**	**3**	**25,64**	**21,6**	**1,8**
			A014	**Cebada, perlada, cruda**	**15**	**15**	**15**	**57,75**	**1,88**	**0,27**	**10,82**	**5,4**	**0,4**
			A018	**Cuchuco de trigo, crudo**	**15**	**15**	**15**	**53,7**	**1,92**	**0,18**	**11,1**	**7,5**	**0,64**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de pepino**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**30**	**30**	**30**	**12,9**	**0,24**	**0,06**	**2,43**	**9**	**0,12**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**53,33**	**40**	**40**	**5,6**	**0,2**	**0,04**	**0,92**	**7,2**	**0,12**
Protéicos	**Pescado apanado**	**150 gr**	**E043**	**Tilapia, filete, cruda**	**209,67**	**130**	**109,2**	**124,8**	**26,13**	**2,21**	**0**	**13**	**0,78**
			A087	**Migas de pan, secas**	**10**	**10**	**10**	**39,8**	**1**	**0,68**	**7,23**	**4**	**0,36**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**27,77**	**25**	**25**	**37,25**	**3,15**	**2,7**	**0,08**	**13,25**	**0,42**
Energéticos	**Yuca al vapor**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Cereales	**Arroz tigre**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			A072	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**5**	**5**	**11,25**	**18,55**	**0,65**	**0,08**	**3,74**	**1,25**	**0,2**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Lulo**	**210 cc**	**C045**	**Lulo, pulpa**	**75**	**45**	**45**	**21,6**	**0,4**	**0,04**	**4**	**4,5**	**0,27**
	120 gr	**120 gr**	**C062**	**Naranja Entera**	**200**	**120**	**120**	**49,2**	**0,84**	**0,36**	**10,56**	**39,6**	**1,56**
Postre	**Postre: Torta de banano**	**40 gr**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			P016	**Banano pacífico, crudo**	**23,07**	**15**	**15**	**16,8**	**0,16**	**0,03**	**3,96**	**0,9**	**0,06**
			J004	**Huevo de gallina**	**4,44**	**4**	**4**	**5,96**	**0,5**	**0,43**	**0,01**	**2,12**	**0,07**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**6,4**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**238,24**	**0,1**	**20,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Azúcares	**Panela de adicción**	**16 gr**	**K033**	**Panela**	**16**	**16**	**16**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Grasas	**Aceite vegetal**	**20 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**20**	**20**	**20**	**180**	**0**	**20**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3117	138,83	68,08	470,83	737,4	29,61
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								107,48	127,66	105,65	118,08	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 07 OPCION1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					856,97	685	727	757,6	21,6	12,95	134,82	347,05	4,96
Bebida caliente	Té con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240	0
			H018	Té, infusión al 2%, sin azúcar	5	5	5	0,2	0	0	0,05	0,25	0,01
Protéicos	Calentado de lentejas con huevo	170 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T026	Lenteja común, cruda	10	10	30	38,7	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Yuca Dorada	112 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	175	140	112	222,6	1,26	0,42	52,36	22,4	0,42
Fruta	Fruta: Naranja	120 gr	C062	Naranja Entera	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Almuerzo					947,63	763,91	763,67	1018,08	44,06	16,94	165,63	208,39	6,28
Sopa o Crema	Sopa de guineo	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Pollo al vapor en salsa criolla	118 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			B103	Tomate. crudo	7,5	6	6	1,38	0,05	0,01	0,25	0,54	0,03
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	2,5	1	1	0,37	0,01	0	0,07	0,57	0
			B027	Cebolla cabezona, cruda	7,85	7,46	7,46	2,98	0,1	0,01	0,57	1,79	0,02
			B080	Pimentón rojo, crudo	2,94	2,5	2,5	0,88	0,02	0,01	0,16	0,18	0,01
			B079	Perejil, crudo	0,56	0,51	0,51	0,28	0,01	0	0,04	0,7	0,03
Verdura/hortaliza/ legumbre	Arveja verde en crema blanca	100 gr	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	35	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	11,11	10	10	14,9	1,26	1,08	0,03	5,3	0,17
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	60	60	60	33	1,92	1,92	2,04	72	0
Energéticos	Aborrajado de plátano	115 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5	5	5	18	0,62	0,08	3,62	0,75	0,22
			G021	Queso Doble Crema tajado	5,26	5,26	5,26	15,04	1,23	0,98	0,31	21,3	0,03
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	5	5	5	2,75	0,16	0,16	0,17	6	0
Cereales	Arroz con frijol cabecita negra	110 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T007	Fríjol cabecita negra, crudo	10	10	21,4	39,1	2,16	0,14	6,05	8,1	0,57
Fruta entera, Jugo	Jugo de Melón con limon	210 cc	C060	Melón, maduro, pulpa	112,5	45	45	11,25	0,32	0	2,25	4,95	0,18
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Postre	Torta de fresas	40 gr.	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	17,85	17,85	17,85	64,26	2,23	0,3	12,9	2,68	0,77
			C026	Fresa, pintona, cruda	6,26	5,95	5,95	2,26	0,05	0,02	0,42	1,19	0,02
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	2,64	2,38	2,38	3,55	0,3	0,26	0,01	1,26	0,04
			K033	Panela	20	20	14	72,8	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98

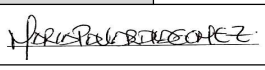
GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**872,49**	**755**	**759,2**	**1008,85**	**54,6**	**11,35**	**161,26**	**173,2**	**11,96**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa Minestrone**	**240 cc**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**50**	**50**	**43,5**	**185,5**	**6,5**	**0,75**	**37,35**	**12,5**	**1,95**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Leguminosa	**Fríjol Nima guisado**	**90 gr**	**T015**	**Fríjol nima, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**129,5**	**6,79**	**0,42**	**21,38**	**54,25**	**2,8**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**25**	**10**	**10**	**3,7**	**0,12**	**0,01**	**0,68**	**5,7**	**0,05**
			B103	**Tomate. crudo**	**6,25**	**5**	**5**	**1,15**	**0,04**	**0**	**0,2**	**0,45**	**0,02**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada verde**	**100 gr**	**B059**	**Lechuga común, cruda**	**72,72**	**40**	**40**	**7,2**	**0,32**	**0,04**	**1,04**	**8,4**	**0,36**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**40**	**30**	**30**	**4,2**	**0,15**	**0,03**	**0,69**	**5,4**	**0,09**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
Protéicos	**Steak a la colombiana**	**100 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
Energéticos	**Yuca al vapor**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Cereales	**Arroz Pimentón**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**11,76**	**10**	**10**	**3,5**	**0,1**	**0,03**	**0,63**	**0,7**	**0,04**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Fresa**	**240 cc**	**C026**	**Fresa, pintona, cruda**	**47,36**	**45**	**45**	**17,1**	**0,36**	**0,14**	**3,15**	**9**	**0,18**
	Fruta: Pera	**120 gr**	**C071**	**Pera, cruda**	**141,17**	**120**	**120**	**75,6**	**0,36**	**0,24**	**15,48**	**9,6**	**0,48**
Postre	**Postre: Dulce de mora**	**40 gr**	**C061**	**Mora de Castilla, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**29,6**	**0,4**	**0,04**	**5,84**	**16,8**	**0,68**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**279,52**	**0**	**24**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**24 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**24**	**24**	**24**	**216**	**0**	**24**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3064,05	120,26	65,24	477,6	728,64	23,22
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,66	110,58	101,24	119,77	0	0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND-04473**

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 07 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					894,29	745	717	821,25	39,07	33,23	84,28	548	7,02
Bebida caliente	Chocavena	240 cc	L009	Cocoa, en polvo, sin azúcar	20	20	20	97,6	3,9	2,16	11,94	28,8	2,66
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			A029	Harina de avena, cruda	30	30	30	124,2	4,41	2,58	19,86	16,2	1,2
Protéicos	Huevos Fritos con jamón y queso	150 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			F051	Jamón	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	20	20	20	60,2	3,5	5,1	0,06	117,2	0,08
Energéticos	Papa en cascos	112 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	175	140	112	103,6	2,66	0,14	21,42	19,6	0,42
Fruta	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	50	45	45	22,95	0,18	0	5,44	3,6	0,18
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
Almuerzo					1225,98	758	770,39	971,66	42,89	8,14	171,04	143,54	6,32
Sopa o Crema	Sopa de Avena	240 cc	A012	Avena en hojuelas, precocida	46	46	40,02	189,06	7,77	3,45	29,49	24,84	2,07
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Filete de pescado	150 gr	E043	Tilapia, filete, cruda	161,29	100	100	96	20,1	1,7	0	10	0,6
			B103	Tomate. crudo	31,25	25	25	5,75	0,22	0,02	1,02	2,25	0,12
			B027	Cebolla cabezona, cruda	26,31	25	25	10	0,35	0,02	1,92	6	0,08
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Teriyaky	100 gr	B014	Apio, crudo	50	25	25	6,5	0,18	0,05	1,15	10,5	0,1
			B099	Repollo blanco, crudo	21,42	15	15	6	0,27	0,04	0,96	6,6	0,08
			C072	Piña, maduro, pulpa	36,36	20	20	11,2	0,12	0,02	2,48	3,2	0,1
			B080	Pimentón rojo, crudo	23,52	20	20	7	0,2	0,06	1,26	1,4	0,08
			B027	Cebolla cabezona, cruda	5,26	5	5	2	0,07	0	0,38	1,2	0,02
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	10	10	10	4,3	0,08	0,02	0,81	3	0,04
			16124	Salsa de Soya	5	5	5	3	0,52	0	0,28	1	0,12
Energéticos	Yuca al vapor	80 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arroz con cilantro	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B035	Cilantro, crudo	11,11	10	10	4,4	0,23	0,06	0,59	8,2	0,18
Fruta entera, Jugo	Jugo de Papaya	210 cc	C066	Papaya, pintona, cruda	56,96	45	45	21,15	0,22	0,04	4,46	9,9	0,14
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Postre	Mousse de maracuya	40 gr.	K018	Gelatina con azúcar, en polvo	24	24	24	94,08	1,99	0	21,55	0	0
			C056	Maracuyá, cruda	25	8	8	4,8	0,12	0,04	0,99	0,72	0,14
			J002	Huevo de gallina, clara	8	8	8	3,76	0,86	0,02	0,05	0,48	0,01

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1208,58**	**840**	**807,2**	**1046,69**	**58,43**	**17,06**	**153,91**	**263,22**	**52**	
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Zanahoria**	**240 cc**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**25**	**25**	**25**	**10,75**	**0,2**	**0,05**	**2,02**	**7,5**	**0,1**	
			B006	**Ahuyama, cruda**	**58,82**	**50**	**50**	**15**	**0,4**	**0,1**	**2,9**	**10**	**0,4**	
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**3**	**3**	**3**	**14,97**	**0,79**	**0,8**	**1,15**	**28,2**	**0,02**	
Leguminosa	**Garbanzo al gratin**	**95 gr**	**T019**	**Garbanzo seco, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**137,55**	**6,96**	**1,92**	**20,58**	**42**	**2,24**	
			G021	**Queso Doble Crema tajado**	**5**	**5**	**5**	**14,3**	**1,17**	**0,94**	**0,3**	**20,25**	**0,02**	
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Verduras salteadas**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**40**	**40**	**40**	**17,2**	**0,32**	**0,08**	**3,24**	**12**	**0,16**	
			B052	**Habíchuela, cruda**	**66,66**	**60**	**60**	**25,8**	**1,26**	**0**	**4,32**	**24**	**0,6**	
Protéicos	**Hígado Pisco**	**145 gr**	**F109**	**Res, hígado, crudo**	**180**	**180**	**100,8**	**248,4**	**36,72**	**8,1**	**7,02**	**16,2**	**15,12**	
			B103	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**	
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**10**	**4**	**4**	**1,48**	**0,05**	**0**	**0,27**	**2,28**	**0,02**	
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**15,78**	**15**	**15**	**6**	**0,21**	**0,02**	**1,16**	**3,6**	**0,04**	
			B008	**Ají rojo, crudo**	**5,55**	**5**	**5**	**4**	**0,08**	**0,02**	**0,83**	**0,95**	**0,06**	
			B079	**Perejil, crudo**	**1,11**	**1**	**1**	**0,55**	**0,03**	**0,01**	**0,07**	**1,38**	**0,07**	
Energéticos	**Papa Rústica**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**100**	**100**	**80**	**98**	**2,1**	**0,1**	**21,4**	**7**	**0,8**	
Cereales	**Arroz con maiz tierno**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**	
			A053	**Maíz tierno, crudo**	**16,66**	**10**	**10**	**15,2**	**0,34**	**0,12**	**3,05**	**0,5**	**0,08**	
Fruta entera, Jugo	**Limonada con panela**	**240 cc**	**C044**	**Limón, crudo**	**108**	**54**	**54**	**23,76**	**0,16**	**0,16**	**5,02**	**10,26**	**0,27**	
	Fruta: Granadilla	**120 gr**	**C028**	**Granadilla, entera**	**400**	**120**	**120**	**114**	**2,52**	**1,92**	**17,88**	**14,4**	**1,08**	
Postre	**Postre: Arroz de leche con coco**	**50 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**10**	**10**	**22,5**	**35,3**	**0,67**	**0,04**	**8,01**	**0,9**	**0,08**	
			K003	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**8**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**	
			C020	**Coco, deshidratado**	**7**	**7**	**7**	**41,51**	**0,27**	**2,46**	**3,98**	**5,6**	**30,41**	
			G007	**Leche de vaca, descremada, líquida, pasteurizada**	**40**	**40**	**12**	**13,6**	**1,32**	**0,04**	**1,96**	**50,8**	**0**	
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**202,24**	**0,1**	**16,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**	
Azúcares	**Panela de adicción**	**16 gr**	**K033**	**Panela**	**16**	**16**	**16**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**	
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**	
TOTAL MENÚ								3041,84	140,49	74,45	423,67	961,48	66,12	
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0	
% ADECUACIÓN								104,89	129,19	115,53	106,25	0	0	
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**									
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**			

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 08 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					876,04	760	675,8	785,55	46,47	22,28	97,24	356,35	6,48
Bebida caliente	Milo en leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			K010	Milo	30	30	30	139,8	1,08	4,98	22,65	10,8	1,05
Protéicos	Carne de res sudada	200 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
Energéticos	Pataconas de plátano	100 gr	B092	Plátano hartón, verde, crudo	183,82	125	100	207,5	1,5	0,25	49,12	10	0,5
Fruta	Jugo de Guanábana	210 cc	C030	Guanábana, pulpa sin semilla	64,28	45	45	14,85	0,27	0,09	3,06	4,95	0,09
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Almuerzo					850,58	748	751,45	960,39	55,69	11,2	149,43	134,87	10,68
Sopa o Crema	Crema de Ahuyama	240 cc	B006	Ahuyama, cruda	47,05	40	36,4	12	0,32	0,08	2,32	8	0,32
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Hamburguesa de Res	150 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	54,54	30	30	5,4	0,24	0,03	0,78	6,3	0,27
Leguminosa	Lentejas al gratin	130 gr	T026	Lenteja común, cruda	42	42	89,88	162,54	9,7	0,38	25,62	21,42	3,02
			G021	Queso Doble Crema tajado	4	4	4	11,44	0,94	0,75	0,24	16,2	0,02
Energéticos	Papa en chips	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arroz blanco	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Postre	Bocadillo	40 gr	K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño	40	40	40	127,2	0,12	0,04	31,6	10	0,48

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO			**INDÍGENA**			**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
			RAIZAL			**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1217,49**	**965**	**924,42**	**953,06**	**53,29**	**14,89**	**143,82**	**293,97**	**10,23**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Espinaca**	**240 cc**	**B044**	**Espinaca, cruda**	**33,33**	**20**	**20**	**6,8**	**0,58**	**0,04**	**0,76**	**24,6**	**0,48**
			B067	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**46**	**46**	**40,02**	**45,08**	**0,97**	**0,05**	**9,84**	**3,22**	**0,37**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**31,5**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada paisa**	**100 gr**	**B059**	**Lechuga común, cruda**	**72,72**	**40**	**40**	**7,2**	**0,32**	**0,04**	**1,04**	**8,4**	**0,36**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
			A053	**Maíz tierno, crudo**	**25**	**15**	**15**	**22,8**	**0,51**	**0,18**	**4,58**	**0,75**	**0,12**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Albóndigón**	**135 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			A087	**Migas de pan, secas**	**10**	**10**	**10**	**39,8**	**1**	**0,68**	**7,23**	**4**	**0,36**
			B103	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**
			B079	**Perejil, crudo**	**5,55**	**5**	**5**	**2,75**	**0,14**	**0,05**	**0,34**	**6,9**	**0,33**
Energéticos	**Papa choreada**	**100 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**25**	**10**	**10**	**3,7**	**0,12**	**0,01**	**0,68**	**5,7**	**0,05**
			B103	**Tomate. crudo**	**12,5**	**10**	**10**	**2,3**	**0,09**	**0,01**	**0,41**	**0,9**	**0,05**
Cereales	**Arroz blanco**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**50**	**50**	**112,5**	**176,5**	**3,35**	**0,2**	**40,05**	**4,5**	**0,4**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de banano**	**210 cc**	**C010**	**Banano común, crudo**	**64,28**	**45**	**45**	**45,45**	**0,68**	**0,04**	**10,04**	**3,6**	**0,4**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Piña en rodajas	**120 gr**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**218,18**	**120**	**120**	**67,2**	**0,72**	**0,12**	**14,88**	**19,2**	**0,6**
Postre	**Postre: Caramelado de lulo**	**40 gr**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**50,66**	**38**	**38**	**29,64**	**0,34**	**0,15**	**5,74**	**6,08**	**0,11**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**1,6**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**243,52**	**0**	**20**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**20 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**20**	**20**	**20**	**180**	**0**	**20**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2942,52	155,45	68,37	406,38	785,19	27,41
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								101,47	142,94	106,1	101,91	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 08 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					997,88	748	709,4	678,67	26,93	20,68	92,99	402,42	3,87
Bebida caliente	Avena en leche	240 cc	A029	Harina de avena, cruda	20	20	20	82,8	2,94	1,72	13,24	10,8	0,8
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Tortilla española	180 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	78,75	63	50,4	46,62	1,2	0,06	9,64	8,82	0,19
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
Energéticos	Yuca Dorada	100 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	162,5	130	104	206,7	1,17	0,39	48,62	20,8	0,39
Fruta	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	50	45	45	22,95	0,18	0	5,44	3,6	0,18
	Fruta: Melón	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Almuerzo					1090,79	943,26	972,58	1155,49	53,38	12,24	197,92	429,07	10,67
Sopa o Crema	Sopa de Tornillos	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Pescado a las finas hierbas	100 gr	E007	Pescado, Bagre, magro, sin cabeza, crudo	130,43	120	100,8	111,6	21	2,88	0,24	22,8	2,28
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada caliente	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	40	40	40	17,2	0,32	0,08	3,24	12	0,16
			B052	Habíchuela, cruda	44,44	40	40	17,2	0,84	0	2,88	16	0,4
			B098	Remolacha, sin cáscara, cruda	25	20	20	10,6	0,28	0,02	2,06	3,2	0,16
Leguminosa	Frijol Palomito guisado	154 gr	T005	Frijol palomito, crudo	40	40	120	149,2	8,52	0,44	24,72	53,2	2,48
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	37,5	30	24	22,2	0,57	0,03	4,59	4,2	0,09
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
Energéticos	Aborrajado de plátano	115 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5	5	5	18	0,62	0,08	3,62	0,75	0,22
			G021	Queso Doble Crema tajado	5,26	5,26	5,26	15,04	1,23	0,98	0,31	21,3	0,03
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	5	5	5	2,75	0,16	0,16	0,17	6	0
Cereales	Arroz Amarillo	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Sorbete de fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	47,36	45	45	17,1	0,36	0,14	3,15	9	0,18
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Mielmesabe	40 gr	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	70	70	35	38,5	2,24	2,24	2,38	84	0
			K033	Panela	11	11	5,5	40,04	0,07	0,01	9,92	4,62	0,54

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO			**INDÍGENA**			**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
			RAIZAL			**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1070,43**	**736**	**708,67**	**927,94**	**49,26**	**16,19**	**142,34**	**129,09**	**8,29**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Masitas**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Teriyaky**	**100 gr**	**B014**	**Apio, crudo**	**50**	**25**	**25**	**6,5**	**0,18**	**0,05**	**1,15**	**10,5**	**0,1**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**21,42**	**15**	**15**	**6**	**0,27**	**0,04**	**0,96**	**6,6**	**0,08**
			C072	**Piña, maduro, pulpa**	**36,36**	**20**	**20**	**11,2**	**0,12**	**0,02**	**2,48**	**3,2**	**0,1**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**23,52**	**20**	**20**	**7**	**0,2**	**0,06**	**1,26**	**1,4**	**0,08**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**5,26**	**5**	**5**	**2**	**0,07**	**0**	**0,38**	**1,2**	**0,02**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10**	**10**	**10**	**4,3**	**0,08**	**0,02**	**0,81**	**3**	**0,04**
			16124	**Salsa de Soya**	**5**	**5**	**5**	**3**	**0,52**	**0**	**0,28**	**1**	**0,12**
Protéicos	**Carne de Cerdo a lo Húngaro**	**120 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
			B080	**Pimentón Paprika**	**50**	**5**	**5**	**1,75**	**0,05**	**0,02**	**0,32**	**0,35**	**0,02**
			B027	**Cebolla cabezona Roja**	**5,26**	**5**	**5**	**2**	**0,07**	**0**	**0,38**	**1,2**	**0,02**
			A072	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**5**	**5**	**11,25**	**18,55**	**0,65**	**0,08**	**3,74**	**1,25**	**0,2**
Energéticos	**Papa Criolla dorada**	**80 gr**	**B071**	**Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda**	**100**	**100**	**80**	**96**	**2,2**	**0,1**	**21,1**	**11**	**1**
Cereales	**Arroz con perejil**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B079	**Perejil, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**5,5**	**0,29**	**0,1**	**0,69**	**13,8**	**0,66**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mandarina**	**210 cc**	**C050**	**Mandarina,zumo**	**90**	**45**	**45**	**24,3**	**0,4**	**0,04**	**5,13**	**15,75**	**0,14**
	Fruta: Patilla en rodajas	**120 gr.**	**C079**	**Sandía, cruda**	**300**	**120**	**120**	**20,4**	**0,48**	**0**	**4,44**	**4,8**	**0,36**
Postre	**Postre: Galletas con crema**	**25 gr**	**A025**	**Galletas dulces, tipo wafer**	**40**	**40**	**40**	**182**	**2,16**	**6,08**	**29,28**	**19,2**	**1,2**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares 1	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas 1	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2969,62	129,56	65,11	449,14	960,58	22,84
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,4	119,14	101,04	112,64	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 09 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				829,4	695	615,8	813,1	51,25	19,2	104,82	221,45	8,93
Bebida caliente	Agua de panela con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Bistec a caballo	200 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
Energéticos	Moneditas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Pan blanco en tajadas	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
	Almuerzo				1040,02	678	668,82	869,84	34,71	12,22	148,99	84,69	5,36
Sopa o Crema	Sancocho de pollo (base)	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Pollo al horno	100 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada criolla	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	63,63	35	35	6,3	0,28	0,04	0,91	7,35	0,32
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Pataconas de plátano	100 gr	B092	Plátano hartón, verde, crudo	147,05	100	80	166	1,2	0,2	39,3	8	0,4
Cereales	Arroz pajarito	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B089	Plátano hartón, maduro, crudo	13,88	10	10	13,2	0,11	0,02	3,03	0,3	0,05
Fruta entera, Jugo	Jugo de Curuba	210 cc	C021	Curuba, cruda	90	45	45	17,1	0,27	0,04	3,82	3,15	0,45
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Postre	Torta de vainilla	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	15	15	15	54	1,88	0,26	10,84	2,25	0,64
			2050	Vainilla	5	5	5	14,4	0	0	0,63	0,55	0,01
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	2,22	2	2	2,98	0,25	0,22	0,01	1,06	0,03
			K033	Panela	25	25	17,5	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**965,44**	**797,92**	**767,67**	**1221,26**	**53,95**	**25,05**	**183,64**	**232,29**	**187,03**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Ahuyama**	**240 cc**	**B006**	**Ahuyama, cruda**	**47,05**	**40**	**40**	**12**	**0,32**	**0,08**	**2,32**	**8**	**0,32**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**22**	**22**	**19,8**	**26,4**	**1,47**	**0,07**	**4,33**	**4,18**	**0,33**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Leguminosa	**Frijol Cargamanto guisado**	**115 gr**	**T011**	**Frijol cargamanto rojo, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**135,1**	**7,98**	**0,52**	**21,14**	**41,65**	**1,86**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Espinaca**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**25**	**25**	**25**	**10,75**	**0,2**	**0,05**	**2,02**	**7,5**	**0,1**
			B044	**Espinaca, cruda**	**50**	**30**	**30**	**10,2**	**0,87**	**0,06**	**1,14**	**36,9**	**0,72**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Carne desmechada**	**120 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**7,9**	**6,32**	**6,32**	**1,45**	**0,06**	**0,01**	**0,26**	**0,57**	**0,03**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**2,65**	**1,06**	**1,06**	**0,39**	**0,01**	**0**	**0,07**	**0,6**	**0**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**8,29**	**7,88**	**7,88**	**3,15**	**0,11**	**0,01**	**0,61**	**1,89**	**0,02**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**3,1**	**2,64**	**2,64**	**0,92**	**0,03**	**0,01**	**0,17**	**0,18**	**0,01**
			B079	**Perejil, crudo**	**0,57**	**0,52**	**0,52**	**0,29**	**0,02**	**0**	**0,04**	**0,72**	**0,03**
Energéticos	**Tajadas de plátano**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz tigre**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			A072	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**5**	**5**	**11,25**	**18,55**	**0,65**	**0,08**	**3,74**	**1,25**	**0,2**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Fresa**	**210 cc**	**C026**	**Fresa, pintona, cruda**	**50**	**47,5**	**47,5**	**18,05**	**0,38**	**0,14**	**3,32**	**9,5**	**0,19**
	Fruta: Naranja	**120 gr**	**C062**	**Naranja Entera**	**200**	**120**	**120**	**49,2**	**0,84**	**0,36**	**10,56**	**39,6**	**1,56**
Postre	**Postre: Cocadas**	**40 gr**	**C020**	**Coco, deshidratado**	**40**	**40**	**40**	**237,2**	**1,52**	**14,04**	**22,76**	**32**	**173,76**
			K033	**Panela**	**50**	**50**	**5**	**182**	**0,3**	**0,05**	**45,1**	**21**	**2,45**
Azúcares y Grasas					**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares 1	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas 1	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3111,72	139,9	72,46	453,34	538,43	201,34
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								107,3	128,65	112,45	113,69	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 09 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1194,42	862	842	695,35	28,63	24,27	85,1	705,36	3,92
Bebida caliente	Café con leche	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Changua	300 cc	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Energéticos	Arracacha en chips	80 gr	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	125	100	80	114	0,9	0,1	26,3	24	1,1
Cereales	Hojaldra de trigo	50 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	11,91	11,91	11,91	42,88	1,49	0,2	8,61	1,79	0,51
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	13,23	11,91	11,91	17,74	1,5	1,29	0,04	6,31	0,2
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	26,18	26,18	26,18	14,4	0,84	0,84	0,89	31,42	0
Fruta	Jugo de Guayaba con limón	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Almuerzo					965,84	738,87	735,21	1040,25	48,28	15,93	171,87	298,36	7,08
Sopa o Crema	Cuchuco de Maiz	240 cc	A018	Cuchuco de maiz	46	46	40,02	164,68	5,89	0,55	34,04	23	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Cerdo a la naranja	125 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
			C062	Naranja Entera	41,66	25	25	10,25	0,18	0,08	2,2	8,25	0,32
Verdura/hortaliza/ legumbre	Habichuela en crema blanca	100 gr	B052	Habíchuela, cruda	72,22	65	65	27,95	1,36	0	4,68	26	0,65
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Energéticos	Yuca al horno con queso	90 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	10	10	10	30,1	1,75	2,55	0,03	58,6	0,04
Cereales	Arroz Pimentón	105 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B080	Pimentón rojo, crudo	17,64	15	15	5,25	0,15	0,04	0,94	1,05	0,06
Fruta entera, Jugo	Limonada con panela	210 cc	C044	Limón, crudo	90	45	45	19,8	0,14	0,14	4,18	8,55	0,22
			K033	Panela	5,87	5,87	5,87	21,37	0,04	0	5,29	2,46	0,29
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
Postre	Mousse de maracuya	40 gr.	K018	Gelatina con azúcar, en polvo	24	24	24	94,08	1,99	0	21,55	0	0
			C056	Maracuyá, cruda	25	8	8	4,8	0,12	0,04	0,99	0,72	0,14
			J002	Huevo de gallina, clara	8	8	8	3,76	0,86	0,02	0,05	0,48	0,01

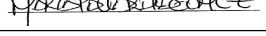
GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1071,12**	**793,79**	**821,91**	**1112,47**	**48,05**	**19,72**	**176,19**	**241,58**	**10,2**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa Carmelita**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**22**	**22**	**19,8**	**26,4**	**1,47**	**0,07**	**4,33**	**4,18**	**0,33**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Leguminosa	**Garbanzo guisado**	**90 gr**	**T019**	**Garbanzo seco, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**137,55**	**6,96**	**1,92**	**20,58**	**42**	**2,24**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Roja**	**100 gr**	**B098**	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**30**	**30**	**30**	**12,9**	**0,24**	**0,06**	**2,43**	**9**	**0,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**62,5**	**50**	**50**	**11,5**	**0,45**	**0,05**	**2,05**	**4,5**	**0,25**
Protéicos	**Goulash de pollo**	**130 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10,61**	**10,61**	**10,61**	**4,56**	**0,08**	**0,02**	**0,86**	**3,18**	**0,04**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**11,76**	**10,59**	**10,59**	**4,55**	**0,22**	**0**	**0,76**	**4,24**	**0,1**
			B103	**Tomate. crudo**	**6,62**	**5,3**	**5,3**	**1,22**	**0,05**	**0**	**0,22**	**0,48**	**0,03**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**5,56**	**5,29**	**5,29**	**2,12**	**0,07**	**0**	**0,41**	**1,27**	**0,02**
Energéticos	**Platano melao**	**110 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**10**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**
Cereales	**Arroz con ajonjoli**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			T001	**Ajonjoli o sésamo, crudo**	**10**	**10**	**10**	**64,8**	**2,04**	**5,22**	**1,82**	**97,5**	**1,27**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Uva negra**	**210 cc**	**C086**	**Uva negra**	**50**	**45**	**45**	**22,95**	**0,18**	**0**	**5,44**	**3,6**	**0,18**
	Fruta: Melón en cuadritos	**120 gr**	**C060**	**Melón, maduro, pulpa**	**300**	**120**	**120**	**30**	**0,84**	**0**	**6**	**13,2**	**0,48**
Postre	**Postre: Dulce de Guayaba**	**40 gr**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**50,66**	**38**	**38**	**29,64**	**0,34**	**0,15**	**5,74**	**6,08**	**0,11**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**1,6**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**202,24**	**0,1**	**16,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Azúcares	**Panela de adicción**	**16 gr**	**K033**	**Panela**	**16**	**16**	**16**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3050,31	125,06	75,94	447,6	1252,03	21,99
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,18	115	117,84	112,25	0	0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND-04473**

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 10 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					728,92	656	709	957,77	34,06	16,71	157,64	284,92	7,75
Bebida caliente	Chocavena	240 cc	L009	Cocoa, en polvo, sin azúcar	20	20	20	97,6	3,9	2,16	11,94	28,8	2,66
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
			A029	Harina de avena, cruda	30	30	30	124,2	4,41	2,58	19,86	16,2	1,2
Protéicos	Calentado Paisa con huevo	180 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T011	Frijol cargamanto rojo, crudo	10	10	33	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Aborrajado de plátano	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10,5	10,5	10,5	37,8	1,31	0,18	7,59	1,58	0,45
			G021	Queso Doble Crema tajado	3,5	3,5	3,5	10,01	0,82	0,65	0,21	14,18	0,02
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	7	7	7	3,85	0,22	0,22	0,24	8,4	0
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Pera	120 gr	C071	Pera, cruda	141,17	120	120	75,6	0,36	0,24	15,48	9,6	0,48
Almuerzo					1058,37	860	820,86	999,52	45,7	26,34	140,2	333,24	8,76
Sopa o Crema	Sopa de guineo	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Albóndigas Criollas	115 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	15	15	15	59,7	1,5	1,02	10,84	6	0,54
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada verde	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B077	Pepino cohombro, crudo	40	30	30	4,2	0,15	0,03	0,69	5,4	0,09
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
Energéticos	Yuca al vapor	80 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arroz verde	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B044	Espinaca, cruda	50	30	30	10,2	0,87	0,06	1,14	36,9	0,72
Fruta entera, Jugo	Sorbete de mora	210 cc	C061	Mora de castilla	50	45	45	33,3	0,45	0,04	6,57	18,9	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Naranja	120 gr	C062	Naranja Entera	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56
Postre	Gelatina de pata	40 gr	K020	Gelatina de pata	40	40	40	51,84	1,18	0	11,76	10,56	0,64

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1191,24**	**727**	**697,8**	**898,68**	**54,48**	**20,23**	**116,3**	**366,89**	**8,33**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Cebolla**	**240 cc**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**20**	**20**	**20**	**99,8**	**5,26**	**5,32**	**7,68**	**188**	**0,1**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada mixta**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**42,85**	**30**	**30**	**12**	**0,54**	**0,09**	**1,92**	**13,2**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			B044	**Espinaca, cruda**	**41,66**	**25**	**25**	**8,5**	**0,72**	**0,05**	**0,95**	**30,75**	**0,6**
			B103	**Tomate. crudo**	**12,5**	**10**	**10**	**2,3**	**0,09**	**0,01**	**0,41**	**0,9**	**0,05**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Rollo de carne de res**	**130 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito. cruda**	**10**	**10**	**10**	**36**	**1,25**	**0,17**	**7,23**	**1,5**	**0,43**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**14,9**	**1,26**	**1,08**	**0,03**	**5,3**	**0,17**
Energéticos	**Puré de Papa**	**90 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**5,26**	**5**	**5**	**2**	**0,07**	**0**	**0,38**	**1,2**	**0,02**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**5**	**5**	**5**	**24,95**	**1,32**	**1,33**	**1,92**	**47**	**0,02**
Cereales	**Arroz al Curry**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			P050	**Cúrcuma**	**12,5**	**2**	**2**	**7,52**	**0,11**	**0,47**	**0,5**	**1,34**	**0,06**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mango**	**210 cc**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	**150**	**45**	**45**	**35,55**	**0,27**	**0**	**7,7**	**6,75**	**0,22**
	Fruta: Granadilla	**120 gr**	**C028**	**Granadilla, entera**	**400**	**120**	**120**	**114**	**2,52**	**1,92**	**17,88**	**14,4**	**1,08**
Postre	**Postre: Dulce de lulo**	**40 gr**	**K017**	**Dulce de lulo**	**40**	**40**	**40**	**60,16**	**0,18**	**0,29**	**14,21**	**0**	**0**
Azúcares y Grasas					**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares 1	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas 1	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3063,49	134,24	79,28	430,03	985,04	24,84
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,64	123,44	123,03	107,84	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 10 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					763,3	687,5	643,3	760,55	42,91	24,93	88,38	247,65	6,66
Bebida caliente	Té con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
			H018	Té, infusión al 2%, sin azúcar	10	10	10	0,4	0,01	0	0,1	0,5	0,02
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Carne de Res en Hamburguesa	140 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			B103	Tomate Milano Rojo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	36,36	20	20	3,6	0,16	0,02	0,52	4,2	0,18
Energéticos	Papa Criolla al Vapor	110 gr	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	125	125	100	120	2,75	0,12	26,38	13,75	1,25
			B027	Cebolla cabezona Roja	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
Cereales	Envueltos de maiz	70 gr	A044	Maíz amarillo, trillado	20	20	60	69,4	1,76	0,16	15,2	1,4	0,42
			G015	Queso campesino	10	10	10	8,3	1,1	0,15	0,64	0	0
Fruta	Jugo de Fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	50	47,5	47,5	18,05	0,38	0,14	3,32	9,5	0,19
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Almuerzo					1340,53	880	865	1125,55	45,64	35,09	147,29	500,45	179,46
Sopa o Crema	Crema de acelga	240 cc	B003	Acelga, hojas, cruda	70,58	60	60	22,8	1,44	0,12	3,18	29,4	1,08
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	75	60	52,2	44,4	1,14	0,06	9,18	8,4	0,18
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Protéicos	Pollo al Vinagre Balsámico	110 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			L018	Vinagre	10	10	10	2,4	0	0	0,6	0,7	0,05
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada blanca	100 gr	B027	Cebolla cabezona, cruda	42,1	40	40	16	0,56	0,04	3,08	9,6	0,12
			B077	Pepino cohombro, crudo	53,33	40	40	5,6	0,2	0,04	0,92	7,2	0,12
			B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
Energéticos	Puré de Papa	100 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Cereales	Arroz con cebollín	105 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B030	Cebolla puerro, cruda	15,78	15	15	10,35	0,24	0,02	2,16	8,7	0,12
Fruta entera, Jugo	Sorbete de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Postre	Postre: Cocadas	40 gr	C020	Coco, deshidratado	40	40	40	237,2	1,52	14,04	22,76	32	173,76
			K033	Panela	20	20	2	72,8	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**936,32**	**747**	**672,82**	**1002,77**	**40,89**	**16,48**	**166,18**	**190,14**	**94,94**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de arracacha**	**240 cc**	**B017**	**Arracacha morada, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**46**	**52,44**	**0,41**	**0,05**	**12,1**	**11,04**	**0,51**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**46**	**46**	**40,02**	**19,78**	**0,37**	**0,09**	**3,73**	**13,8**	**0,18**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Dulce**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**71,42**	**50**	**50**	**20**	**0,9**	**0,15**	**3,2**	**22**	**0,25**
			C060	**Melón, maduro, pulpa**	**75**	**30**	**30**	**7,5**	**0,21**	**0**	**1,5**	**3,3**	**0,12**
			C072	**Piña, maduro, pulpa**	**36,36**	**20**	**20**	**11,2**	**0,12**	**0,02**	**2,48**	**3,2**	**0,1**
Protéicos	**Cerdo BBQ asado**	**100 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
Energéticos	**Arracacha en chips**	**80 gr**	**B017**	**Arracacha morada, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**114**	**0,9**	**0,1**	**26,3**	**24**	**1,1**
Cereales	**Arroz a la Naranja**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			C062	**Naranja, cruda**	**16,66**	**10**	**10**	**4,1**	**0,07**	**0,03**	**0,88**	**3,3**	**0,13**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Papaya**	**210 cc**	**C066**	**Papaya, pintona, cruda**	**56,96**	**45**	**45**	**21,15**	**0,22**	**0,04**	**4,46**	**9,9**	**0,14**
	Fruta: Mandarina	**120 gr**	**C050**	**Mandarina**	**171,42**	**120**	**120**	**64,8**	**1,08**	**0,12**	**13,68**	**42**	**0,36**
Postre	**Postre: Cocadas**	**40 gr**	**C020**	**Coco, deshidratado**	**20**	**20**	**20**	**118,6**	**0,76**	**7,02**	**11,38**	**16**	**86,88**
			K033	**Panela**	**60**	**60**	**21**	**218,4**	**0,36**	**0,06**	**54,12**	**25,2**	**2,94**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3096,39	129,43	92,5	417,74	938,24	281,08
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								106,77	119,02	143,55	104,76	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA**	**FECHA:**	**22/12/2022**
	RAIZAL / **ROM**	**SIN PERTENENCIA**	

MENU 11 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				937,89	770	690,8	783,02	45,33	22,13	97,58	434,88	74,01
Bebida caliente	Chocolate con leche	240 cc	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	25	116,5	0,9	4,15	18,88	9	0,88
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Caldo de Pajarilla	240 cc	F115	Res, pajarilla o bazo, cruda	160	160	100,8	163,2	29,44	5,12	0	16	71,2
			B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	10	10	10	9,8	0,21	0,01	2,14	0,7	0,08
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	10	10	10	9,6	0,22	0,01	2,11	1,1	0,1
			B035	Cilantro, crudo	11,11	10	10	4,4	0,23	0,06	0,59	8,2	0,18
Energéticos	Platano maduro al horno	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Buñuelos	50 gr	A046	Maíz blanco, trillado	9,38	9,38	9,38	33,49	0,82	0,08	7,31	0,94	0,19
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	9,38	9,38	9,38	28,23	1,64	2,39	0,03	54,97	0,04
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	17,34	15,61	15,61	23,26	1,97	1,68	0,05	8,27	0,26
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	15,63	15,63	15,63	8,6	0,5	0,5	0,53	18,76	0
Fruta	Jugo de Mango	210 cc	C051	Mango, maduro, pulpa	150	45	45	35,55	0,27	0	7,7	6,75	0,22
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
	Almuerzo				1116,97	976	884,94	882,08	53,12	10,09	135,46	344,99	7,98
Sopa o Crema	Crema de Cebolla	240 cc	B027	Cebolla cabezona, cruda	84,21	80	80	32	1,12	0,08	6,16	19,2	0,24
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Protéicos	Goulash de res	180 gr	F118	Res, pierna, cruda	160	160	100,8	193,6	34,88	6,08	0	32	0
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	20	20	17,6	24	1,34	0,06	3,94	3,8	0,3
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,52	20	20	9,4	0,14	0,02	1,9	5,4	0,08
			B052	Habíchuela, cruda	22,22	20	20	8,6	0,42	0	1,44	8	0,2
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			B080	Pimentón rojo, crudo	7,05	6	6	2,1	0,06	0,02	0,38	0,42	0,02
			B014	Apio, crudo	12	6	6	1,56	0,04	0,01	0,28	2,52	0,02
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de pepino	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	20	20	20	8,6	0,16	0,04	1,62	6	0,08
			B101	Repollo morado, crudo	35,29	30	30	11,7	0,42	0,09	1,95	13,5	0,18
			B027	Cebolla cabezona Roja	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			B077	Pepino cohombro, crudo	26,66	20	20	2,8	0,1	0,02	0,46	3,6	0,06
Energéticos	Papa Criolla al Vapor	80 gr	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	100	80	96	2,2	0,1	21,1	11	1
Cereales	Arroz con verduras	145 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	10	10	10	4,3	0,08	0,02	0,81	3	0,04
			B052	Habíchuela, cruda	11,11	10	10	4,3	0,21	0	0,72	4	0,1
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	35	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mora	210 cc	C061	Mora de castilla	50	45	45	33,3	0,45	0,04	6,57	18,9	0,76
	Fruta: Naranja	120 gr	C062	Naranja Entera	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO			**INDÍGENA**			**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
			RAIZAL			**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Postre	**Postre: Caramelado de mora**	**40 gr**	**C061**	**Mora de castilla**	**88,88**	**80**	**40**	**59,2**	**0,8**	**0,08**	**11,68**	**33,6**	**1,36**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**1**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1195,97**	**722**	**732**	**1047,27**	**45,78**	**23,46**	**156,93**	**260,83**	**5,95**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Zanahoria**	**240 cc**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	28,57	28,57	28,57	12,28	0,23	0,06	2,31	8,57	0,11
			B006	**Ahuyama, cruda**	67,23	57,15	57,15	17,14	0,46	0,11	3,31	11,43	0,46
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	14,28	14,28	14,28	71,26	3,76	3,8	5,48	134,23	0,07
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Aguacate**	**100 gr**	**C002**	**Aguacate Lorena, crudo**	38,96	30	30	53,7	0,48	3,99	3	3	0,12
			B103	**Tomate. crudo**	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			B059	**Lechuga común, cruda**	36,36	20	20	3,6	0,16	0,02	0,52	4,2	0,18
Protéicos	**Espagueti con Pollo (carnes)**	**110 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	134,4	125	105	207,5	25,88	11,5	0,12	13,75	0,88
			F125	**Salchicha de cerdo y res, precocida**	10	10	10	26,6	1,38	2,07	0,61	2,3	0,11
Energéticos	**Deditos de Yuca**	**90 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	10	10	10	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43
Cereales	**Espagueti guisado**	**120 gr**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	40	40	90	148,4	5,2	0,6	29,88	10	1,56
			B103	**Tomate. crudo**	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	2	2	2	9,98	0,53	0,53	0,77	18,8	0,01
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Maracuya**	**210 cc**	**C056**	**Maracuyá, cruda**	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta: Mango	**120 gr**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Postre	**Postre: Gelatina de fruta**	**40 g**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	40	40	40	156,8	3,32	0	35,92	0	0
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	16	16	16	63,52	0	0	15,89	0	0,02
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	16	16	16	144	0	16	0	0	0
TOTAL MENÚ								2919,89	144,23	71,68	405,86	1040,71	87,95
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								100,68	132,63	111,24	101,78	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 11 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					864,53	732	712	737,93	41,99	25,1	82,57	602,95	4,55
Bebida caliente	Café con leche	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			G007	Leche de vaca, descremada, líquida, pasteurizada	240	240	240	81,6	7,92	0,24	11,76	304,8	0
Protéicos	Sandwich de jamón, queso y huevo	170 gr	F051	Jamón	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
			G021	Queso Doble Crema tajado	40	40	40	114,4	9,36	7,48	2,36	162	0,2
			J004	Huevo de gallina	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
Energéticos	Papa en chips	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Pan blanco en tajadas	50 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	50	50	50	139	4,45	0,8	28,4	12,5	0,95
Fruta	Jugo de Curuba	210 cc	C021	Curuba, cruda	90	45	45	17,1	0,27	0,04	3,82	3,15	0,45
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Almuerzo					1293,02	951	928,82	1055,67	55,69	27,26	143,4	356,01	7,96
Sopa o Crema	Consome de Pescado	240 cc	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	117,64	100	100	165	15,5	11,4	0	8	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	46	46	40,02	44,16	1,01	0,05	9,71	5,06	0,46
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Protéicos	Pescado a las finas hierbas	100 gr	E007	Pescado, Bagre, magro, sin cabeza, crudo	130,43	120	100,8	111,6	21	2,88	0,24	22,8	2,28
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Tropical	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			C072	Piña, maduro, pulpa	36,36	20	20	11,2	0,12	0,02	2,48	3,2	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	100	55	55	9,9	0,44	0,06	1,43	11,55	0,5
			C087	Uvas, pasas	5	5	5	16,35	0,12	0,02	3,76	1,9	0,12
Energéticos	Yuca al horno con queso	90 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	10	10	10	30,1	1,75	2,55	0,03	58,6	0,04
Cereales	Arroz con cilantro	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B035	Cilantro, crudo	11,11	10	10	4,4	0,23	0,06	0,59	8,2	0,18
Fruta entera, Jugo	Sorbete de fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	47,36	45	45	17,1	0,36	0,14	3,15	9	0,18
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Postre	Caramelado de lulo	40 gr	K017	Dulce de lulo	40	40	40	60,16	0,18	0,29	14,21	0	0
			K033	Panela	30	30	3	109,2	0,18	0,03	27,06	12,6	1,47

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**915,44**	**738**	**704,42**	**919,28**	**48,3**	**10,01**	**155,79**	**143,93**	**8,97**
Sopa, Crema, Consome	**Cuchuco de Trigo**	**240 cc**	**A018**	**Cuchuco de trigo, crudo**	**40**	**40**	**40**	**143,2**	**5,12**	**0,48**	**29,6**	**20**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada caliente**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**40**	**40**	**40**	**17,2**	**0,32**	**0,08**	**3,24**	**12**	**0,16**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**17,2**	**0,84**	**0**	**2,88**	**16**	**0,4**
			B098	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
Protéicos	**Cerdo BBQ asado**	**110 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
			L017	**Salsa de tomate**	**8**	**8**	**8**	**8,72**	**0,1**	**0,02**	**2**	**1,36**	**0,04**
Energéticos	**Papa al vapor**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**100**	**100**	**80**	**98**	**2,1**	**0,1**	**21,4**	**7**	**0,8**
Cereales	**Arroz blanco**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Sandía con limon**	**210 cc**	**C079**	**Sandía, cruda**	**112,5**	**45**	**45**	**7,65**	**0,18**	**0**	**1,66**	**1,8**	**0,14**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta: Naranja	**120 gr**	**C062**	**Naranja Entera**	**200**	**120**	**120**	**49,2**	**0,84**	**0,36**	**10,56**	**39,6**	**1,56**
Postre	**Postre: Mousse de curuba**	**40 gr.**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**15**	**15**	**15**	**58,8**	**1,24**	**0**	**13,47**	**0**	**0**
			C021	**Curuba, cruda**	**8**	**4**	**4**	**1,52**	**0,02**	**0**	**0,34**	**0,28**	**0,04**
			J002	**Huevo de gallina, clara**	**5**	**5**	**5**	**2,35**	**0,54**	**0,01**	**0,03**	**0,3**	**0**
			K033	**Panela**	**30**	**30**	**30**	**109,2**	**0,18**	**0,03**	**27,06**	**12,6**	**1,47**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**239,28**	**0**	**16**	**23,83**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**24 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**24**	**24**	**24**	**95,28**	**0**	**0**	**23,83**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2952,16	145,99	78,36	405,59	1102,89	21,5
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								101,8	134,24	121,61	101,72	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 12 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1029,52	745	665,8	981,81	42,14	43,26	104,48	251,12	5,35
Bebida caliente	Colada de Plátano	240 cc	B057	Harina de plátano, cruda	30	30	30	102	0,99	0,09	24,15	3,3	0,36
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	150	150	150	82,5	4,8	4,8	5,1	180	0
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Caldo de costilla	240 cc	F107	Res, costilla, cruda	219,17	160	100,8	459,2	27,36	37,28	3,68	14,4	2,56
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
Energéticos	Puré de Papa	90 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Guanábana	210 cc	C030	Guanábana, pulpa sin semilla	64,28	45	45	14,85	0,27	0,09	3,06	4,95	0,09
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Almuerzo					1207,09	695,82	700,64	933,03	43,48	20,76	135,39	248,1	6,14
Sopa o Crema	Ajiaco Santafereño	240 cc	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	46	46	40,02	44,16	1,01	0,05	9,71	5,06	0,46
			T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	10	10	10	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			B047	Guascas, crudas	28,57	10	10	5	0,32	0,05	0,83	24,5	0,71
			G001	Crema de leche	2	2	2	6,6	0,04	0,7	0,03	1,36	0
Protéicos	Rollo de pollo	140 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			B027	Cebolla cabezona, cruda	6	5,7	5,7	2,28	0,08	0	0,44	1,37	0,02
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	8,57	8,57	8,57	30,85	1,07	0,14	6,2	1,28	0,37
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	31,72	28,55	28,55	42,54	3,6	3,08	0,08	15,13	0,48
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de apio	105 gr	B014	Apio, crudo	140	70	70	18,2	0,49	0,14	3,22	29,4	0,28
			B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B077	Pepino cohombro, crudo	13,33	10	10	1,4	0,05	0,01	0,23	1,8	0,03
			B030	Cebolla puerro, cruda	5,26	5	5	3,45	0,08	0	0,72	2,9	0,04
Energéticos	Platano maduro al horno	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz a la Naranja	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			C062	Naranja, cruda	16,66	10	10	4,1	0,07	0,03	0,88	3,3	0,13
Fruta entera, Jugo	Jugo de Melón con limon	210 cc	C060	Melón, maduro, pulpa	112,5	45	45	11,25	0,32	0	2,25	4,95	0,18
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Postre	Arequipe	40 gr	K001	Arequipe o dulce de leche	40	40	40	128	2,56	3	22,68	101,2	0,04

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1194,55**	**849**	**844,52**	**912,71**	**43,04**	**12,72**	**150,81**	**330,02**	**7,39**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de acelga**	**240 cc**	**B003**	**Acelga, hojas, cruda**	**23,52**	**20**	**20**	**7,6**	**0,48**	**0,04**	**1,06**	**9,8**	**0,36**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada blanca**	**100 gr**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**53,33**	**40**	**40**	**5,6**	**0,2**	**0,04**	**0,92**	**7,2**	**0,12**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
Protéicos	**Pescado apanado**	**135 gr**	**E043**	**Tilapia, filete, cruda**	**193,54**	**120**	**100,8**	**115,2**	**24,12**	**2,04**	**0**	**12**	**0,72**
			A087	**Migas de pan, secas**	**10**	**10**	**10**	**39,8**	**1**	**0,68**	**7,23**	**4**	**0,36**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**27,77**	**25**	**25**	**37,25**	**3,15**	**2,7**	**0,08**	**13,25**	**0,42**
Energéticos	**Yuca Dorada**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Cereales	**Arroz verde**	**120 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B044	**Espinaca, cruda**	**50**	**30**	**30**	**10,2**	**0,87**	**0,06**	**1,14**	**36,9**	**0,72**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de mora**	**210 cc**	**C061**	**Mora de castilla**	**50**	**45**	**45**	**33,3**	**0,45**	**0,04**	**6,57**	**18,9**	**0,76**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Melón en cuadritos	**120 gr**	**C060**	**Melón, maduro, pulpa**	**300**	**120**	**120**	**30**	**0,84**	**0**	**6**	**13,2**	**0,48**
Postre	**Torta de chocolate**	**43 gr**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			L008	**Chocolate amargo o negro**	**5**	**5**	**5**	**31,1**	**0,24**	**2,13**	**2,46**	**4**	**0,18**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**2,22**	**2**	**2**	**2,98**	**0,25**	**0,22**	**0,01**	**1,06**	**0,03**
			K033	**Panela**	**31**	**31**	**21,7**	**112,84**	**0,19**	**0,03**	**27,96**	**13,02**	**1,52**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3035,07	128,66	92,74	406,57	829,24	18,88
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,66	118,31	143,92	101,96	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 12 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				758,17	595	645	826,1	26,09	15,82	140,26	256,05	6,16
Bebida caliente	Agua de panela	240 cc	K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Calentado de lentejas con huevo	170 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T026	Lenteja común, cruda	10	10	30	38,7	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
Energéticos	Platano melao	90 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			K033	Panela	10	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49
Cereales	Pan rollo	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Sorbete de Guayaba	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
	Almuerzo				981,12	745	692,88	843,54	46,15	10,93	134,01	171,53	9,76
Sopa o Crema	Sopa de arracacha	240 cc	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	75	60	52,2	68,4	0,54	0,06	15,78	14,4	0,66
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	46	46	41,86	55,2	3,08	0,14	9,06	8,74	0,69
Protéicos	Carne de res a la plancha	100 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada mixta	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	42,85	30	30	12	0,54	0,09	1,92	13,2	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			B044	Espinaca, cruda	41,66	25	25	8,5	0,72	0,05	0,95	30,75	0,6
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Arracacha en chips	80 gr	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	125	100	80	114	0,9	0,1	26,3	24	1,1
Cereales	Arroz al Curry	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			P050	Cúrcuma	12,5	2	2	7,52	0,11	0,47	0,5	1,34	0,06
Fruta entera, Jugo	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Postre	Caramelado de lulo	40 gr	K017	Dulce de lulo	40	40	40	60,16	0,18	0,29	14,21	0	0
			K033	Panela	10	10	1	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1110,43**	**898**	**908,32**	**994,3**	**57,41**	**13,75**	**150,53**	**243,68**	**10,51**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Verduras**	**240 cc**	**B006**	**Ahuyama, cruda**	**70,58**	**60**	**60**	**18**	**0,48**	**0,12**	**3,48**	**12**	**0,48**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**31,5**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B044	**Espinaca, cruda**	**33,33**	**20**	**20**	**6,8**	**0,58**	**0,04**	**0,76**	**24,6**	**0,48**
			B052	**Habichuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Leguminosa	**Garbanzo guisado**	**170 gr**	**T019**	**Garbanzo seco, crudo**	**50**	**50**	**107**	**196,5**	**9,95**	**2,75**	**29,4**	**60**	**3,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10**	**10**	**10**	**4,3**	**0,08**	**0,02**	**0,81**	**3**	**0,04**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**12,5**	**5**	**5**	**1,85**	**0,06**	**0**	**0,34**	**2,85**	**0,02**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Pepino salteado**	**100 gr**	**B078**	**Pepino, crudo**	**66,66**	**60**	**60**	**12,6**	**0,36**	**0,12**	**2,28**	**9**	**0,42**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
Protéicos	**Carne de Cerdo a la plancha**	**100 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
Energéticos	**Papa Salada con mayonesa**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			N002	**Mayonesa, baja en grasa**	**2**	**2**	**2**	**6,16**	**0,02**	**0,64**	**0,08**	**0,2**	**0,01**
Cereales	**Arroz con cilantro**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Sandía con limon**	**210 cc**	**C079**	**Sandía, cruda**	**112,5**	**45**	**45**	**7,65**	**0,18**	**0**	**1,66**	**1,8**	**0,14**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta: Mandarina	**120 gr**	**C050**	**Mandarina**	**171,42**	**120**	**120**	**64,8**	**1,08**	**0,12**	**13,68**	**42**	**0,36**
Postre	**Postre: Torta de banano**	**40 gr**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			P016	**Banano pacífico, crudo**	**23,07**	**15**	**15**	**16,8**	**0,16**	**0,03**	**3,96**	**0,9**	**0,06**
			J004	**Huevo de gallina**	**4,44**	**4**	**4**	**5,96**	**0,5**	**0,43**	**0,01**	**2,12**	**0,07**
			K033	**Panela**	**16**	**16**	**6,4**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**279,52**	**0**	**24**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares 1	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas 1	**Aceite vegetal**	**24 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**24**	**24**	**24**	**216**	**0**	**24**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2943,46	129,65	64,51	440,7	671,26	26,46
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								101,5	119,22	100,11	110,52	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 13 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				791,17	585	565	753,86	19,86	21,63	117,78	273,32	5,93
Bebida caliente	Chocolate en agua	240 cc	L008	Chocolate amargo o negro	25	25	25	155,5	1,22	10,65	12,32	20	0,9
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Huevos revueltos	50 gr	J004	Huevo de gallina	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Yuca al vapor	80 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Sorbete de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Naranja	120 gr	C062	Naranja Entera	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56
	Almuerzo				949,42	811,36	789,2	1133,75	52,04	25,55	166,65	224,95	9,24
Sopa o Crema	Sopa de fideos	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Carne molida en Salsa Bolognesa	150 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	3	3	3	11,94	0,3	0,2	2,17	1,2	0,11
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	40	40	40	10	0,36	0,04	1,72	4,8	0,28
			B079	Perejil, crudo	5,95	5,36	5,36	2,95	0,16	0,05	0,37	7,4	0,35
Verdura/hortaliza/ legumbre	Rodajas de tomate con cilantro	100 gr	B103	Tomate Milano Rojo	100	80	80	18,4	0,72	0,08	3,28	7,2	0,4
			L018	Vinagre	5	5	5	1,2	0	0	0,3	0,35	0,02
			L016	Mostaza	5	5	5	5,35	0,18	0,16	0,7	3,8	0,09
			B035	Cilantro, crudo	11,11	10	10	4,4	0,23	0,06	0,59	8,2	0,18
Energéticos	Papa chorreada	125 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Cereales	Arroz tigre	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	14	14	31,5	51,94	1,82	0,21	10,46	3,5	0,55
Fruta entera, Jugo	Jugo de Guayaba con limón	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Panelitas de leche	40 gr	K001	Dulce de leche	40	40	40	128	2,56	3	22,68	101,2	0,04

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1111,32**	**876,75**	**875,49**	**957,11**	**52,18**	**10,65**	**151,23**	**166,8**	**10,47**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de guineo**	**240 cc**	**B092**	**Plátano hartón, verde, crudo**	**67,64**	**46**	**40,02**	**76,36**	**0,55**	**0,09**	**18,08**	**3,68**	**0,18**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Leguminosa	**Frijol cabecita negra guisado**	**95 gr**	**T007**	**Fríjol cabecita negra, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**136,85**	**7,56**	**0,49**	**21,18**	**28,35**	**2**
			B067	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**19,6**	**0,42**	**0,02**	**4,28**	**1,4**	**0,16**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Repollo**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**42,85**	**30**	**30**	**12**	**0,54**	**0,09**	**1,92**	**13,2**	**0,15**
			B103	**Tomate. crudo**	**56,25**	**45**	**45**	**10,35**	**0,4**	**0,04**	**1,84**	**4,05**	**0,22**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Carne de res sudada a la criolla**	**150 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**20**	**16**	**16**	**3,68**	**0,14**	**0,02**	**0,66**	**1,44**	**0,08**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**15**	**6**	**6**	**2,22**	**0,07**	**0,01**	**0,41**	**3,42**	**0,03**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**20**	**19**	**19**	**7,6**	**0,27**	**0,02**	**1,46**	**4,56**	**0,06**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**5**	**4,25**	**4,25**	**1,49**	**0,04**	**0,01**	**0,27**	**0,3**	**0,02**
			B079	**Perejil, crudo**	**5**	**4,5**	**4,5**	**2,48**	**0,13**	**0,04**	**0,31**	**6,21**	**0,3**
Energéticos	**Platano maduro al horno**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz pajarito**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B089	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**13,88**	**10**	**10**	**13,2**	**0,11**	**0,02**	**3,03**	**0,3**	**0,05**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Melón con limon**	**210 cc**	**C060**	**Melón, maduro, pulpa**	**112,5**	**45**	**45**	**11,25**	**0,32**	**0**	**2,25**	**4,95**	**0,18**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta:Papaya en rodajas	**120 gr**	**C066**	**Papaya, pintona, cruda**	**151,89**	**120**	**120**	**56,4**	**0,6**	**0,12**	**11,88**	**26,4**	**0,36**
Postre	**Postre: Dulce de mora**	**60 gr**	**C061**	**Mora de Castilla, cruda**	**66,66**	**60**	**60**	**44,4**	**0,6**	**0,06**	**8,76**	**25,2**	**1,02**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares 1	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas 1	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3052,24	124,09	73,83	451,54	665,06	25,67
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,25	114,1	114,57	113,24	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM / SIN PERTENENCIA	**FECHA:**	**22/12/2022**

MENU 13 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1085	770	670,8	988,3	45,47	22,02	145,88	324,1	16,32
Bebida caliente	Colada de achira	240 cc	P058	Harina de achira, cruda	50	50	50	180,5	0,1	0	45,05	4,5	1,5
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	140	140	140	77	4,48	4,48	4,76	168	0
Protéicos	Consome de Pollo	240 cc	F081	Pollo, menudencias, crudas	180	180	100,8	250,2	31,32	12,6	2,7	18	10,26
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	3,3	0,3
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
Energéticos	Papa Rústica	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	60 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	50	50	50	78	1,7	0,25	17,25	9,5	0,25
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	10	10	10	30,1	1,75	2,55	0,03	58,6	0,04
Fruta	Jugo de Mora	210 cc	C061	Mora de castilla	50	45	45	33,3	0,45	0,04	6,57	18,9	0,76
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Almuerzo					963,615	713,4	678,944	860,13	41,82	23,93	114,74	214,98	6,63
Sopa o Crema	Crema de Zanahoria	240 cc	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B006	Ahuyama, cruda	47,05	40	36,4	12	0,32	0,08	2,32	8	0,32
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Protéicos	Carne de Res en Hamburguesa	140 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			B103	Tomate Milano Rojo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B059	Lechuga común	36,36	20	20	3,6	0,16	0,02	0,52	4,2	0,18
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Tropical	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			C072	Piña, maduro, pulpa	36,36	20	20	11,2	0,12	0,02	2,48	3,2	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	100	55	55	9,9	0,44	0,06	1,43	11,55	0,5
			C087	Uvas, pasas	5	5	5	16,35	0,12	0,02	3,76	1,9	0,12
Energéticos	Papa en cascos	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arroz blanco	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Jugo de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Postre	Postre: Bocadillo	40 gr	K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño	40	40	40	127,2	0,12	0,04	31,6	10	0,48

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**935,65**	**858**	**829,07**	**1098,93**	**53,6**	**19,62**	**172,42**	**431,65**	**6,11**
Sopa, Crema, Consome	**Cuchuco de Trigo**	**240 cc**	**A018**	**Cuchuco de trigo, crudo**	**40**	**40**	**40**	**143,2**	**5,12**	**0,48**	**29,6**	**20**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada caliente**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**40**	**40**	**40**	**17,2**	**0,32**	**0,08**	**3,24**	**12**	**0,16**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**17,2**	**0,84**	**0**	**2,88**	**16**	**0,4**
			B098	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
Protéicos	**Carne de Cerdo Hawaiana**	**110 g**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
			C072	**Piña, maduro, pulpa**	**18,18**	**10**	**10**	**5,6**	**0,06**	**0,01**	**1,24**	**1,6**	**0,05**
Energéticos	**Yuca al horno con queso**	**90 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
			G017	**Queso madurado, semigraso, tipo campesino**	**10**	**10**	**10**	**30,1**	**1,75**	**2,55**	**0,03**	**58,6**	**0,04**
Cereales	**Arroz tigre**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			A072	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**5**	**5**	**11,25**	**18,55**	**0,65**	**0,08**	**3,74**	**1,25**	**0,2**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de fresa**	**210 cc**	**C026**	**Fresa, pintona, cruda**	**47,36**	**45**	**45**	**17,1**	**0,36**	**0,14**	**3,15**	**9**	**0,18**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Manzana	**120 gr**	**C054**	**Manzana nacional**	**141,17**	**120**	**120**	**86,4**	**0,36**	**0,24**	**19,8**	**19,2**	**0,36**
Postre	**Postre: Postre de natas**	**40 gr**	**K001**	**Dulce de leche**	**40**	**40**	**40**	**128**	**2,56**	**3**	**22,68**	**101,2**	**0,04**
			C087	**Uvas, pasas**	**2**	**2**	**2**	**6,54**	**0,05**	**0,01**	**1,5**	**0,76**	**0,05**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**223,4**	**0**	**16**	**19,86**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**20 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**20**	**20**	**20**	**79,4**	**0**	**0**	**19,86**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3170,76	140,89	81,57	452,9	970,73	29,08
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								109,34	129,55	126,59	113,58	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 14 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				819,27	560	540	617,95	21,75	16,64	92,42	239,95	5,29
Bebida caliente	Té verde con limon	240 cc	H018	Té, infusión al 2%, sin azúcar	15	15	15	0,6	0,02	0	0,15	0,75	0,03
			C044	Limón, crudo	20	10	10	4,4	0,03	0,03	0,93	1,9	0,05
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Huevos revueltos (2 und)	100 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
Energéticos	Tajadas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Tostadas de pan	25 gr	A087	Tostada	25	25	25	99,5	2,5	1,7	18,08	10	0,9
Fruta	Sorbete de banano	210 cc	C010	Banano común, crudo	64,28	45	45	45,45	0,68	0,04	10,04	3,6	0,4
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
	Almuerzo				1161,22	901	839,52	1409,06	73,03	42,42	174,97	320,51	191,42
Sopa o Crema	Consome de Pollo	240 cc	F081	Pollo, menudencias, crudas	180	180	100,8	250,2	31,32	12,6	2,7	18	10,26
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	46	46	40,02	44,16	1,01	0,05	9,71	5,06	0,46
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
Protéicos	Carne de Cerdo a la plancha	100 gr.	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada paisa	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	54,54	30	30	5,4	0,24	0,03	0,78	6,3	0,27
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			A053	Maíz tierno, crudo	50	30	30	45,6	1,02	0,36	9,15	1,5	0,24
			C044	Limón, crudo	20	10	10	4,4	0,03	0,03	0,93	1,9	0,05
Leguminosa	Arveja al gratin	90 gr	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	74,9	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			G021	Queso Doble Crema tajado	15	15	15	42,9	3,51	2,8	0,88	60,75	0,08
Energéticos	Yuca Dorada	80 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arroz con ajonjolí	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T001	Ajonjoli o sésamo, crudo	10	10	10	64,8	2,04	5,22	1,82	97,5	1,27
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mandarina	210 cc	C050	Mandarina,zumo	90	45	45	24,3	0,4	0,04	5,13	15,75	0,14
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
Postre	Postre: Cocadas	40 gr	C020	Coco, deshidratado	40	40	40	237,2	1,52	14,04	22,76	32	173,76
			K033	Panela	30	30	3	109,2	0,18	0,03	27,06	12,6	1,47

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**857,69**	**721,75**	**726,57**	**901,86**	**49,54**	**22,95**	**117,55**	**333,61**	**6,45**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Lentejas**	**240 cc**	**T026**	**Lenteja común, cruda**	**10**	**10**	**10**	**38,7**	**2,31**	**0,09**	**6,1**	**5,1**	**0,72**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**40**	**40**	**40**	**22**	**1,28**	**1,28**	**1,36**	**48**	**0**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Habichuela en crema blanca**	**100 gr**	**B052**	**Habichuela, cruda**	**72,22**	**65**	**65**	**27,95**	**1,36**	**0**	**4,68**	**26**	**0,65**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**27,77**	**25**	**25**	**37,25**	**3,15**	**2,7**	**0,08**	**13,25**	**0,42**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**10**	**10**	**10**	**49,9**	**2,63**	**2,66**	**3,84**	**94**	**0,05**
Protéicos	**Rollo de pollo**	**130 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**7,17**	**6,82**	**6,82**	**2,73**	**0,1**	**0,01**	**0,52**	**1,64**	**0,02**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**6,84**	**6,84**	**6,84**	**24,62**	**0,86**	**0,12**	**4,94**	**1,03**	**0,29**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**18,98**	**17,09**	**17,09**	**25,46**	**2,15**	**1,84**	**0,05**	**9,06**	**0,29**
Energéticos	**Papa Rústica**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**100**	**100**	**80**	**98**	**2,1**	**0,1**	**21,4**	**7**	**0,8**
Cereales	**Arroz con zanahoria**	**100 gr**	**A011**	**Arroz integral, cocido, sin sal**	**40**	**40**	**90**	**148**	**3**	**1,04**	**30,92**	**11,2**	**0,72**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10**	**10**	**10**	**4,3**	**0,08**	**0,02**	**0,81**	**3**	**0,04**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mora**	**210 cc**	**C061**	**Mora de castilla**	**50**	**45**	**45**	**33,3**	**0,45**	**0,04**	**6,57**	**18,9**	**0,76**
	Fruta: Piña en rodajas	**120 gr**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**218,18**	**120**	**120**	**67,2**	**0,72**	**0,12**	**14,88**	**19,2**	**0,6**
Postre	**Postre: Arequipe con queso**	**40 gr**	**K001**	**Manjar blanco**	**20**	**20**	**20**	**64**	**1,28**	**1,5**	**11,34**	**50,6**	**0,02**
			G015	**Queso campesino**	**20**	**20**	**20**	**16,6**	**2,2**	**0,3**	**1,28**	**0**	**0**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**239,28**	**0**	**16**	**23,83**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**24 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**24**	**24**	**24**	**95,28**	**0**	**0**	**23,83**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3168,15	144,32	98,01	408,77	894,07	203,19
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								109,25	132,71	152,09	102,51	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA**	**FECHA:**	**22/12/2022**
	RAIZAL / **ROM**	**SIN PERTENENCIA**	

MENU 14 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1003,62	805	785	715,51	32,75	20,94	92,22	412,92	4,6
Bebida caliente	Colada de Vainilla	240 cc	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	30	30	30	114	2,73	1,11	22,17	1,2	0,81
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			2050	Vainilla	5	5	5	14,4	0	0	0,63	0,55	0,01
Protéicos	Huevos pericos criollos	120 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
Energéticos	Papa chorreada	125 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Almuerzo					1095,13	785	842,14	1073,52	51,47	13,58	176,29	144,4	9,85
Sopa o Crema	Sopa de Masitas	240 cc	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	46	46	40,02	165,6	5,75	0,78	33,26	6,9	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Pescado apanado	135 gr	E043	Tilapia, filete, cruda	161,29	100	100	96	20,1	1,7	0	10	0,6
			A087	Migas de pan, secas	10	10	10	39,8	1	0,68	7,23	4	0,36
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Jardinera	125 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	35	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	30	30	30	12,9	0,24	0,06	2,43	9	0,12
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
Leguminosa	Lenteja guisada	136 gr	T026	Lenteja común, cruda	40	40	85,6	154,8	9,24	0,36	24,4	20,4	2,88
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	25	20	16	14,8	0,38	0,02	3,06	2,8	0,06
Energéticos	Papa Salada con mayonesa	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			N002	Mayonesa, baja en grasa	2	2	2	6,16	0,02	0,64	0,08	0,2	0,01
Cereales	Arroz Amarillo	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	50	45	45	22,95	0,18	0	5,44	3,6	0,18
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Postre	Galletas con crema	40 gr	A025	Galletas dulces, tipo wafer	40	40	40	182	2,16	6,08	29,28	19,2	1,2

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**867,78**	**739**	**707,57**	**1006,17**	**46,99**	**14,34**	**164,76**	**97,79**	**38,66**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Tomate**	**240 cc**	**B103**	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			A034	**Fécula de maíz blanco, precocida**	**40**	**40**	**40**	**152**	**3,64**	**1,48**	**29,56**	**1,6**	**1,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Rodajas de tomate con**	**100 gr**	**B103**	**Tomate Milano Rojo**	**100**	**80**	**80**	**18,4**	**0,72**	**0,08**	**3,28**	**7,2**	**0,4**
			L018	**Vinagre**	**5**	**5**	**5**	**1,2**	**0**	**0**	**0,3**	**0,35**	**0,02**
			L016	**Mostaza**	**5**	**5**	**5**	**5,35**	**0,18**	**0,16**	**0,7**	**3,8**	**0,09**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Protéicos	**Carne a la plancha**	**100 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
Energéticos	**Yuca al vapor**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Cereales	**Arroz tigre**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			A072	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**5**	**5**	**11,25**	**18,55**	**0,65**	**0,08**	**3,74**	**1,25**	**0,2**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Curuba**	**210 cc**	**C021**	**Curuba, cruda**	**90**	**45**	**45**	**17,1**	**0,27**	**0,04**	**3,82**	**3,15**	**0,45**
	Fruta: Pera	**120 gr**	**C071**	**Pera, cruda**	**141,17**	**120**	**120**	**75,6**	**0,36**	**0,24**	**15,48**	**9,6**	**0,48**
Postre	**Postre: Arroz de leche con coco**	**40 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**10**	**10**	**22,5**	**35,3**	**0,67**	**0,04**	**8,01**	**0,9**	**0,08**
			K003	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**8**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
			C020	**Coco, deshidratado**	**7**	**7**	**7**	**41,51**	**0,27**	**2,46**	**3,98**	**5,6**	**30,41**
			G007	**Leche de vaca, descremada, líquida, pasteurizada**	**10**	**10**	**3**	**3,4**	**0,33**	**0,01**	**0,49**	**12,7**	**0**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**243,52**	**0**	**20**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**20 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**20**	**20**	**20**	**180**	**0**	**20**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3038,72	131,21	68,86	449,16	655,1	53,13
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,78	120,65	106,85	112,64	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 15 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
	Desayuno				873,62	715	695	758,5	31,22	28,48	91,76	397,6	5,4
Bebida caliente	Chocolate con leche	240 cc	K010	Chocolate, en pastilla, con azúcar	25	25	25	116,5	0,9	4,15	18,88	9	0,88
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Protéicos	Huevos rancheros con maiz y jamon	160 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			A053	Maíz tierno, crudo	50	30	30	45,6	1,02	0,36	9,15	1,5	0,24
			F051	Jamón de cerdo y res, tipo sánduche, precocido	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
Energéticos	Papa al vapor	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Pan blanco en tajadas	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Sorbete de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
	Almuerzo				1164,69	827,95	824,39	1019,83	52,19	13,04	163,65	183,63	41
Sopa o Crema	Sopa de arracacha	240 cc	B015	Arracacha amarilla, sin cáscara, cruda	75	60	52,2	66,6	0,54	0,06	15,78	12,6	0,54
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	25,88	22	20,02	10,34	0,15	0,02	2,09	5,94	0,09
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Carne de res sudada a la criolla	146 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			B103	Tomate. crudo	15	12	12	2,76	0,11	0,01	0,49	1,08	0,06
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	6	2,22	0,07	0,01	0,41	3,42	0,03
			B027	Cebolla cabezona, cruda	20	19	19	7,6	0,27	0,02	1,46	4,56	0,06
			B080	Pimentón rojo, crudo	5	4,25	4,25	1,49	0,04	0,01	0,27	0,3	0,02
			B079	Perejil, crudo	5	4,5	4,5	2,48	0,13	0,04	0,31	6,21	0,3
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada criolla	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	63,63	35	35	6,3	0,28	0,04	0,91	7,35	0,32
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Leguminosa	Fríjol Rojo guisado	100 gr	T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	35	35	74,9	135,1	7,98	0,52	21,14	41,65	1,86
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	18	7,2	7,2	2,66	0,09	0,01	0,49	4,1	0,04
			B103	Tomate. crudo	22,5	18	18	4,14	0,16	0,02	0,74	1,62	0,09
Energéticos	Tajadas de plátano	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz con perejil	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B079	Perejil, crudo	11,11	10	10	5,5	0,29	0,1	0,69	13,8	0,66
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mango	210 cc	C051	Mango, maduro, pulpa	150	45	45	35,55	0,27	0	7,7	6,75	0,22
	Fruta: Piña en rodajas	120 gr	C072	Piña, maduro, pulpa	218,18	120	120	67,2	0,72	0,12	14,88	19,2	0,6
Postre	Postre: Arroz de leche con coco	40 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	10	10	22,5	35,3	0,67	0,04	8,01	0,9	0,08
			K003	Azúcar blanco, granulado	16	16	8	63,52	0	0	15,89	0	0,02
			C020	Coco, deshidratado	7	7	7	41,51	0,27	2,46	3,98	5,6	30,41
			G007	Leche de vaca, descremada, líquida, pasteurizada	10	10	3	3,4	0,33	0,01	0,49	12,7	0

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE			**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO			**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**1206,82**	**708**	**697,32**	**930,72**	**41,17**	**6,29**	**169,28**	**141,1**	**7,09**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Tornillos**	**240 cc**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**50**	**50**	**43,5**	**185,5**	**6,5**	**0,75**	**37,35**	**12,5**	**1,95**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de apio**	**100 gr**	**B014**	**Apio, crudo**	**140**	**70**	**70**	**18,2**	**0,49**	**0,14**	**3,22**	**29,4**	**0,28**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**13,33**	**10**	**10**	**1,4**	**0,05**	**0,01**	**0,23**	**1,8**	**0,03**
Protéicos	**Filete de pescado**	**110 gr**	**E043**	**Tilapia, filete, cruda**	**193,54**	**120**	**100,8**	**115,2**	**24,12**	**2,04**	**0**	**12**	**0,72**
Energéticos	**Papa en chips**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
Cereales	**Arroz con maiz tierno**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			A053	**Maíz tierno, crudo**	**16,66**	**10**	**10**	**15,2**	**0,34**	**0,12**	**3,05**	**0,5**	**0,08**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Guayaba con limón**	**210 cc**	**C032**	**Guayaba,pintona, entera**	**60**	**45**	**45**	**35,1**	**0,4**	**0,18**	**6,8**	**7,2**	**0,14**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta: Mango	**120 gr**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	**400**	**120**	**120**	**94,8**	**0,72**	**0**	**20,52**	**18**	**0,6**
Postre	**Torta de chocolate**	**40 gr**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			L008	**Chocolate amargo o negro**	**5**	**5**	**5**	**31,1**	**0,24**	**2,13**	**2,46**	**4**	**0,18**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**2,22**	**2**	**2**	**2,98**	**0,25**	**0,22**	**0,01**	**1,06**	**0,03**
			K033	**Panela**	**30**	**30**	**21**	**109,2**	**0,18**	**0,03**	**27,06**	**12,6**	**1,47**
	Azúcares y Grasas				**34**	**34**	**34**	**225,52**	**0**	**18**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**18 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**18**	**18**	**18**	**162**	**0**	**18**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2934,57	124,58	65,82	440,59	722,33	53,5
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								101,19	114,56	102,14	110,49	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 15 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					623	552	532	812,68	26,26	21,13	125,66	321,1	5,1
Bebida caliente	Café negro campesino	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			K033	Panela	15	15	15	54,6	0,09	0,02	13,53	6,3	0,74
Protéicos	Sandwich de jamón, queso y huevo	100 gr	F051	Jamón	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
			G021	Queso Doble Crema tajado	20	20	20	57,2	4,68	3,74	1,18	81	0,1
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Deditos de Yuca	100 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	20	20	20	72	2,5	0,34	14,46	3	0,86
Cereales	Tostadas de pan	25 gr	A087	Tostada	25	25	25	99,5	2,5	1,7	18,08	10	0,9
Fruta	Sorbete de banano	210 cc	C010	Banano común, crudo	64,28	45	45	45,45	0,68	0,04	10,04	3,6	0,4
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Almuerzo					1244,21	792	836,74	1208,3	53,95	26,44	174,25	127,35	10,64
Sopa o Crema	Sopa Carmelita	240 cc	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	46	46	40,02	165,6	5,75	0,78	33,26	6,9	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Carne de Cerdo Hawaiana	130 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
			C072	Piña, maduro, pulpa	18,18	10	10	5,6	0,06	0,01	1,24	1,6	0,05
			F051	Jamón	10	10	10	21,5	1,14	1,55	0,74	0,8	0,06
			A034	Fécula de maíz blanco, precocida	10	10	10	38	0,91	0,37	7,39	0,4	0,27
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Repollo	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	42,85	30	30	12	0,54	0,09	1,92	13,2	0,15
			B103	Tomate. crudo	56,25	45	45	10,35	0,4	0,04	1,84	4,05	0,22
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Leguminosa	Lentejas egipcias	110 gr	T026	Lenteja común, cruda	35	35	74,9	135,45	8,08	0,32	21,35	17,85	2,52
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
Energéticos	Papa en cascos	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arroz tigre	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	14	14	31,5	51,94	1,82	0,21	10,46	3,5	0,55
Fruta entera, Jugo	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Postre	Cocadas	40 gr	C019	Coco, crudo	88,88	40	40	160,8	1,44	14,2	5,04	2,8	0,52
			K033	Panela	10	10	1	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1078,57**	**811**	**763,32**	**942,94**	**47,08**	**17,11**	**142,64**	**215,44**	**7,52**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Avena**	**240 cc**	**A012**	**Avena en hojuelas, precocida**	**40**	**40**	**40**	**164,4**	**6,76**	**3**	**25,64**	**21,6**	**1,8**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**31,5**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Jardinera**	**125 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**35**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**30**	**30**	**30**	**12,9**	**0,24**	**0,06**	**2,43**	**9**	**0,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
Protéicos	**Pollo a la Fricasé**	**112 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**16**	**14,8**	**0,38**	**0,02**	**3,06**	**2,8**	**0,06**
Energéticos	**Papa Criolla al Vapor**	**80 gr**	**B071**	**Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda**	**100**	**100**	**80**	**96**	**2,2**	**0,1**	**21,1**	**11**	**1**
Cereales	**Arroz a la Naranja**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			C062	**Naranja, cruda**	**16,66**	**10**	**10**	**4,1**	**0,07**	**0,03**	**0,88**	**3,3**	**0,13**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Piña**	**210 cc**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**81,81**	**45**	**45**	**25,2**	**0,27**	**0,04**	**5,58**	**7,2**	**0,22**
	Fruta: Melón en cuadritos	**120 gr**	**C060**	**Melón, maduro, pulpa**	**300**	**120**	**120**	**30**	**0,84**	**0**	**6**	**13,2**	**0,48**
Postre	**Mielmesabe**	**45 Gr**	**G012**	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**70**	**70**	**35**	**38,5**	**2,24**	**2,24**	**2,38**	**84**	**0**
			K033	**Panela**	**20**	**20**	**10**	**72,8**	**0,12**	**0,02**	**18,04**	**8,4**	**0,98**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3171,44	127,29	80,68	458,43	663,89	23,28
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								109,36	117,05	125,2	114,97	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 16 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1295,67	925	845,8	912,31	60,95	25,16	105,83	475,52	8,21
Bebida caliente	Agua de panela con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	215	215	215	118,25	6,88	6,88	7,31	258	0
			K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Bistec a caballo	180 gr	F099	Res, carne magra, cruda	160	160	100,8	222,4	34,88	9,12	0	9,6	4,32
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B103	Tomate. crudo	62,5	50	50	11,5	0,45	0,05	2,05	4,5	0,25
			B027	Cebolla cabezona, cruda	42,1	40	40	16	0,56	0,04	3,08	9,6	0,12
Energéticos	Puré de Papa	100 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Mandarina	210 cc	C050	Mandarina,zumo	90	45	45	24,3	0,4	0,04	5,13	15,75	0,14
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Almuerzo					969,26	708	718,02	829,34	30,93	7,09	152,01	121,74	5,37
Sopa o Crema	Sancocho de pollo (base)	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Filete de pescado	150 gr	E043	Tilapia, filete, cruda	161,29	100	100	96	20,1	1,7	0	10	0,6
			B103	Tomate. crudo	31,25	25	25	5,75	0,22	0,02	1,02	2,25	0,12
			B027	Cebolla cabezona, cruda	26,31	25	25	10	0,35	0,02	1,92	6	0,08
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Aguacate	100 gr	C002	Aguacate Lorena, crudo	38,96	30	30	53,7	0,48	3,99	3	3	0,12
			B103	Tomate. crudo	37,5	30	30	6,9	0,27	0,03	1,23	2,7	0,15
			B027	Cebolla cabezona, cruda	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			B059	Lechuga común, cruda	36,36	20	20	3,6	0,16	0,02	0,52	4,2	0,18
Energéticos	Platano maduro al horno	100 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arroz pajarito	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B089	Plátano hartón, maduro, crudo	13,88	10	10	13,2	0,11	0,02	3,03	0,3	0,05
Fruta entera, Jugo	Jugo de Naranja	210 cc	C062	Naranja, cruda	75	45	45	18,45	0,32	0,14	3,96	14,85	0,58
	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
Postre	Torta de vainilla	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	15	15	15	54	1,88	0,26	10,84	2,25	0,64
			2050	Vainilla	5	5	5	14,4	0	0	0,63	0,55	0,01
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	2,22	2	2	2,98	0,25	0,22	0,01	1,06	0,03
			K033	Panela	25	25	17,5	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**972,15**	**806**	**732,82**	**1019,6**	**53,1**	**13,19**	**165,56**	**112,04**	**21,35**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Masitas**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada paisa**	**100 gr**	**B059**	**Lechuga común, cruda**	**72,72**	**40**	**40**	**7,2**	**0,32**	**0,04**	**1,04**	**8,4**	**0,36**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
			A053	**Maíz tierno, crudo**	**25**	**15**	**15**	**22,8**	**0,51**	**0,18**	**4,58**	**0,75**	**0,12**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Hígado en bistec**	**150 gr**	**F109**	**Res, hígado, crudo**	**180**	**180**	**100,8**	**248,4**	**36,72**	**8,1**	**7,02**	**16,2**	**15,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**37,5**	**30**	**30**	**6,9**	**0,27**	**0,03**	**1,23**	**2,7**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
Energéticos	**Papa en cascos**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
Cereales	*** Arroz hindu**	**95 gr.**	**A011**	**Arroz integral, cocido, sin sal**	**40**	**40**	**90**	**148**	**3**	**1,04**	**30,92**	**11,2**	**0,72**
			T028	**Maní, con piel, crudo**	**5**	**5**	**5**	**30,95**	**1,36**	**2,39**	**0,79**	**3,1**	**0,16**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Papaya**	**210 cc**	**C066**	**Papaya, pintona, cruda**	**56,96**	**45**	**45**	**21,15**	**0,22**	**0,04**	**4,46**	**9,9**	**0,14**
	Fruta: Banano maduro	**120 gr**	**C010**	**Banano común, crudo**	**171,42**	**120**	**120**	**121,2**	**1,8**	**0,12**	**26,76**	**9,6**	**1,08**
Postre	**Caramelado de lulo**	**40 gr.**	**K017**	**Dulce de lulo**	**40**	**40**	**40**	**60,16**	**0,18**	**0,29**	**14,21**	**0**	**0**
			K033	**Panela**	**20**	**20**	**2**	**72,8**	**0,12**	**0,02**	**18,04**	**8,4**	**0,98**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**243,52**	**0**	**20**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**20 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**20**	**20**	**20**	**180**	**0**	**20**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3004,77	144,98	65,44	439,29	709,3	34,95
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								103,61	133,31	101,56	110,17	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 16 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1081,76	875	855	698,09	28,23	22,35	93,57	668,32	4,03
Bebida caliente	Colada de Plátano	240 cc	B057	Harina de plátano, cruda	30	30	30	102	0,99	0,09	24,15	3,3	0,36
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			K033	Panela	15	15	15	54,6	0,09	0,02	13,53	6,3	0,74
Protéicos	Changua	300 cc	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Energéticos	Papa Criolla dorada	80 gr	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	100	80	96	2,2	0,1	21,1	11	1
Cereales	Hojaldra de trigo	25 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5,95	5,95	5,95	21,42	0,74	0,1	4,3	0,89	0,26
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	6,61	5,95	5,95	8,86	0,75	0,64	0,02	3,15	0,1
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	13,1	13,1	13,1	7,2	0,42	0,42	0,44	15,72	0
Fruta	Jugo de Guayaba con limón	210 cc	C032	Guayaba,pintona, entera	60	45	45	35,1	0,4	0,18	6,8	7,2	0,14
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Almuerzo					882,55	738,87	735,21	1073,13	47,11	16,77	175,29	342,02	6,39
Sopa o Crema	Cuchuco de Cebada	240 cc	A014	Cebada, perlada, cruda	46	46	40,02	177,1	5,75	0,83	33,17	16,56	1,24
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Cerdo a la naranja	125 gr	F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	120	120	100,8	157,2	24,6	6,48	0,24	9,6	1,44
			C062	Naranja Entera	41,66	25	25	10,25	0,18	0,08	2,2	8,25	0,32
Verdura/hortaliza/ legumbre	Habichuela en crema blanca	100 gr	B052	Habíchuela, cruda	72,22	65	65	27,95	1,36	0	4,68	26	0,65
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Energéticos	Deditos de Yuca	90 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	10	10	10	36	1,25	0,17	7,23	1,5	0,43
Cereales	Arroz Pimentón	105 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B080	Pimentón rojo, crudo	17,64	15	15	5,25	0,15	0,04	0,94	1,05	0,06
Fruta entera, Jugo	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
	Limonada con panela	210 cc	C044	Limón, crudo	90	45	45	19,8	0,14	0,14	4,18	8,55	0,22
			K033	Panela	5,87	5,87	5,87	21,37	0,04	0	5,29	2,46	0,29
Postre	Panelitas de leche	40 gr	K001	Dulce de leche	40	40	40	128	2,56	3	22,68	101,2	0,04

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**903,17**	**731**	**695,82**	**1004,99**	**50,17**	**10,57**	**172,31**	**86,54**	**9,06**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa Carmelita**	**240 cc**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**40**	**40**	**40**	**144**	**5**	**0,68**	**28,92**	**6**	**1,72**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Roja**	**100 gr**	**B098**	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**30**	**30**	**30**	**12,9**	**0,24**	**0,06**	**2,43**	**9**	**0,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**62,5**	**50**	**50**	**11,5**	**0,45**	**0,05**	**2,05**	**4,5**	**0,25**
Protéicos	**Carne a la plancha**	**100 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
Energéticos	**Platano melao**	**110 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**10**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**
Cereales	**Arroz con cilantro**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Uva negra**	**210 cc**	**C086**	**Uva negra**	**50**	**45**	**45**	**22,95**	**0,18**	**0**	**5,44**	**3,6**	**0,18**
	Fruta: Piña en rodajas	**120 gr**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**218,18**	**120**	**120**	**67,2**	**0,72**	**0,12**	**14,88**	**19,2**	**0,6**
Postre	**Gelatina de fruta**	**40 gr**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**40**	**40**	**40**	**156,8**	**3,32**	**0**	**35,92**	**0**	**0**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**202,24**	**0,1**	**16,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Azúcares	**Panela de adicción**	**16 gr**	**K033**	**Panela**	**16**	**16**	**16**	**58,24**	**0,1**	**0,02**	**14,43**	**6,72**	**0,78**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2978,45	125,6	65,71	455,6	1103,6	20,26
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,7	115,5	101,96	114,26	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 17 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					956,75	625	678	876,71	30,55	13,31	149,05	234,96	5,1
Bebida caliente	Cebada con leche	240 cc	A014	Cebada, perlada, cruda	40	40	40	154	5	0,72	28,84	14,4	1,08
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Protéicos	Calentado Paisa con huevo	180 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	10	10	33	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Tajadas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Almuerzo					1203,11	802,5	756,86	1093,53	46,38	22,47	169,29	155,98	8,84
Sopa o Crema	Crema de Maiz	240 cc	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			A044	Maíz amarillo, trillado	46	46	40,02	159,62	4,05	0,37	34,96	3,22	0,97
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Albóndigas Criollas	115 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	15	15	15	59,7	1,5	1,02	10,84	6	0,54
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada verde	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B077	Pepino cohombro, crudo	40	30	30	4,2	0,15	0,03	0,69	5,4	0,09
			B027	Cebolla cabezona, cruda	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
Energéticos	Platano melao	110 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			K033	Panela	10	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49
Cereales	Arroz verde	120 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			B044	Espinaca, cruda	50	30	30	10,2	0,87	0,06	1,14	36,9	0,72
Fruta entera, Jugo	Jugo de Fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	50	47,5	47,5	18,05	0,38	0,14	3,32	9,5	0,19
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Postre	Gelatina de pata	40 gr	K020	Gelatina de pata	40	40	40	51,84	1,18	0	11,76	10,56	0,64

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**1343,96**	**853**	**857,72**	**998,01**	**60,97**	**17,81**	**135,55**	**349,88**	**11,51**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Cebolla**	**240 cc**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**5**	**5**	**5**	**24,95**	**1,32**	**1,33**	**1,92**	**47**	**0,02**
Leguminosa	**Frijol Blanco guisado**	**155 gr**	**T005**	**Frijol blanco, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**130,55**	**7,46**	**0,38**	**21,63**	**46,55**	**2,17**
			B103	**Tomate. crudo**	**50**	**40**	**40**	**9,2**	**0,36**	**0,04**	**1,64**	**3,6**	**0,2**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada mixta**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**42,85**	**30**	**30**	**12**	**0,54**	**0,09**	**1,92**	**13,2**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			B044	**Espinaca, cruda**	**41,66**	**25**	**25**	**8,5**	**0,72**	**0,05**	**0,95**	**30,75**	**0,6**
			B103	**Tomate. crudo**	**12,5**	**10**	**10**	**2,3**	**0,09**	**0,01**	**0,41**	**0,9**	**0,05**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Rollo de carne de res**	**130 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**10**	**10**	**10**	**36**	**1,25**	**0,17**	**7,23**	**1,5**	**0,43**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**14,9**	**1,26**	**1,08**	**0,03**	**5,3**	**0,17**
Energéticos	**Puré de Papa**	**100 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**10**	**10**	**10**	**49,9**	**2,63**	**2,66**	**3,84**	**94**	**0,05**
Cereales	**Arroz al Curry**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			P050	**Cúrcuma**	**12,5**	**2**	**2**	**7,52**	**0,11**	**0,47**	**0,5**	**1,34**	**0,06**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mango**	**210 cc**	**C051**	**Mango, maduro, pulpa**	**150**	**45**	**45**	**35,55**	**0,27**	**0**	**7,7**	**6,75**	**0,22**
	Fruta: Granadilla	**120 gr**	**C028**	**Granadilla, entera**	**400**	**120**	**120**	**114**	**2,52**	**1,92**	**17,88**	**14,4**	**1,08**
Postre	**Postre: Dulce de mora**	**40 gr**	**C061**	**Mora de Castilla, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**29,6**	**0,4**	**0,04**	**5,84**	**16,8**	**0,68**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3175,77	137,9	69,6	469,78	740,82	25,47
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								109,51	126,81	108	117,81	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 17 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					849,25	730	697	756,6	34,82	31,32	78,23	499,7	4,7
Bebida caliente	Colada de Maicena	240 cc	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	40	40	40	152	3,64	1,48	29,56	1,6	1,08
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Protéicos	Huevos Rancheros	150 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			F051	Jamón de cerdo y res, tipo sánduche, precocido	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
Energéticos	Papa a la francesa	130 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	206,25	165	132	122,1	3,14	0,16	25,24	23,1	0,5
Cereales	Arepa paisa y porcion de queso	90 gr	A004	Arepa de maíz blanco, con sal	50	50	50	0	0	0	0	8,5	0,35
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	40	40	40	120,4	7	10,2	0,12	234,4	0,16
Fruta	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Almuerzo					1360,03	1006,72	955,06	1164,91	59,11	29,73	151,75	404,86	11,78
Sopa o Crema	Cuchuco de Trigo	240 cc	A018	Cuchuco de trigo, crudo	46	46	40,02	164,68	5,89	0,55	34,04	23	1,98
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
Protéicos	Carne molida en Salsa Bolognesa	150 gr	F101	Res, carne semigorda, molida, cruda	160	160	100,8	310,4	31,36	20,32	0,32	17,6	2,88
			A087	Migas de pan, secas	5,36	5,36	5,36	21,33	0,54	0,36	3,88	2,14	0,19
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	40	40	40	10	0,36	0,04	1,72	4,8	0,28
			B079	Perejil, crudo	5,95	5,36	5,36	2,95	0,16	0,05	0,37	7,4	0,35
Verdura/hortaliza/ legumbre	Verduras salteadas	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	40	40	40	17,2	0,32	0,08	3,24	12	0,16
			B052	Habíchuela, cruda	66,66	60	60	25,8	1,26	0	4,32	24	0,6
Energéticos	Papa chorreada	125 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Cereales	Espapagueti a la Bolognesa (Pastas)	150 gr	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	40	40	90	148,4	5,2	0,6	29,88	10	1,56
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	40	40	40	10	0,36	0,04	1,72	4,8	0,28
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Fruta entera, Jugo	Sorbete de Maracuya	210 cc	C056	Maracuyá, cruda	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Postre	Postre: Torta de vainilla	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	15	15	15	54	1,88	0,26	10,84	2,25	0,64
			2050	Vainilla	13	13	13	37,44	0,01	0,01	1,64	1,43	0,02
			J004	Huevo de gallina	4,44	4	4	5,96	0,5	0,43	0,01	2,12	0,07
			K033	Panela	16	16	8	58,24	0,1	0,02	14,43	6,72	0,78

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1041,37**	**892,75**	**851,59**	**985,52**	**52,01**	**14,25**	**156,02**	**255,73**	**7,8**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Corbatines**	**240 cc**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			A071	**Pasta alimenticia, con huevo, sin enriquecer, cocida, sin sal**	**46**	**46**	**40,02**	**60,72**	**2,07**	**0,46**	**11,73**	**5,52**	**0,23**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada criolla**	**100 gr**	**B059**	**Lechuga común, cruda**	**63,63**	**35**	**35**	**6,3**	**0,28**	**0,04**	**0,91**	**7,35**	**0,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**37,5**	**30**	**30**	**6,9**	**0,27**	**0,03**	**1,23**	**2,7**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**31,57**	**30**	**30**	**12**	**0,42**	**0,03**	**2,31**	**7,2**	**0,09**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
Protéicos	**Carne de res sudada a la criolla**	**150 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
			B103	**Tomate. crudo**	**20**	**16**	**16**	**3,68**	**0,14**	**0,02**	**0,66**	**1,44**	**0,08**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**15**	**6**	**6**	**2,22**	**0,07**	**0,01**	**0,41**	**3,42**	**0,03**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			B080	**Pimentón rojo, crudo**	**5**	**4,25**	**4,25**	**1,49**	**0,04**	**0,01**	**0,27**	**0,3**	**0,02**
			B079	**Perejil, crudo**	**5**	**4,5**	**4,5**	**2,48**	**0,13**	**0,04**	**0,31**	**6,21**	**0,3**
Energéticos	**Platano maduro al horno**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz pajarito**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B089	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**13,88**	**10**	**10**	**13,2**	**0,11**	**0,02**	**3,03**	**0,3**	**0,05**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de mora**	**210 cc**	**C061**	**Mora de castilla**	**50**	**45**	**45**	**33,3**	**0,45**	**0,04**	**6,57**	**18,9**	**0,76**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta:Papaya en rodajas	**120 gr**	**C066**	**Papaya, pintona, cruda**	**151,89**	**120**	**120**	**56,4**	**0,6**	**0,12**	**11,88**	**26,4**	**0,36**
Postre	**Postre: Gelatina de fruta**	**45 gr**	**K018**	**Gelatina con azúcar, en polvo**	**45**	**45**	**45**	**176,4**	**3,74**	**0**	**40,41**	**0**	**0**
	Azúcares y Grasas				**36**	**36**	**36**	**223,4**	**0**	**16**	**19,86**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**20 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**20**	**20**	**20**	**79,4**	**0**	**0**	**19,86**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3130,43	145,94	91,3	405,86	1160,29	24,3
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								107,94	134,2	141,69	101,78	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 18 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1001,65	675	725	918,6	31,62	17,91	147,4	395,55	8,62
Bebida caliente	Chocavena	240 cc	L009	Cocoa, en polvo, sin azúcar	30	30	30	146,4	5,85	3,24	17,91	43,2	3,99
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			A029	Harina de avena, cruda	40	40	40	165,6	5,88	3,44	26,48	21,6	1,6
Protéicos	Calentado de lentejas con huevo	145 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T026	Lenteja común, cruda	10	10	30	38,7	2,31	0,09	6,1	5,1	0,72
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Energéticos	Platano maduro al horno	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Pan blanco en tajadas	25 gr	A061	Pan blanco, tipo molde, horneado	25	25	25	69,5	2,22	0,4	14,2	6,25	0,48
Fruta	Jugo de Mango	210 cc	C051	Mango, maduro, pulpa	150	45	45	35,55	0,27	0	7,7	6,75	0,22
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Almuerzo					1153,69	895	981,54	1082,34	53,88	20,57	160,2	411,82	9,89
Sopa o Crema	Crema de Cebolla	240 cc	B027	Cebolla cabezona, cruda	105,26	100	100	40	1,4	0,1	7,7	24	0,3
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B052	Habichuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	15	15	15	74,85	3,94	3,99	5,76	141	0,08
Protéicos	Espagueti con Pollo (carnes)	110 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	134,4	125	100	207,5	25,88	11,5	0,12	13,75	0,88
			F125	Salchicha de cerdo y res, precocida	10	10	10	26,6	1,38	2,07	0,61	2,3	0,11
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de pepino	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	20	20	20	8,6	0,16	0,04	1,62	6	0,08
			B101	Repollo morado, crudo	23,52	20	20	7,8	0,28	0,06	1,3	9	0,12
			B027	Cebolla cabezona Roja	31,57	30	30	12	0,42	0,03	2,31	7,2	0,09
			B077	Pepino cohombro, crudo	40	30	30	4,2	0,15	0,03	0,69	5,4	0,09
Leguminosa	Fríjol Nima guisado	160 gr	T015	Fríjol nima, crudo	40	40	132	148	7,76	0,48	24,44	62	3,2
			B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	25	25	25	24,5	0,52	0,02	5,35	1,75	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	15	6	6	2,22	0,07	0,01	0,41	3,42	0,03
Energéticos	Papa al vapor	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Espagueti guisado	125 gr	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	40	40	90	148,4	5,2	0,6	29,88	10	1,56
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	5	5	5	24,95	1,32	1,33	1,92	47	0,02
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mora	210 cc	C061	Mora de castilla	50	45	45	33,3	0,45	0,04	6,57	18,9	0,76
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Postre	Bocadillo	40 gr	K006	Bocadillo o dulce de guayaba, veleño	40	40	40	127,2	0,12	0,04	31,6	10	0,48

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**954,48**	**768,98**	**677,82**	**823,38**	**41,68**	**16,08**	**123,87**	**150,02**	**7,21**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Verduras con Durena**	**240 cc**	**B006**	**Ahuyama, cruda**	**47,02**	**39,97**	**39,97**	**11,99**	**0,32**	**0,08**	**2,32**	**7,99**	**0,32**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20,01**	**20,01**	**20,01**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B071	**Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda**	**46**	**46**	**40,02**	**44,16**	**1,01**	**0,05**	**9,71**	**5,06**	**0,46**
			B065	**Papa, variedad cerosa, sabanera, con cáscara, cruda**	**46**	**46**	**40,02**	**36,8**	**1,01**	**0,05**	**7,77**	**5,52**	**0,37**
			B044	**Espinaca, cruda**	**33,33**	**20**	**20**	**6,8**	**0,58**	**0,04**	**0,76**	**24,6**	**0,48**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Rodajas de tomate con cilantro**	**100 gr**	**B103**	**Tomate Milano Rojo**	**100**	**80**	**80**	**18,4**	**0,72**	**0,08**	**3,28**	**7,2**	**0,4**
			L018	**Vinagre**	**5**	**5**	**5**	**1,2**	**0**	**0**	**0,3**	**0,35**	**0,02**
			L016	**Mostaza**	**5**	**5**	**5**	**5,35**	**0,18**	**0,16**	**0,7**	**3,8**	**0,09**
			B035	**Cilantro, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**4,4**	**0,23**	**0,06**	**0,59**	**8,2**	**0,18**
Protéicos	**Cerdo BBQ asado**	**110 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
			L017	**Salsa de tomate**	**12**	**12**	**12**	**13,08**	**0,16**	**0,04**	**3**	**2,04**	**0,06**
Energéticos	**Yuca Dorada**	**80 gr**	**B107**	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**159**	**0,9**	**0,3**	**37,4**	**16**	**0,3**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Maracuya**	**210 cc**	**C056**	**Maracuyá, cruda**	**140,62**	**45**	**45**	**27**	**0,68**	**0,22**	**5,58**	**4,05**	**0,76**
	Fruta: Manzana	**120 gr**	**C054**	**Manzana nacional**	**141,17**	**120**	**120**	**86,4**	**0,36**	**0,24**	**19,8**	**19,2**	**0,36**
Postre	**Postre: Galletas con crema**	**40 gr**	**A025**	**Galletas dulces, tipo wafer**	**40**	**40**	**40**	**182**	**2,16**	**6,08**	**29,28**	**19,2**	**1,2**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3031,84	127,19	70,56	447,36	957,39	25,73
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,55	116,96	109,49	112,19	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **RAIZAL** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 18 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					876,8	723	690,4	927,48	28,2	26,7	139,09	279,84	6,06
Bebida caliente	Chocolate en agua	240 cc	L008	Chocolate amargo o negro	25	25	25	155,5	1,22	10,65	12,32	20	0,9
			K033	Panela	20	20	20	72,8	0,12	0,02	18,04	8,4	0,98
Protéicos	Tortilla española	180 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	78,75	63	50,4	46,62	1,2	0,06	9,64	8,82	0,19
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			B103	Tomate. crudo	25	20	20	4,6	0,18	0,02	0,82	1,8	0,1
Energéticos	Yuca al vapor	80 Gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Sorbete de Curuba	210 cc	C021	Curuba, cruda	90	45	45	17,1	0,27	0,04	3,82	3,15	0,45
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Almuerzo					1047,17	881,47	923,46	1010,41	50,21	16,28	155,8	257,97	7,71
Sopa o Crema	Sopa de Conchitas	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
Protéicos	Pollo al vapor en salsa criolla	118 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			B103	Tomate. crudo	7,5	6	6	1,38	0,05	0,01	0,25	0,54	0,03
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	2,5	1	1	0,37	0,01	0	0,07	0,57	0
			B027	Cebolla cabezona, cruda	7,85	7,46	7,46	2,98	0,1	0,01	0,57	1,79	0,02
			B080	Pimentón rojo, crudo	2,94	2,5	2,5	0,88	0,02	0,01	0,16	0,18	0,01
			B079	Perejil, crudo	0,56	0,51	0,51	0,28	0,01	0	0,04	0,7	0,03
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Dulce	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	57,14	40	40	16	0,72	0,12	2,56	17,6	0,2
			C060	Melón, maduro, pulpa	75	30	30	7,5	0,21	0	1,5	3,3	0,12
			C072	Piña, maduro, pulpa	54,54	30	30	16,8	0,18	0,03	3,72	4,8	0,15
Leguminosa	Arveja a la jardinera	135 gr	B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	74,9	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	10	10	10	4,3	0,08	0,02	0,81	3	0,04
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	50	50	50	27,5	1,6	1,6	1,7	60	0
Energéticos	Papa Dorada al horno	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Arroz con frijol cabecita negra	111 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T007	Fríjol cabecita negra, crudo	10	10	21,4	39,1	2,16	0,14	6,05	8,1	0,57
Fruta entera, Jugo	Jugo de Naranja	210 cc	C062	Naranja, cruda	75	45	45	18,45	0,32	0,14	3,96	14,85	0,58
	Fruta: Pera	120 gr	C071	Pera, cruda	141,17	120	120	75,6	0,36	0,24	15,48	9,6	0,48
Postre	Postre de natas	40 gr	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	50	50	50	27,5	1,6	1,6	1,7	60	0
			J002	Huevo de gallina, clara	3	3	3	1,41	0,32	0,01	0,02	0,18	0
			C087	Uvas, pasas	2	2	2	6,54	0,05	0,01	1,5	0,76	0,05

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**	
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**	
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**				**FECHA:**		**22/12/2022**	
				RAIZAL		**ROM**				**SIN PERTENENCIA**			
Cena					**1005,68**	**893**	**845,86**	**897,34**	**49,17**	**13,83**	**136,55**	**307,18**	**8,62**
Sopa, Crema, Consome	**Sancocho**	**240 cc**	**B092**	**Plátano hartón, verde, crudo**	**67,64**	**46**	**40,02**	**76,36**	**0,55**	**0,09**	**18,08**	**3,68**	**0,18**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B107	**Yuca blanca, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**73,14**	**0,41**	**0,14**	**17,2**	**7,36**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Verduras salteadas**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**40**	**40**	**40**	**17,2**	**0,32**	**0,08**	**3,24**	**12**	**0,16**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**66,66**	**60**	**60**	**25,8**	**1,26**	**0**	**4,32**	**24**	**0,6**
Protéicos	**Steak a la colombiana**	**100 gr**	**F099**	**Res, carne magra, cruda**	**160**	**160**	**100,8**	**222,4**	**34,88**	**9,12**	**0**	**9,6**	**4,32**
Energéticos	**Papa a la francesa**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**100**	**100**	**80**	**98**	**2,1**	**0,1**	**21,4**	**7**	**0,8**
Cereales	**Arroz con cebollín**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B030	**Cebolla puerro, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**6,9**	**0,16**	**0,01**	**1,44**	**5,8**	**0,08**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de mora**	**210 cc**	**C061**	**Mora de castilla**	**50**	**45**	**45**	**33,3**	**0,45**	**0,04**	**6,57**	**18,9**	**0,76**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Mandarina	**120 gr**	**C050**	**Mandarina**	**171,42**	**120**	**120**	**64,8**	**1,08**	**0,12**	**13,68**	**42**	**0,36**
Postre	**Postre: Dulce de mora**	**40 gr**	**C061**	**Mora de Castilla, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**29,6**	**0,4**	**0,04**	**5,84**	**16,8**	**0,68**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3042,75	127,58	72,81	447,32	844,98	22,42
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,92	117,32	112,99	112,18	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **COMUNIDAD INDÍGENA**	**FECHA:**	**22/12/2022**
	RAIZAL / **ROM**	**SIN PERTENENCIA**	

MENU 19 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					699,22	429	409	527,6	18,92	16,65	71,7	164,81	4,06
Bebida caliente	Café negro campesino	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	14	14	14	67,06	1,99	1,72	9,45	18,2	0,81
			K033	Panela	10	10	10	36,4	0,06	0,01	9,02	4,2	0,49
Protéicos	Huevos con Jamón	90 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			B104	Tomate chonto, pulpa, escaldado	5	5	5	1,25	0,04	0	0,22	0,6	0,04
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
			F051	Jamón de cerdo y res, tipo sánduche, precocido	30	30	30	64,5	3,42	4,65	2,22	2,4	0,18
Energéticos	Moneditas de plátano	80 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
Cereales	Buñuelos	50 gr	A046	Maíz blanco, trillado	10	10	10	35,7	0,87	0,09	7,79	1	0,2
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	10	10	10	30,1	1,75	2,55	0,03	58,6	0,04
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	14,82	13,34	13,34	19,88	1,68	1,44	0,04	7,07	0,23
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	16,66	16,66	16,66	9,16	0,53	0,53	0,57	19,99	0
Fruta	Jugo de Piña	210 cc	C072	Piña, maduro, pulpa	81,81	45	45	25,2	0,27	0,04	5,58	7,2	0,22
	Fruta: Melón en cuadritos	120 gr	C060	Melón, maduro, pulpa	300	120	120	30	0,84	0	6	13,2	0,48
Almuerzo					1241,21	802	747,22	854,46	51,27	20,29	109,09	391,62	20,12
Sopa o Crema	Crema de Zanahoria	240 cc	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B006	Ahuyama, cruda	47,05	40	36,4	12	0,32	0,08	2,32	8	0,32
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	100	100	100	55	3,2	3,2	3,4	120	0
Protéicos	Hígado a la plancha	100 gr	F109	Res, hígado, crudo	180	180	100,8	248,4	36,72	8,1	7,02	16,2	15,12
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de apio	105 gr	B014	Apio, crudo	140	70	70	18,2	0,49	0,14	3,22	29,4	0,28
			B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B077	Pepino cohombro, crudo	13,33	10	10	1,4	0,05	0,01	0,23	1,8	0,03
			B030	Cebolla puerro, cruda	5,26	5	5	3,45	0,08	0	0,72	2,9	0,04
Energéticos	Arracacha en chips	80 gr	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	125	100	80	114	0,9	0,1	26,3	24	1,1
Cereales	Arroz con ajonjolí	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T001	Ajonjoli o sésamo, crudo	10	10	10	64,8	2,04	5,22	1,82	97,5	1,27
Fruta entera, Jugo	Jugo de Mandarina	210 cc	C050	Mandarina,zumo	90	45	45	24,3	0,4	0,04	5,13	15,75	0,14
	Fruta: Granadilla	120 gr	C028	Granadilla, entera	400	120	120	114	2,52	1,92	17,88	14,4	1,08
Postre	Natilla casera	40 gr	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	2,29	2,29	2,29	8,7	0,21	0,08	1,69	0,09	0,06
			J009	Huevo de gallina, yema, crudo	0,07	0,07	0,07	0,25	0,01	0,02	0	0,09	0
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	34,21	34,21	34,21	18,82	1,09	1,09	1,16	41,05	0
			K033	Panela	3,43	3,43	3,43	12,48	0,02	0	3,09	1,44	0,17

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				INDÍGENA		COMUNIDAD INDÍGENA			FECHA:		22/12/2022		
				RAIZAL		ROM			SIN PERTENENCIA				
Cena					934,69	815	770,7	1354,3	59,78	25,03	210,98	218,3	186,28
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de Conchitas**	**240 gr**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	20	20	20	8,6	0,16	0,04	1,62	6	0,08
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	35	35	31,5	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B052	**Habichuela, cruda**	22,22	20	20	8,6	0,42	0	1,44	8	0,2
Leguminosa	**Fríjol Cargamanto guisado**	**115 gr**	**T011**	**Fríjol cargamanto rojo, crudo**	35	35	74,9	135,1	7,98	0,52	21,14	41,65	1,86
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Repollo**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	42,85	30	30	12	0,54	0,09	1,92	13,2	0,15
			B103	**Tomate. crudo**	56,25	45	45	10,35	0,4	0,04	1,84	4,05	0,22
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	21,05	20	20	8	0,28	0,02	1,54	4,8	0,06
			C044	**Limón, crudo**	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Protéicos	**Carne de Cerdo a la plancha**	**100 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	160	160	100,8	209,6	32,8	8,64	0,32	12,8	1,92
Energéticos	**Papa Dorada al horno**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	**Arroz Amarillo**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Tomate de árbol**	**210 cc**	**C082**	**Tomate de árbol rojo, crudo**	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Naranja	**120 gr**	**C062**	**Naranja Entera**	200	120	120	49,2	0,84	0,36	10,56	39,6	1,56
Postre	**Postre: Cocadas**	**40 gr**	**C020**	**Coco, deshidratado**	40	40	40	237,2	1,52	14,04	22,76	32	173,76
			K033	**Panela**	50	50	5	182	0,3	0,05	45,1	21	2,45
	Azúcares y Grasas				40	40	40	239,28	0	16	23,83	0	0,02
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**24 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	24	24	24	95,28	0	0	23,83	0	0,02
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	16	16	16	144	0	16	0	0	0
TOTAL MENÚ								2975,64	129,98	77,97	415,61	774,74	210,49
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,61	119,52	120,99	104,23	0	0

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS	**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND-04473**

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 19 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					948,61	585	565	724,2	25,4	23,36	98,82	433,35	4,69
Bebida caliente	Agua de panela	240 cc	K033	Panela	25	25	25	91	0,15	0,02	22,55	10,5	1,22
Protéicos	Huevos pericos criollos	120 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	111,11	100	100	149	12,6	10,8	0,3	53	1,7
			B103	Tomate. crudo	12,5	10	10	2,3	0,09	0,01	0,41	0,9	0,05
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	25	10	10	3,7	0,12	0,01	0,68	5,7	0,05
Energéticos	Yuca al horno con queso	110 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	30	30	30	90,3	5,25	7,65	0,09	175,8	0,12
Cereales	Mogolla integral	25 gr	A057	Mogolla, horneada	25	25	25	46,5	1,32	0,68	8,79	4,95	0,38
Fruta	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
	Sorbete de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
Almuerzo					971,58	734	750,39	972,17	45,05	12,93	161,24	157,1	8,06
Sopa o Crema	Sopa Minestrone	240 cc	A072	Pasta alimenticia, enriquecida, cruda	50	50	43,5	185,5	6,5	0,75	37,35	12,5	1,95
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,85	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Pescado apanado	135 gr	E043	Tilapia, filete, cruda	161,29	100	100	96	20,1	1,7	0	10	0,6
			A087	Migas de pan, secas	10	10	10	39,8	1	0,68	7,23	4	0,36
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Jardinera	125 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	35	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	30	30	30	12,9	0,24	0,06	2,43	9	0,12
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
Energéticos	Papa a la francesa	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arroz Amarillo	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta:Papaya en rodajas	120 gr	C066	Papaya, pintona, cruda	151,89	120	120	56,4	0,6	0,12	11,88	26,4	0,36
Postre	Galletas con crema	40 gr	A025	Galletas dulces, tipo wafer	40	40	40	182	2,16	6,08	29,28	19,2	1,2

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1001,36**	**817,79**	**899,026**	**1144,77**	**48,44**	**20,36**	**179,75**	**145,09**	**8,89**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Tomate**	**240 cc**	**B103**	**Tomate. crudo**	**25**	**20**	**20**	**4,6**	**0,18**	**0,02**	**0,82**	**1,8**	**0,1**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			A034	**Fécula de maíz blanco, precocida**	**40**	**40**	**40**	**152**	**3,64**	**1,48**	**29,56**	**1,6**	**1,08**
Leguminosa	**Garbanzo jardinera**	**175 gr**	**T019**	**Garbanzo seco, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**137,55**	**6,96**	**1,92**	**20,58**	**42**	**2,24**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10**	**10**	**10**	**4,3**	**0,08**	**0,02**	**0,81**	**3**	**0,04**
			B018	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**74,9**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
Protéicos	**Goulash de pollo**	**130 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10,61**	**10,61**	**8,912**	**4,56**	**0,08**	**0,02**	**0,86**	**3,18**	**0,04**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**11,76**	**10,59**	**10,59**	**4,55**	**0,22**	**0**	**0,76**	**4,24**	**0,1**
			B103	**Tomate. crudo**	**6,62**	**5,3**	**5,3**	**1,22**	**0,05**	**0**	**0,22**	**0,48**	**0,03**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**5,56**	**5,29**	**5,29**	**2,12**	**0,07**	**0**	**0,41**	**1,27**	**0,02**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada de Aguacate**	**100 gr**	**C002**	**Aguacate Lorena, crudo**	**38,96**	**30**	**30**	**53,7**	**0,48**	**3,99**	**3**	**3**	**0,12**
			B103	**Tomate. crudo**	**37,5**	**30**	**30**	**6,9**	**0,27**	**0,03**	**1,23**	**2,7**	**0,15**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**21,05**	**20**	**20**	**8**	**0,28**	**0,02**	**1,54**	**4,8**	**0,06**
			B059	**Lechuga común, cruda**	**36,36**	**20**	**20**	**3,6**	**0,16**	**0,02**	**0,52**	**4,2**	**0,18**
Energéticos	**Moneditas de plátano**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz verde**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B044	**Espinaca, cruda**	**16,66**	**10**	**10**	**3,4**	**0,29**	**0,02**	**0,38**	**12,3**	**0,24**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Curuba**	**210 cc**	**C021**	**Curuba, cruda**	**90**	**45**	**45**	**17,1**	**0,27**	**0,04**	**3,82**	**3,15**	**0,45**
	Fruta: Pera	**120 gr**	**C071**	**Pera, cruda**	**141,17**	**120**	**120**	**75,6**	**0,36**	**0,24**	**15,48**	**9,6**	**0,48**
Postre	**Torta de banano**	**40 gr**	**A040**	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**16,89**	**16,89**	**16,89**	**60,8**	**2,11**	**0,29**	**12,21**	**2,53**	**0,73**
			P016	**Banano pacífico, crudo**	**25,95**	**16,87**	**16,87**	**18,89**	**0,18**	**0,03**	**4,45**	**1,01**	**0,07**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**6,24**	**5,62**	**5,62**	**8,37**	**0,71**	**0,61**	**0,02**	**2,98**	**0,1**
			K033	**Panela**	**5,62**	**5,62**	**3,934**	**20,46**	**0,03**	**0**	**5,07**	**2,36**	**0,28**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3048,66	118,89	72,65	455,71	735,54	21,66
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								105,13	109,32	112,74	114,28	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	**INDÍGENA** / **RAIZAL** / **COMUNIDAD INDÍGENA** / **ROM**	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 20 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1155,81	827	807	775,84	42,8	27,58	87,11	377,6	4,99
Bebida caliente	Avena en leche	240 cc	A029	Harina de avena, cruda	22	22	22	91,08	3,23	1,89	14,56	11,88	0,88
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Consome de Pescado	240 gr	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	117,64	100	100	165	15,5	11,4	0	8	0,6
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	30	30	30	28,8	0,66	0,03	6,33	3,3	0,3
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
Energéticos	Papa Dorada al horno	80 gr	B067	Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal	100	100	80	98	2,1	0,1	21,4	7	0,8
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	100 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	66,66	66,66	66,66	103,99	2,27	0,33	23	12,66	0,33
			G015	Queso campesino	33,34	33,34	33,34	27,67	3,67	0,5	2,13	0	0
Fruta	Jugo de Cholupa	210 cc	C056	Cholupa, madura, pulpa	140,62	45	45	27	0,68	0,22	5,58	4,05	0,76
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Almuerzo					1177,5	794	777,36	1236,91	61,01	19,45	193,4	258,28	9,42
Sopa o Crema	Sopa de 4 granos	240 cc	A012	Avena en hojuelas, precocida	46	46	40,02	189,06	7,77	3,45	29,49	24,84	2,07
			A014	Cebada, perlada, cruda	15	15	15	57,75	1,88	0,27	10,82	5,4	0,4
			A018	Cuchuco de trigo, crudo	15	15	15	53,7	1,92	0,18	11,1	7,5	0,64
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	57,5	46	40,02	34,04	0,87	0,05	7,04	6,44	0,14
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	35	35	31,5	42	2,34	0,1	6,9	6,65	0,52
Protéicos	Arroz chino (Carnes)	100 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	53,76	50	42	83	10,35	4,6	0,05	5,5	0,35
			F099	Res, carne magra, cruda	40	40	25,2	55,6	8,72	2,28	0	2,4	1,08
			F025	Cerdo, pierna o pernil, cruda	40	40	33,6	52,4	8,2	2,16	0,08	3,2	0,48
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada paisa	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			A053	Maíz tierno, crudo	25	15	15	22,8	0,51	0,18	4,58	0,75	0,12
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Puré de Papa	100 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			G008	Leche de vaca, entera, en polvo	10	10	10	49,9	2,63	2,66	3,84	94	0,05
Cereales	Arroz chino	110 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			T030	Raices chinas	15	15	15	71,85	5,48	3,1	4,32	39,45	1,34
			16124	Salsa de Soya	5	5	5	3	0,52	0	0,28	1	0,12
Fruta entera, Jugo	Jugo de Uva negra	210 cc	C086	Uva negra	50	45	45	22,95	0,18	0	5,44	3,6	0,18
	Fruta: Mango	120 gr	C051	Mango, maduro, pulpa	400	120	120	94,8	0,72	0	20,52	18	0,6
Postre	Gelatina de fruta	40 gr	K018	Gelatina con azúcar, en polvo	40	40	40	156,8	3,32	0	35,92	0	0

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**871,6**	**684**	**676,8**	**935,58**	**38,04**	**16,26**	**154,51**	**155,75**	**6,74**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Maiz**	**240 cc**	**A044**	**Maíz amarillo, trillado**	**40**	**40**	**40**	**138,8**	**3,52**	**0,32**	**30,4**	**2,8**	**0,84**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada Tropical**	**100 gr**	**B099**	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
			C072	**Piña, maduro, pulpa**	**36,36**	**20**	**20**	**11,2**	**0,12**	**0,02**	**2,48**	**3,2**	**0,1**
			B059	**Lechuga común, cruda**	**100**	**55**	**55**	**9,9**	**0,44**	**0,06**	**1,43**	**11,55**	**0,5**
			C087	**Uvas, pasas**	**5**	**5**	**5**	**16,35**	**0,12**	**0,02**	**3,76**	**1,9**	**0,12**
Protéicos	**Pollo al Vinagre Balsámico**	**100 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**129,03**	**120**	**100,8**	**199,2**	**24,84**	**11,04**	**0,12**	**13,2**	**0,84**
			L018	**Vinagre**	**10**	**10**	**10**	**2,4**	**0**	**0**	**0,6**	**0,7**	**0,05**
Energéticos	**Papa Salada con mayonesa**	**80 gr**	**B068**	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**125**	**100**	**80**	**74**	**1,9**	**0,1**	**15,3**	**14**	**0,3**
			N002	**Mayonesa, baja en grasa**	**4**	**4**	**4**	**12,32**	**0,04**	**1,28**	**0,16**	**0,4**	**0,01**
Cereales	**Arroz con ajonjolí**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			T001	**Ajonjoli o sésamo, crudo**	**5**	**5**	**5**	**32,4**	**1,02**	**2,61**	**0,91**	**48,75**	**0,64**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Naranja**	**210 cc**	**C062**	**Naranja, cruda**	**75**	**45**	**45**	**18,45**	**0,32**	**0,14**	**3,96**	**14,85**	**0,58**
	Fruta: Banano maduro	**120 gr**	**C010**	**Banano común, crudo**	**171,42**	**120**	**120**	**121,2**	**1,8**	**0,12**	**26,76**	**9,6**	**1,08**
Postre	**Caramelado de lulo**	**40 gr.**	**K017**	**Dulce de lulo**	**40**	**40**	**40**	**60,16**	**0,18**	**0,29**	**14,21**	**0**	**0**
			K033	**Panela**	**20**	**20**	**2**	**72,8**	**0,12**	**0,02**	**18,04**	**8,4**	**0,98**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3155,85	141,85	79,29	450,91	791,62	21,16
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								108,82	130,43	123,05	113,08	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / RAIZAL / COMUNIDAD INDÍGENA / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 20 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					798,78	680	660	716,4	30,94	22,05	91,6	517,15	3,19
Bebida caliente	Colada de Vainilla	240 cc	A034	Fécula de maíz blanco, precocida	40	40	40	152	3,64	1,48	29,56	1,6	1,08
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	200	200	200	110	6,4	6,4	6,8	240	0
			2050	Vainilla	5	5	5	14,4	0	0	0,63	0,55	0,01
Protéicos	Huevos revueltos con queso	90 gr	J004	Huevo de gallina, entero, crudo	55,55	50	50	74,5	6,3	5,4	0,15	26,5	0,85
			G015	Queso campesino	40	40	40	33,2	4,4	0,6	2,56	0	0
Energéticos	Papa en chips	80 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	125	100	80	74	1,9	0,1	15,3	14	0,3
Cereales	Arepas de maiz amarillo con queso	80 gr	A005	Arepa de maíz amarillo, sin sal	50	50	50	78	1,7	0,25	17,25	9,5	0,25
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	30	30	30	90,3	5,25	7,65	0,09	175,8	0,12
Fruta	Fruta: Mandarina	120 gr	C050	Mandarina	171,42	120	120	64,8	1,08	0,12	13,68	42	0,36
	Jugo de Piña	210 cc	C072	Piña, maduro, pulpa	81,81	45	45	25,2	0,27	0,04	5,58	7,2	0,22
Almuerzo					1278,66	937	878,3	1210,11	56,73	39,48	150,43	366,2	168,24
Sopa o Crema	Consome de Pescado	240 cc	E005	Bagre, graso, sin cabeza, crudo	141,17	120	84	198	18,6	13,68	0	9,6	0,72
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	50	20	20	7,4	0,24	0,02	1,36	11,4	0,1
			B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	50	50	43,5	48	1,1	0,05	10,55	5,5	0,5
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Protéicos	Pescado a las finas hierbas	100 gr	E007	Pescado, Bagre, magro, sin cabeza, crudo	130,43	120	100,8	111,6	21	2,88	0,24	22,8	2,28
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada Tropical	100 gr	B099	Repollo blanco, crudo	28,57	20	20	8	0,36	0,06	1,28	8,8	0,1
			C072	Piña, maduro, pulpa	36,36	20	20	11,2	0,12	0,02	2,48	3,2	0,1
			B059	Lechuga común, cruda	100	55	55	9,9	0,44	0,06	1,43	11,55	0,5
			C087	Uvas, pasas	5	5	5	16,35	0,12	0,02	3,76	1,9	0,12
Energéticos	Yuca al horno con queso	90 gr	B107	Yuca blanca, sin cáscara, cruda	125	100	80	159	0,9	0,3	37,4	16	0,3
			G017	Queso madurado, semigraso, tipo campesino	10	10	10	30,1	1,75	2,55	0,03	58,6	0,04
Cereales	Arroz blanco	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
Fruta entera, Jugo	Sorbete de fresa	210 cc	C026	Fresa, pintona, cruda	47,36	45	45	17,1	0,36	0,14	3,15	9	0,18
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	120	120	120	66	3,84	3,84	4,08	144	0
	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr.	C079	Sandía, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
Postre	Postre: Cocadas	40 gr	C020	Coco, deshidratado	37	37	37	219,41	1,41	12,99	21,05	29,6	160,73
			K033	Panela	30	30	3	109,2	0,18	0,03	27,06	12,6	1,47

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**950,62**	**759**	**725,42**	**872,46**	**50,73**	**11,58**	**137,23**	**181,29**	**7,41**
Sopa, Crema, Consome	**Cuchuco de Trigo**	**240 cc**	**A018**	**Cuchuco de trigo, crudo**	**60**	**60**	**60**	**214,8**	**7,68**	**0,72**	**44,4**	**30**	**2,58**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada caliente**	**100 gr**	**B109**	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**40**	**40**	**40**	**17,2**	**0,32**	**0,08**	**3,24**	**12**	**0,16**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**44,44**	**40**	**40**	**17,2**	**0,84**	**0**	**2,88**	**16**	**0,4**
			B098	**Remolacha, sin cáscara, cruda**	**25**	**20**	**20**	**10,6**	**0,28**	**0,02**	**2,06**	**3,2**	**0,16**
Protéicos	**Cerdo BBQ asado**	**110 gr**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
			L017	**Salsa de tomate**	**8**	**8**	**8**	**8,72**	**0,1**	**0,02**	**2**	**1,36**	**0,04**
Energéticos	**Papa al vapor**	**80 gr**	**B067**	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**100**	**100**	**80**	**98**	**2,1**	**0,1**	**21,4**	**7**	**0,8**
Cereales	**Arroz blanco**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Sandía con limon**	**210 cc**	**C079**	**Sandía, cruda**	**112,5**	**45**	**45**	**7,65**	**0,18**	**0**	**1,66**	**1,8**	**0,14**
			C044	**Limón, crudo**	**10**	**5**	**5**	**2,2**	**0,02**	**0,02**	**0,46**	**0,95**	**0,02**
	Fruta: Piña en rodajas	**120 gr**	**C072**	**Piña, maduro, pulpa**	**218,18**	**120**	**120**	**67,2**	**0,72**	**0,12**	**14,88**	**19,2**	**0,6**
Postre	**Postre de natas**	**40 gr**	**G012**	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**50**	**50**	**50**	**27,5**	**1,6**	**1,6**	**1,7**	**60**	**0**
			J002	**Huevo de gallina, clara**	**3**	**3**	**3**	**1,41**	**0,32**	**0,01**	**0,02**	**0,18**	**0**
			C087	**Uvas, pasas**	**2**	**2**	**2**	**6,54**	**0,05**	**0,01**	**1,5**	**0,76**	**0,05**
	Azúcares y Grasas				**40**	**40**	**40**	**239,28**	**0**	**16**	**23,83**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**24 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**24**	**24**	**24**	**95,28**	**0**	**0**	**23,83**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3038,25	138,4	89,11	403,09	1064,64	178,86
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								104,77	127,26	138,28	101,09	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 21 OPCION 1

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					772,7	680	634,8	656,4	36,46	20,5	76,46	354,75	3,75
Bebida caliente	Té con leche	240 cc	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
			H018	Té, infusión al 2%, sin azúcar	5	5	5	0,2	0	0	0,05	0,25	0,01
Protéicos	Albóndigas de pollo	140 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			A087	Migas de pan, secas	20	20	20	79,6	2	1,36	14,46	8	0,72
Energéticos	Arracacha en chips	100 gr	B017	Arracacha morada, sin cáscara, cruda	162,5	130	104	148,2	1,17	0,13	34,19	31,2	1,43
Fruta	Jugo de Lulo	210 cc	C045	Lulo, pulpa	75	45	45	21,6	0,4	0,04	4	4,5	0,27
	Fruta: Pera	120 gr	C071	Pera, cruda	141,17	120	120	75,6	0,36	0,24	15,48	9,6	0,48
Almuerzo					1070,74	885,26	796,72	923,14	49,84	11,3	149,15	242,63	4,43
Sopa o Crema	Sopa de guineo	240 cc	B092	Plátano hartón, verde, crudo	67,64	46	40,02	76,36	0,55	0,09	18,08	3,68	0,18
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	62,5	50	43,5	37	0,95	0,05	7,65	7	0,15
			B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	22	22	20,02	9,46	0,18	0,04	1,78	6,6	0,09
			B052	Habíchuela, cruda	24,44	22	20,02	9,46	0,46	0	1,58	8,8	0,22
Protéicos	Goulash de res	180 gr	F118	Res, pierna, cruda	160	160	100,8	193,6	34,88	6,08	0	32	0
			B018	Arveja verde, cocida, sin sal	20	20	17,6	24	1,34	0,06	3,94	3,8	0,3
			B110	Zanahoria, sin cáscara, cruda	23,52	20	20	9,4	0,14	0,02	1,9	5,4	0,08
			B052	Habíchuela, cruda	22,22	20	20	8,6	0,42	0	1,44	8	0,2
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			B080	Pimentón rojo, crudo	7,05	6	6	2,1	0,06	0,02	0,38	0,42	0,02
			B014	Apio, crudo	12	6	6	1,56	0,04	0,01	0,28	2,52	0,02
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada paisa	100 gr	B059	Lechuga común, cruda	72,72	40	40	7,2	0,32	0,04	1,04	8,4	0,36
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			A053	Maíz tierno, crudo	25	15	15	22,8	0,51	0,18	4,58	0,75	0,12
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Aborrajado de plátano	115 gr	B089	Plátano hartón, maduro, crudo	138,88	100	80	132	1,1	0,2	30,3	3	0,5
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	5	5	5	18	0,62	0,08	3,62	0,75	0,22
			G021	Queso Doble Crema tajado	5,26	5,26	5,26	15,04	1,23	0,98	0,31	21,3	0,03
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	5	5	5	2,75	0,16	0,16	0,17	6	0
Cereales	Arroz al Curry	90 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			P050	Cúrcuma	12,5	2	2	7,52	0,11	0,47	0,5	1,34	0,06
Fruta entera, Jugo	Jugo de Tomate de árbol	210 cc	C082	Tomate de árbol rojo, crudo	52,32	45	45	24,75	0,9	0,09	4,59	4,5	0,4
	Fruta: Manzana	120 gr	C054	Manzana nacional	141,17	120	120	86,4	0,36	0,24	19,8	19,2	0,36
Postre	Mielmesabe	40 gr	G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	70	70	35	38,5	2,24	2,24	2,38	84	0
			K033	Panela	11	11	5,5	40,04	0,07	0,01	9,92	4,62	0,54

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**								**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**								**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO				**INDÍGENA**		**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
				RAIZAL		**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1187,48**	**831**	**858,62**	**1180,24**	**49,51**	**30,16**	**170,03**	**167,44**	**8,32**
Sopa, Crema, Consome	**Sopa de fideos**	**240 cc**	**A072**	**Pasta alimenticia, enriquecida, cruda**	**50**	**50**	**43,5**	**185,5**	**6,5**	**0,75**	**37,35**	**12,5**	**1,95**
			B068	**Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda**	**57,5**	**46**	**40,02**	**34,04**	**0,87**	**0,05**	**7,04**	**6,44**	**0,14**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
Leguminosa	**Arveja a la jardinera**	**100 gr**	**B018**	**Arveja verde, cocida, sin sal**	**35**	**35**	**74,9**	**42**	**2,34**	**0,1**	**6,9**	**6,65**	**0,52**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**10**	**10**	**10**	**4,3**	**0,08**	**0,02**	**0,81**	**3**	**0,04**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**15**	**15**	**15**	**8,25**	**0,48**	**0,48**	**0,51**	**18**	**0**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Pepino salteado**	**100 gr**	**B078**	**Pepino, crudo**	**66,66**	**60**	**60**	**12,6**	**0,36**	**0,12**	**2,28**	**9**	**0,42**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
Protéicos	**Rollo de pollo**	**140 gr**	**F085**	**Pollo, pechuga con piel, cruda**	**139,78**	**130**	**109,2**	**215,8**	**26,91**	**11,96**	**0,13**	**14,3**	**0,91**
			B027	**Cebolla cabezona, cruda**	**10,52**	**10**	**10**	**4**	**0,14**	**0,01**	**0,77**	**2,4**	**0,03**
			A040	**Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda**	**15**	**15**	**15**	**54**	**1,88**	**0,26**	**10,84**	**2,25**	**0,64**
			J004	**Huevo de gallina, entero, crudo**	**16,66**	**15**	**15**	**22,35**	**1,89**	**1,62**	**0,04**	**7,95**	**0,26**
Energéticos	**Pataconas de plátano**	**100 gr**	**B092**	**Plátano hartón, verde, crudo**	**147,05**	**100**	**80**	**166**	**1,2**	**0,2**	**39,3**	**8**	**0,4**
Cereales	**Arroz con perejil**	**100 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			B079	**Perejil, crudo**	**11,11**	**10**	**10**	**5,5**	**0,29**	**0,1**	**0,69**	**13,8**	**0,66**
Fruta entera, Jugo	**Jugo de Mandarina**	**210 cc**	**C050**	**Mandarina,zumo**	**90**	**45**	**45**	**24,3**	**0,4**	**0,04**	**5,13**	**15,75**	**0,14**
	Fruta: Melón en cuadritos	**120 gr**	**C060**	**Melón, maduro, pulpa**	**300**	**120**	**120**	**30**	**0,84**	**0**	**6**	**13,2**	**0,48**
Postre	**Cocadas**	**40 gr**	**C019**	**Coco, crudo**	**88,88**	**40**	**40**	**160,8**	**1,44**	**14,2**	**5,04**	**2,8**	**0,52**
			K033	**Panela**	**10**	**10**	**1**	**36,4**	**0,06**	**0,01**	**9,02**	**4,2**	**0,49**
	Azúcares y Grasas				**32**	**32**	**32**	**207,52**	**0**	**16**	**15,89**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**16 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**16**	**16**	**16**	**63,52**	**0**	**0**	**15,89**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								2967,3	135,8	77,96	411,54	764,82	16,51
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								102,32	124,88	120,98	103,21	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE	**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**	**DEPARTAMENTO**	**HUILA**
CONTRATO	**CO1.PCCNTR.4334306**	**MUNICIPIO**	**CAMPOALEGRE**
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA / COMUNIDAD INDÍGENA / RAIZAL / ROM	**FECHA:**	**22/12/2022**
		SIN PERTENENCIA	

MENU 21 OPCION 2

COMPONENTE	PREPARACIÓN	PORCIÓN SERVIDA	CÓDIGO TCAC	NOMBRE DEL ALIMENTO (Ingredientes)	PESO BRUTO (g)	PESO NETO (g)	PESO SERVIDO (g)	CALORÍAS Y NUTRIENTES					
								CALORIAS (Kcal)	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CHO (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
Desayuno					1109,22	802	706,8	824,88	40,92	46,12	57,39	370,95	4,95
Bebida caliente	Café con leche	240 cc	L006	Café tostado y molido, en polvo	7	7	7	33,53	0,99	0,86	4,72	9,1	0,41
			G012	Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	240	240	240	132	7,68	7,68	8,16	288	0
Protéicos	Caldo de costilla con huevo	240 cc	F107	Res, costilla, cruda	219,17	160	100,8	459,2	27,36	37,28	3,68	14,4	2,56
			B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	75	60	48	44,4	1,14	0,06	9,18	8,4	0,18
			B035	Cilantro, crudo	5,55	5	5	2,2	0,12	0,03	0,3	4,1	0,09
Energéticos	Papa chorreada	140 gr	B068	Papa, variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cruda	150	120	96	88,8	2,28	0,12	18,36	16,8	0,36
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			B029	Cebolla junca, tallos, cruda	12,5	5	5	1,85	0,06	0	0,34	2,85	0,02
Fruta	Fruta: Patilla en rodajas	120 gr	C079	Sandia, cruda	300	120	120	20,4	0,48	0	4,44	4,8	0,36
	Jugo de Mora	210 cc	C061	Mora de castilla	50	45	45	33,3	0,45	0,04	6,57	18,9	0,76
Almuerzo					905,69	709	703,32	990,99	44,02	18,08	157,73	177,38	9,74
Sopa o Crema	Ajiaco Santafereño	240 cc	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	46	46	40,02	44,16	1,01	0,05	9,71	5,06	0,46
			T011	Fríjol cargamanto rojo, crudo	10	10	10	38,6	2,28	0,15	6,04	11,9	0,53
			B047	Guascas, crudas	28,57	10	10	5	0,32	0,05	0,83	24,5	0,71
			G001	Crema de leche	2	2	2	6,6	0,04	0,7	0,03	1,36	0
Protéicos	Rollo de pollo	150 gr	F085	Pollo, pechuga con piel, cruda	129,03	120	100,8	199,2	24,84	11,04	0,12	13,2	0,84
			B027	Cebolla cabezona, cruda	10,52	10	10	4	0,14	0,01	0,77	2,4	0,03
			A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	15	15	15	54	1,88	0,26	10,84	2,25	0,64
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	27,77	25	25	37,25	3,15	2,7	0,08	13,25	0,42
Verdura/hortaliza/ legumbre	Ensalada de Espinaca	100 gr	B109	Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal	25	25	25	10,75	0,2	0,05	2,02	7,5	0,1
			B044	Espinaca, cruda	50	30	30	10,2	0,87	0,06	1,14	36,9	0,72
			B103	Tomate. crudo	50	40	40	9,2	0,36	0,04	1,64	3,6	0,2
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
Energéticos	Papa Criolla dorada	100 gr	B071	Papa, variedad harinosa, criolla, con cáscara, cruda	100	100	80	96	2,2	0,1	21,1	11	1
Cereales	Arroz a la Naranja	100 gr	A010	Arroz blanco, pulido, crudo	40	40	90	141,2	2,68	0,16	32,04	3,6	0,32
			C062	Naranja, cruda	16,66	10	10	4,1	0,07	0,03	0,88	3,3	0,13
Fruta entera, Jugo	Jugo de Melón con limon	210 cc	C060	Melón, maduro, pulpa	112,5	45	45	11,25	0,32	0	2,25	4,95	0,18
			C044	Limón, crudo	10	5	5	2,2	0,02	0,02	0,46	0,95	0,02
	Fruta: Banano maduro	120 gr	C010	Banano común, crudo	171,42	120	120	121,2	1,8	0,12	26,76	9,6	1,08
Postre	Torta de chocolate	40 gr	A040	Harina de trigo, fortificada, todo propósito, cruda	9	9	9	32,4	1,12	0,15	6,51	1,35	0,39
			L008	Chocolate amargo o negro	5	5	5	31,1	0,24	2,13	2,46	4	0,18
			J004	Huevo de gallina, entero, crudo	2,22	2	2	2,98	0,25	0,22	0,01	1,06	0,03
			K033	Panela	35	35	24,5	127,4	0,21	0,04	31,57	14,7	1,72

GLADYS CERQUERA DE BEDOYA

Servicios de Catering, Buffet, Logística y Organización de Eventos

ANÁLISIS NUTRICIONAL

RACION PREPARADA Y SERVIDA CALIENTE

CONTRATANTE		**SENA CENTRO AGROPECUARIO LA ANGOSTURA**							**DEPARTAMENTO**		**HUILA**		
CONTRATO		**CO1.PCCNTR.4334306**							**MUNICIPIO**		**CAMPOALEGRE**		
GRUPO ÉTNICO			**INDÍGENA**			**COMUNIDAD INDÍGENA**			**FECHA:**		**22/12/2022**		
			RAIZAL			**ROM**			**SIN PERTENENCIA**				
Cena					**1353,85**	**924,25**	**930,57**	**1077,85**	**55,94**	**18,2**	**162,01**	**379,26**	**9,73**
Sopa, Crema, Consome	**Crema de Apio**	**240 cc**	**B014**	**Apio, crudo**	**40**	**20**	**20**	**5,2**	**0,14**	**0,04**	**0,92**	**8,4**	**0,08**
			B067	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**46**	**46**	**40,02**	**45,08**	**0,97**	**0,05**	**9,84**	**3,22**	**0,37**
			B052	**Habíchuela, cruda**	**22,22**	**20**	**20**	**8,6**	**0,42**	**0**	**1,44**	**8**	**0,2**
			B109	**Zanahoria, sin cáscara, cocida, sin sal**	**20**	**20**	**20**	**8,6**	**0,16**	**0,04**	**1,62**	**6**	**0,08**
			G008	**Leche de vaca, entera, en polvo**	**3,68**	**3,68**	**3,68**	**18,36**	**0,97**	**0,98**	**1,41**	**34,59**	**0,02**
Leguminosa	**Fríjol Nima guisado**	**136 gr**	**T015**	**Fríjol nima, crudo**	**35**	**35**	**74,9**	**129,5**	**6,79**	**0,42**	**21,38**	**54,25**	**2,8**
			B067	**Papa variedad cerosa, sabanera, sin cáscara, cocida, sin sal**	**25**	**25**	**25**	**24,5**	**0,52**	**0,02**	**5,35**	**1,75**	**0,2**
			B029	**Cebolla junca, tallos, cruda**	**15**	**6**	**6**	**2,22**	**0,07**	**0,01**	**0,41**	**3,42**	**0,03**
Verdura/hortaliza/ Legumbre	**Ensalada blanca**	**100 gr**	**B027**	**Cebolla cabezona, cruda**	**42,1**	**40**	**40**	**16**	**0,56**	**0,04**	**3,08**	**9,6**	**0,12**
			B077	**Pepino cohombro, crudo**	**53,33**	**40**	**40**	**5,6**	**0,2**	**0,04**	**0,92**	**7,2**	**0,12**
			B099	**Repollo blanco, crudo**	**28,57**	**20**	**20**	**8**	**0,36**	**0,06**	**1,28**	**8,8**	**0,1**
Protéicos	**Carne de Cerdo a la plancha**	**100 gr.**	**F025**	**Cerdo, pierna o pernil, cruda**	**160**	**160**	**102,4**	**209,6**	**32,8**	**8,64**	**0,32**	**12,8**	**1,92**
Energéticos	**Tajadas de plátano**	**100 gr**	**B089**	**Plátano hartón, maduro, crudo**	**138,88**	**100**	**80**	**132**	**1,1**	**0,2**	**30,3**	**3**	**0,5**
Cereales	**Arroz al Curry**	**90 gr**	**A010**	**Arroz blanco, pulido, crudo**	**40**	**40**	**90**	**141,2**	**2,68**	**0,16**	**32,04**	**3,6**	**0,32**
			P050	**Cúrcuma**	**12,5**	**2**	**2**	**7,52**	**0,11**	**0,47**	**0,5**	**1,34**	**0,06**
Fruta entera, Jugo	**Sorbete de Curuba**	**210 cc**	**C021**	**Curuba, cruda**	**90**	**45**	**45**	**17,1**	**0,27**	**0,04**	**3,82**	**3,15**	**0,45**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**120**	**120**	**120**	**66**	**3,84**	**3,84**	**4,08**	**144**	**0**
	Fruta: Granadilla	**120 gr**	**C028**	**Granadilla, entera**	**400**	**120**	**120**	**114**	**2,52**	**1,92**	**17,88**	**14,4**	**1,08**
Postre	**Natilla casera**	**60 gr**	**A034**	**Fécula de maíz blanco, precocida**	**2,29**	**2,29**	**2,29**	**8,7**	**0,21**	**0,08**	**1,69**	**0,09**	**0,06**
			J009	**Huevo de gallina, yema, crudo**	**0,07**	**0,07**	**0,07**	**0,25**	**0,01**	**0,02**	**0**	**0,09**	**0**
			G012	**Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada**	**34,21**	**34,21**	**34,21**	**18,82**	**1,09**	**1,09**	**1,16**	**41,05**	**0**
			K033	**Panela**	**25**	**25**	**25**	**91**	**0,15**	**0,02**	**22,55**	**10,5**	**1,22**
	Azúcares y Grasas				**41**	**41**	**41**	**243,25**	**0**	**16**	**24,82**	**0**	**0,02**
Azúcares	**Azúcar de adicción**	**25 gr**	**K003**	**Azúcar blanco, granulado**	**25**	**25**	**25**	**99,25**	**0**	**0**	**24,82**	**0**	**0,02**
Grasas	**Aceite vegetal**	**16 gr**	**D012**	**Aceite de soya**	**16**	**16**	**16**	**144**	**0**	**16**	**0**	**0**	**0**
TOTAL MENÚ								3136,97	140,88	98,39	401,96	927,59	24,44
RECOMENDACIÓN								2900	108,75	64,44	398,75	0	0
% ADECUACIÓN								108,17	129,54	152,69	100,8	0	0
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA EL ANÁLISIS					**MARIA PAULA ADILA GÓMEZ**								
FIRMA								**MATRÍCULA PROFESIONAL**			**MND-04473**		

DATOS PERSONALES

NOMBRE	MARIA PAULA
APELLIDOS	ARDILA GOMEZ
FECHA DE NACIMIENTO	19 DE OCTUBRE 1988
CEDULA DE CIUDADANÍA	1136880601
ESTADO CIVIL	CASADA
DIRECCIÓN RESIDENCIA	CARRERA 55 N°11 – 49 APTO 404 A TORRE 1B CONDOMINIO RESERVAS DE LA SIERRA
TELÉFONO	3182587026
CORREO ELECTRONICO:	Mariapau35@hotmail.com
CIUDAD	NEIVA – HUILA
FECHA DE GRADO:	21 DE MARZO DE 2013

PERFIL

Nutricionista Dietista con alto grado de adaptabilidad, capacidad para trabajar en equipo e interés por permanecer actualizada y adquirir nuevos conocimientos. Persona honesta, responsable y respetuosa, con formación académica en una de las mejores universidades del país, destacada por su alto rendimiento académico. Practica realizada con el mayor nivel profesional en los diferentes ámbitos de la nutrición como son el área clínica, (adulto, pediatría) publica, servicios de alimentación, de esta manera para desempeñarme profesionalmente en cualquiera de sus áreas.

ESTUDIOS REALIZADOS

SECUNDARIOS	MARIA UXILIADORA NEIVA, HUILA 2005
UNIVERSITARIOS	NUTRICION Y DIETETICA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA 2013
CONGRESOS ASISTIDOS	XIII CONGRESO COLOMBIANO DE NUTRICION Y DIETETICA NOVIEMBRE 2009 BARRANQUILLA
	XIV CONGRESO COLOMBIANO DE NUTRICION Y DIETETICA "La alimentación saludable un derecho" OCTUBRE 12 AL 15 DEL 2011 MEDELLIN
DIPLOMADO	NUTRICION Infantil- Universidad Javeriana Abril 25 a Septiembre 7 de 2011
TERCER CURSO	TALLER INTERNACIONAL EN NUTRICION NUTRICION CLINICA PEDIATRICA
CURSO	- **COACHING NUTRICIONAL** CERTIFICADA POR NUTRITIONAL COACHING ¨BARCELONA, ESPAÑA 2 DE FEBRERO DEL 2015 -**NUTRICION EN EL DEPORTE: UN ENFOQUE PRÁCTICO** CERTIFICADA POR NUTRITIONAL COACHING ¨BARCELONA, ESPAÑA DEL 6 AL 9 DE JULIO DEL 2015
CURSO DE POSTGRADO	**-TRASTORNOS ALIMENTARIOS** SOCIEDAD ARGENTINA DE NUTRICION CLINICA 140 HORAS CATEDRA 22 de Julio de 2017

EXPERIENCIA LABORAL

- **HOME NUTRITION FEEL GOOD & FEEL HEALTHY**
  CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
  FUNCION: CONSULTA EXTERNA
  AGOSTO 2014 A LA ACTUALIDAD

- **AIS Asesorias e ingenieria Servicios y Suministros SAS.**
  CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
  DICIEMBRE 2018 A LA ACTUALIDAD
  FUNCIONES: Asesoria Nutricional al Servicio de Alimentacion Hospitalaria.

- **FUNDACION FUNDAR**
  CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
  FEBRERO 2018 A LA ACTUALIDAD

- **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA, Servicios de Catering, buffet, logística y organización de Eventos. CONTRATO 1114 DE 2018 SENA Centro de Formación La Granja. FECHA DE INCIO: 7 de Marzo de 2018 FECHA DE TERMINACION: 26 de diciembre de 2018.**

  FUNCIONES
  - Administrar la logística de servicio de alimentos
  - Verificación de BPM
  - Manejo de técnicas de Calidad
  - Asesora en el ciclo de Minutas
  - Supervisión en el Servicio de alimentación
  - Capacitaciones sobre temas de alimentación y nutrición

- **COLEGIO COLOMBUS AMERICAN SCHOOL**
  CARGO: NUTRICIONISTA
  ACTUALIDAD AÑO 2019
  FEBRERO 2018 A NOVIEMBRE 2018
  ENERO 2017 A NOVIEMBRE 2017

  FUNCIONES
  - Asesoria en el ciclo de Minutas
  - Supervisión en el Servicio de alimentación escolar
  - Tamizaje Nutricional institucional
  - Capacitaciones sobre temas de alimentación y nutrición a padres de familia, docentes y estudiantes.

- **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA, Servicios de Catering, buffet, logística y organización de Eventos. CONTRATO 1154 DE 2017 SENA Centro de Formación La Granja. FECHA DE INCIO: 25 de abril de 2017 FECHA DE TERMINACION: 31 de diciembre de 2017**

  FUNCIONES
  - Administrar la logística de servicio de alimentos
  - Verificación de BPM
  - Manejo de técnicas de Calidad
  - Asesora en el ciclo de Minutas
  - Supervisión en el Servicio de alimentación
  - Capacitaciones sobre temas de alimentación y nutrición

- **FAMI-INFANCIA –OPERADOR DEL ICBF CON EL PROGRAMA NACIONAL DE CERO A SIEMPRE**
  CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
  JULIO 2016 - DICIEMBRE 2016

- **UNIVERSIDAD SUR COLOMBIANA NEIVA-HUILA**
  CARGO: INTERVENTORA CONTRATO RESTAURANTES
  FEBRERO 2015 – DICIEMBRE 2015

- **INSTITUTO DE RELIGIOSAS DE SAN JOSE DE GERONA**
  HOGAR GERIATRICO –SAGRADA FAMILIA
  OCTUBRE DE 2013 A AGOSTO 2014
  CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
  4 DE AGOSTO DE 2013 – 4 DE AGOSTO 2014

  FUNCIONES
  - Valoración nutricional a todos los pacientes
  - Modificación de los ciclos de menús teniendo en cuenta patologías, alimentos preferidos , alimentos rechazados , intolerancias y alergias alimentarias

  - **RHS ALIANZA IPS – ESPECIALISTAS EN TRASTORNO DEL SUEÑO**
    CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
    1 DE ABRIL DE 2014 – 31 DE JULIO DE 2014
    FUNCION
    - Consulta Externa

  - **ZABALA & CONSULTORES ASOCIADOS – UNION TEMPORAL**
    SERVICIO INTEGRAL 2013 –MINISTERIO DE DEFENSA
    PROGRAMA HOGARES DE PAZ A NIVEL NACIONAL
    CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
    12 DE FEBRERO DE 2014 – 31 DE JULIO DE 2014

  - **CLINICA ESTETICA HOLISTICA VIUTÈ**
    CARGO: NUTRICIONISTA DIETISTA
    2 DE OCTUBRE DE 2013 – 4 DE JUNIO DE 2014
    FUNCION
    - Consulta Externa

- **HOSPITAL EL TUNAL E.S.E**
  CARGO: NUTRICIONISTA CLINICA
  1 MARZO 2013 – 6 SEPTIEMBRE 2013
  DURACION: 6 MESES
  FUNCIONES
  - Evolucionar cada servicio del hospital y elaborar censo de pacientes con localización e identificación de cada uno , precisando el tipo de dieta , instrucciones e indicaciones dietarías para cada paciente
  - Entregar el listado de dietas con nombre, localización del paciente e indicación dietaría
  - Realizar inventario de dietas para desayuno, almuerzo y cena , registrando las novedades que se presenten en cada paciente
  - Contestar interconsultas solicitadas por otras especialidades
  - Realizar curvas de crecimiento a los neonatos y aportes tanto de la nutrición enteral como parenteral

NOTA: SERVICIOS A CARGO SERVICIOS DE GINECOLOGIA, ONCOLOGIA, MEDICINA INTERNA, UCI ADULTOS Y UCI NEONATAL

REFERENCIAS PERSONALES

MARTHA CLAUDIA IBAGON
ABOGADA
CEL 3002661237
NEIVA, HUILA

DIANA CAROLINA CASTRO CAMARGO
ODONTOLOGA, especialista en gerencia hospitalaria y ortodoncia
CEL 3103098384
NEIVA D.C.

REFERENCIAS FAMILIARES

JUAN BAUTISTA ARDILA TRUJILLO
DOCENTE
CELULAR: 3158227429
TESALIA, HUILA

DOCTOR. IVAN JOSE ARDILA GOMEZ
MEDICO, PEDIATRA
TELEFONO CEL. 3174301866
NEIVA, HUILA

MERCEDES ARDILA TRUJILLO
ABOGADA
CEL 3208518634
BOGOTA, D.C

CLAUDIA ARDILA IBAGON
ABOGADA
SUPERINTENDENCIA NACIONAL DE SALUD
CEL 3012787868
NEIVA, HUILA

Para los efectos legales, certifico que todas las
Respuestas e informaciones anotadas por mí, en la presente
Hoja de Vida, son veraces.
(C.S.T. Art. 62 Num 1o.) Régimen Laboral Colombiano



MARIA PAULA ARDILA GOMEZ

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA

FACULTAD DE CIENCIAS

ACTA DE GRADO N° S.G- 5588

En la ciudad de Bogotá el día 21 del mes de marzo de 2013 se llevó a cabo el acto de graduación en el cual la Pontificia Universidad Javeriana, previo el juramento reglamentario, confirió el título de

NUTRICIONISTA DIETISTA

A

MARIA PAULA ARDILA GOMEZ

identificado(a) con CC N° 1136880601 quien cumplió con los requisitos académicos, las exigencias establecidas en los Reglamentos y las normas legales; y le otorgó el Diploma N° 146935 que lo(a) acredita como tal.

La Universidad está autorizada para conferir este título por las normas legales vigentes en Colombia.

Es fiel copia tomada del original, en lo pertinente.

Bogotá, D.C. 21 de marzo de 2013.

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA · COLOMBIA ·

Jairo H. Cifuentes Madrid
Secretario General

193926

THOMAS GREG & SONS.

LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA

PERSONERÍA JURÍDICA: RES. 73-12 DE DICIEMBRE 1.933 – MINGOBIERNO

EN ATENCIÓN A QUE

MARIA PAULA ARDILA GOMEZ

CC 1136880601

HA CURSADO TODOS LOS ESTUDIOS Y CUMPLIDO LOS REQUISITOS ESTABLECIDOS POR LA UNIVERSIDAD Y LAS DISPOSICIONES LEGALES PARA UN GRADO UNIVERSITARIO EN LA FACULTAD DE

CIENCIAS

LE OTORGA
EN NOMBRE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA
Y POR AUTORIZACIÓN DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
EL TÍTULO DE

NUTRICIONISTA DIETISTA

EN FE DE LO CUAL FIRMAMOS Y SELLAMOS ESTE DIPLOMA
NOSOTROS, EL RECTOR DE LA UNIVERSIDAD, LOS DECANOS Y EL SECRETARIO GENERAL
EXPEDIDO EN BOGOTÁ A LOS 21 DÍAS DEL MES DE MARZO DEL AÑO 2013

RECTOR

SECRETARIO GENERAL

DECANO ACADÉMICO

DECANO DEL MEDIO UNIVERSITARIO

Pontificia Universidad JAVERIANA
Secretaría General

Este Diploma está registrado en el folio 34 del libro 43 de Actas de Grado, Acta N°.5588
Bogotá, 21 de marzo de 2013
Secr. Gen. P.U.J.

146935

147373

REPUBLICA DE COLOMBIA

COMISION DE EJERCICIO PROFESIONAL DE NUTRICION Y DIETETICA
Ley 73 del 28 de Diciembre de 1979
MATRICULA PROFESIONAL DE NUTRICIONISTA DIETISTA



Matricula No. MND 04473
Acta de aprobación N° 117 Fecha: 26/04/2013

ARDILA GOMEZ
MARIA PAULA
C.C. 1.136.880.601

PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA

GOBERNACION DEL HUILA

SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL



Nombres: MARIA PAULA

Apellidos: ARDILA GOMEZ

Documento: CC 1136880601
de BOGOTA D.C

Resolución Autorizacion: 8360

Fecha: 25/07/2013

SECRETARIA DISTRITAL DE SALUD DE BOGOTA DC

LA SECRETARIA DE SALUD DEL HUILA
HACE CONSTAR
Que: MARIA PAULA ARDILA GOMEZ
Ha cumplido con los requisitos legales para ejecer como
NUTRICIONISTA DIETISTA

CARLOS DANIEL MAZABEL CORDOBA
Secretario de Salud

LUCY AMPARO SOLANO ANDRADE
Profesional Universitario

Codigo de Verificacion: QHUY7E4UAYT Fecha 26/08/2014

UNIVERSIDAD
SURCOLOMBIANA

NIT: 891180084-2

CERTIFICADO DE EJECUCIÓN Y CUMPLIMIENTO DE CONTRATOS

ENTIDAD CONTRATANTE	**NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:**		**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA**		
	NIT	**DIRECCIÓN**	**TELÉFONO**	**MUNICIPIO**	**DEPARTAMENTO**
	891.180.084-2	Carrera 5 No. 23-40	8752382	NEIVA	HUILA
CONTRATISTA	**NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:**		MARIA PAULA ARDILA GOMEZ		
	IDENTIFICACIÓN	**DIRECCIÓN**	**TELÉFONO**		**DEPARTAMENTO**
	1.136.880.601	Carrera 7 a No. 05 a -82	8717733- 3016944055		HUILA

INFORMACIÓN DEL CONTRATO	**ORDEN DE SERVICIO**	**FECHA DE SUSCRIPCIÓN**	**OBJETO DEL CONTRATO**		
	UC 004 DE 2015 CONTRATO DE CONSULTORIA	09/02/2015	"INTERVENTORIA TÉCNICA, ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA PARA LOS CONTRATOS DE CUYO OBJETO SON "SERVICIO DE SUMINISTRO DE ALIMENTOS MEDIANTE SUBSIDIO PARA LOS ESTUDIANTES MATRICULADOS EN LA UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA, CONSISTENTE EN RACIONES DIARIAS DE DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA EFECTIVAMENTE ADQUIRIDAS POR LOS ESTUDIANTES, EL CUAL SE PRESTARÁ EN NEIVA DESDE LOS RESTAURANTES ESTUDIANTILES DE LA SEDE CENTRAL "LA VENADA" Y DE LA FACULTAD DE SALUD; CON BASE EN EL CALENDARIO DE ACTIVIDADES ACADEMICO-ADMINISTRATIVAS".		
	FECHA DE INICIO	**TERMINACIÓN**	**LIQUIDACIÓN**	**VALOR DEL CONTRATO**	
				VALOR INICIAL (INCLUIDO IVA)	**$ 15.069.428**
				VALOR ADICIONAL	**$ 23.859.928**
	09/02/2015	18/12/2015	30/12/2015	**VALOR CANCELADO AL CONTRATISTA**	**$38.929.356**
				SALDO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD	**$ 0**
	ESTADO			**DURACIÓN**	
	EJECUTADO, TERMINADO Y LIQUIDADO _X_	EN EJECUCIÓN __		**PLAZO:**	10 Meses y 12 Días

FECHA DE EXPEDICIÓN	**CARGO DE QUIEN CERTIFICA**	**SUPERVISOR Y/O INTERVENTOR**
02 DE ABRIL DE 2018	VICERRECTOR ADMINISTRATIVO	BERNARDA MARTINEZ DE GAMBOA

SE EXPIDE LA PRESENTE CERTIFICACIÓN A SOLICITUD DEL CONTRATISTA

EDWIN ALIRIO TRUJILLO CERQUERA
Vicerrector Administrativo

Vo.Bo. IVAN DARIO GUTIERREZ CARDOZO
Jefe de Oficina de Contratación

Elaboró: Milena Andrea Narváez Firigua

COLOMBUS AMERICAN SCHOOL

Resolución No. 7028 de Noviembre del 2016
Código del DANE No. 341001005776

El Representante Legal del Establecimiento Educativo
COLOMBUS AMERICAN SCHOOL S.A.S.
NIT: 900.929.658-9

C E R T I F I C A Q U E:

MARÍA PAULA ARDILA GÓMEZ, *identificada con la cédula de ciudadanía No. 1.136.880.601, prestó sus servicios en esta institución desempeñándose como Nutricionista Dietista desde enero a noviembre del año 2017 y de febrero a noviembre de 2018.*

En la actualidad se encuentra vinculada mediante contrato por prestación de servicios desde el 02 de enero hasta el 30 de noviembre de 2019.

Este certificado se expide a solicitud de la interesada en Rivera (H), a los 14 días del mes de marzo de 2019.

Atentamente,

DARIO ARÉVALO CASTRO
Representante Legal

/Emilia N.

Scanned by CamScanner

HOGAR SAGRADA FAMILIA

EL INSTITUTO DE RELIGIOSAS DE SAN JOSE DE GERONA
HOGAR SAGRADA FAMILIA
NIT. 890.301.430-5

CERTIFICA

Que la señora **MARIA PAULA ARDILA GOMEZ,** identificada con cédula de ciudadanía No. 1.136.880.601 de Bogotá, presto sus servicios en el Instituto de Religiosas de San José de Gerona - **HOGAR SAGRADA FAMILIA,** Nit. 890.301.430-5, desde octubre de 2013 hasta agosto de 2014, en el Cargo de **NUTRICIONISTA,** con un contrato por prestación de servicios y unos honorarios promedio mensual de $1.269.000.oo (UN MILLON DOSCIENTOS SESENTA Y NUEVE MIL PESOS M/CTE) .

Para constancia de lo anterior se firma en Bogotá D.C., a los siete (07) días del mes de febrero de 2018.

Atentamente,

Instituto de Religiosas de
SAN JOSÉ DE GERONA
HOGAR SAGRADA FAMILIA

FLORISA DEVIA BERNAL
Administradora
Hogar Sagrada Familia

RESTAURANTE CERQUERA DE BEDOYA GLADYS

NIT 36147801-6

"MATRIZ DE IDENTIFICACIÓN DE PELIGROS EVALUACIÓN Y CONTROL DE RIESGOS (IPECR)"

Expendio a la Mesa de comidas preparadas para el Restaurante del Sena La Angostura en la Ciudad del Campoalegre Huila

1. ADMINISTRATIVO

2. OPERATIVO

Elaboro	Carlos Andres Mendez Ing En Seguridad Industrial		Aprobo	Gladys Cerquera de Bedoya Propietaria	

	PLAN DE TRABAJO ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CDBG-FR-08 Version: 01

Fecha de Actualizacion: Enero de 2022 | **Periodo de ejecución:** Enero 2022 a Diciembre 2022

Responsable: Responsable SST | **Centros de trabajo:** SENA LA ANGOSTURA CAMPOLAEGRE - HUILA

RECURSOS NECESARIOS																											SEGUIMIENTO
Presupuesto Asignado		META	Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		Julio		Agosto		Septiembre		Octubre		Noviembre		Diciembre		
			P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	
Financiero	x	80%	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Tecnico	x		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Personal	x		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
I. PLANEAR																											
Recursos y Gestion Integral			Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		Julio		Agosto		Septiembre		Octubre		Noviembre		Diciembre		
ACTIVIDADES	**OBJETIVO**	**META**	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	
Actualizacion y aprobacion de presupuesto SST	1. Garantizar por parte de la gerencia la asignación de recurso necesarios para el cumplimento del sistema.	Cumplir con el 100% las reuniones mensuales de seguimiento	1												1						1						
Verificacion y pagos de seguridad social			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Conformacion y reuniones mensuales Copasst			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Conformacion y reuniones trimestrales Comité de Convivencia			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Cronograma de activiades y verificacion de cumplimiento mensual			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Realizacion de Induccion y reinduccion a todo el personal		Tener la cobertura del 100% de personal de inducciones, divulgaciones de sst	1		1		1		1		1		1		1		1										
Actulizacion y Divulgacion de politicas y objetivos			1		1		1		1		1		1		1		1										
Seguimiento plan de trabajo anual			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Control documental			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Rendicion de cuentas																									1		
Matriz legal	2. Garantizar el cumplimiento de todos los requisitos legales vigentes y aplicables al restaurante	Mantener actulizada la matriz legal	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Mecanismos de comunicación (Divulgacion a personal y contratistas)			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Adquisicion de productos y servicios (Procedimientos y divulgacion)		Controlar todos los productos servicios y proveedores	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Selección y evaluacion de proveedores (Procedimientos y evaluacion)			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
II. GESTION DEL CAMBIO																											
Gestion de la Salud, Peligros y Riesgos y Gestion de Amenazas			Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		Julio		Agosto		Septiembre		Octubre		Noviembre		Diciembre		
ACTIVIDADES	**OBJETIVOS**	**META**	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	P	E	
Realizacion de examenes medicos de ingresos, periodicos y egreso	3. Identificar, evaluar e intervenir en los diferentes factores de riesgos y peligros significativos para la salud de los trabajadores previendo accidentes y enfermedades laborales.	Cobertura del 100% del personal	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Realizacion y seguimiento matriz de condiicones de salud			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Saneamiento basico (garantizar servicios publicos)		Garantizar	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Campañas estilos de vida saludables																	1								1		
Eliminacion adecuada de residuos (solidos, liquidos, gaseosos)			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Reporte, Investigacion, Analisis de AT y EL		Garantizar la participacion de todos los niveles de la empresa	1		1		1		1																		
Seguimiento y analisis de indicadores de AT y EL			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Actualizacion y seguimiento Matriz de Peligros			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Realizacion mediciones ambientales	4. Desarrollar un plan de capacitaciones y entrenamiento adecuado para sus trabajadores con el propósito de mejorar sus habilidades en SST	Cumplir con el 90% de las inspecicones y procedimientos.																			1						
Realizacion procedimientos, instructivos, fichas, protocolos en SST			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Inspecciones planeadas Copasst			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Mantenimiento equipos, instalaciones, maquinas, herramientas			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Entrega y verificacion de EPP		Cobertura del 100% del personal	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Plan de prevencion, preparacion y respuesta ante emergencia			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		
Conformacion de brigada, capacitada y dotada		Plan de emergencia actualizado y un simulacro anual	1		1		1		1		1				1		1		1		1		1		1		

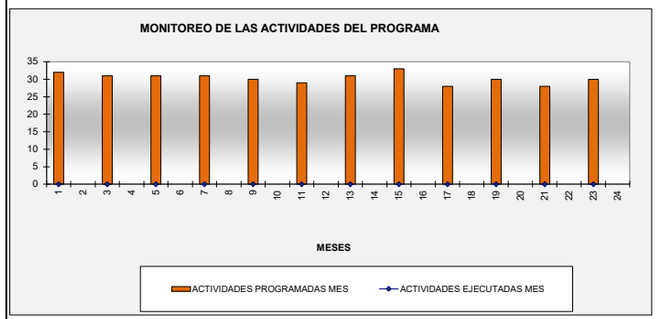
III. VERIFICAR

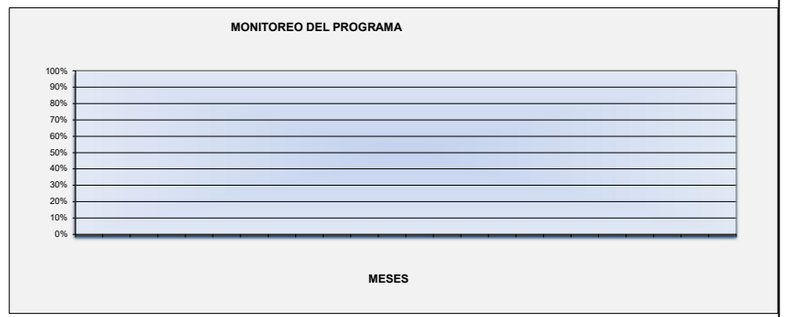
Indicadores, Auditorias, Revision por la alta direccion			Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		Julio		Agosto		Septiembre		Octubre		Noviembre		Diciembre	
ACTIVIDADES	**OBJETIVO**	**META**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**
Indicadores de Accidentalidad	5. Promover la mejora continua del sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo	Realizar auditoria y la revision por gerencia al menos una ves por año	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	
Realizacion Auditoria Interna SST																	1									
Revision por la alta direccion, resultado y alcance de la auditoria			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	
Planificar auditoria con el Copasst																	1									

IV ACTUAR

Medidas Correctivas, Preventivas y de Mejora			Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio		Julio		Agosto		Septiembre		Octubre		Noviembre		Diciembre	
ACTIVIDADES	**OBJETIVO**	**META**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**	**P**	**E**
Definir acciones de promocion y prevencion con base en resultados	6. Diseñar, implementar y evaluar la ejecución del sistema mediante la mejora continua, garantizando un ambiente de trabajo saludable y seguro	Cumplir con el 90% del cierre de las acciones correctivas, preventivas y de mejora propuestas	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	
Toma de medidas correctivas, preventivas y de mejora			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	
Ejecucion de acciones de la investigacion de incidentes, accidentes y enfermedad laboral			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	
Implementar medidas y acciones correctivas de auditoria y de ARL			1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1	

	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
ACTIVIDADES PROGRAMADAS MES	**32**	**31**	**31**	**31**	**30**	**29**	**31**	**33**	**28**	**30**	**28**	**30**
ACTIVIDADES EJECUTADAS MES	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**
PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO MES	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**	**0%**





Elaborado por
ING CARLOS ANDRES MENDEZ GARCIA
Diseñador del SG-SST

Aprobado por
GLADYS CERQUERA DE BEDOYA
Representante Legal

INTRODUCCION

La contaminación microbiana es la causante de muchas enfermedades graves e incluso fatales y son causadas por la contaminación de los productos o alimentos, en cualquier fase del proceso de Recepción, prepa-ración y almacenamiento causada por diferentes factores como el deficiente manejo de basuras, la deficiente higienización de baños e instalaciones, entre otros.
La empresa **CERQQUERA DE BEDOYA GLADYS**, cumple con lo establecido en la ley 9 de 1979, el Decreto 3075 de 1997 del Ministerio de Salud, y Resolución 2674 de 2013 por la cual se actualiza la normatividad legal vigente que incluye el **PLAN DE SANEAMIENTO** con sus respectivos programas.

1. Programa de Limpieza y Desinfección
2. Programa de Manejo de Desechos.
3. Programa de Control de Plagas.
4. Programa de Abastecimiento de Agua.

La empresa **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** cumplirá con las normas vigentes sobre procesamiento, almacenamiento, empaque, producción y distribución de Alimentos, garantizando la inocuidad y la acepta-bilidad organoléptica de los mismos
.
A continuación se presenta el esquema de los programas implementados por la empresa

PROGRAMA DE LIMPIEZA Y DESINFECCION

OBJETIVO

Establecer el procedimiento de limpieza y desinfección de ambientes, materias primas y superficies que entran en contacto directo e indirecto con los alimentos, en los centros de alimentación **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**

ALCANCE

Aplica para todos los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**

DEFINICIONES

Desinfección: Es el tratamiento físico-químico o biológico aplicado a las superficies limpias, en contacto con el alimento, con el fin de destruir las células vegetativas de los microorganismos que pueden ocasionar riesgos para la salud pública y reducir substancialmente el número de otros microorganismos indeseables, sin que dicho tratamiento afecte adversamente la calidad e inocuidad del alimento.

Limpieza: Es el proceso de eliminación de residuos de alimentos u otras materias extrañas o indeseables.

Aspersión: Método utilizado para desinfectar las áreas de la planta o el restaurante en forma de lluvia con atomizador, dejando secar al ambiente. No se enjuaga.

Desinfectante: Sustancia química que reduce la cantidad de microorganismos a cantidades mínimas que no son dañinas a las personas.

Detergente: Sustancia que facilita la separación de materias extrañas presentes en superficies sólidas, cuando se emplea en un disolvente, usualmente agua, en una operación de lavado.

Dilución: Adicionar una sustancia a otra para disminuir su concentración. El diluyente universal es el agua.

Enjuague: Proceso de eliminación de los detergentes y la suciedad por medio de agua

Suciedad: Todo residuo alimenticio indeseable, tanto de naturaleza orgánica, como inorgánica que permanece en las superficies, equipos o utensilios.

Hojas de seguridad de productos químicos: (MSDS – Machine safety data sheet) Documentos de origen externo suministrados por los proveedores, de los productos químicos usados en la operación, los cuales contienen la información referente a componentes, propiedades físicas y químicas de materiales y las medidas a tomar en caso de emergencia por ingesta, quemadura, incendio etc.

Higiene de los alimentos: Son el conjunto de medidas preventivas necesarias para garantizar la seguridad, limpieza y calidad de los alimentos en cualquier etapa de su manejo.

POES: Procedimientos operativos estandarizados de saneamiento, incluyen procedimientos de limpieza y desinfección, control integrado de plagas, manejo de residuos líquidos y sólidos, abastecimiento de agua.

Verificación: Confirmación, mediante el suministro de evidencia objetiva, de que se han cumplido los requisitos especificados.

REQUISITOS LEGALES

Decreto 3075 de 23 de diciembre de 1997.

Capítulo VI. Saneamiento. Articulo 28.- Todo establecimiento destinado a la fabricación, procesamiento, envase y almacenamiento de alimentos debe implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe ser responsabilidad directa de la dirección de la Empresa.

Articulo 29.- El Plan de Saneamiento debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente e incluirá como mínimo los siguientes programas:

a. Programa de Limpieza y desinfección: Los procedimientos de limpieza y desinfección deben satisfacer las necesidades particulares del proceso y del producto de que se trate. Cada establecimiento debe tener por escrito todos los procedimientos, incluyendo los agentes y sustancias utilizadas, así como las concentraciones o formas de uso y los equipos e implementos requeridos para efectuar las operaciones y periodicidad de limpieza y desinfección.

Resolución 2674 de 22 de julio de 2013.

Capítulo VI. Saneamiento. Artículo 26. Plan de Saneamiento- Toda persona natural o jurídica propietaria del establecimiento que fabrique, procese, envase, embale, almacene y expenda alimentos y sus materias primas deben implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente; este debe incluir como mínimo los procedimientos, cronogramas, registros, listas de chequeo y responsables de los siguientes programas:

1. Limpieza y desinfección: los procedimientos de limpieza y desinfección deben satisfacer las necesidades particulares del proceso y del producto de que se trate. Cada establecimiento debe tener por escrito todos los procedimientos, incluyendo los agentes y sustancias utilizadas, así como las concentraciones o formas de uso, tiempos de contacto y los equipos e implementos requeridos para efectuar las operaciones y periodicidad de limpieza y desinfección.

RESPONSABILIDADES

Propietario o Administrador: Aportar el recurso económico y herramientas necesarias de forma eficiente para la implementación y ejecución del Procedimiento de Limpieza y Desinfección, Documentar, implementar, verificar, coordinar y supervisar el cumplimiento de las actividades planeadas para el desarrollo del Procedimiento de Limpieza y Desinfección.
Capacitar al personal técnico y operativo que ejecuta el Procedimiento de Limpieza y Desinfección, Verificar la implementación y ejecución del Procedimiento de Limpieza y Desinfección.

Área Administrativa: Verificar las condiciones de limpieza y desinfección de materias primas, superficies que entran en contacto directo e indirecto con los alimentos dentro de los servicios de alimentación.

5.3 Colaboradores: Ejecutar los procedimientos de limpieza y desinfección establecidos, de manera que las materias primas y superficies que entran en contacto directo e indirecto con

los alimentos, no generen riesgo de contaminación ni atenten contra la inocuidad del producto.

PROCEDIMIENTO LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

REQUISTOS GENERALES

Los procedimientos de limpieza y desinfección se clasifican en:

Pre-operacionales: son las actividades de limpieza y desinfección, que se realizan antes de iniciar las operaciones del servicio de alimentación.

Operacionales: son las actividades de limpieza y desinfección, que se realizan durante las operaciones del servicio de alimentación.

Listado: Se realiza un listado por áreas, donde se relacionan las estructuras, equipos, utensilios, y frecuencia de limpieza y desinfección.

Selección de productos químicos: Se realiza la selección de los productos utilizados para realizar la limpieza y desinfección.

Para esta selección se tiene en cuenta:

- Los productos químicos, estén aprobados para usarlos en la industria de alimentos.
- Tipo de suciedad a remover (orgánica o inorgánica)
- Tipo de superficie o equipo a limpiar (acero inoxidable, galvanizado, plástico, etc.).
- Acción mecánica, acción química, temperatura y tiempo de acción de cada producto químico (detergente y desinfectante).

Selección de equipos y utensilios: Se realiza selección de los equipos y utensilios para realizar las actividades de limpieza y desinfección, entre estos se encuentran:

- Atomizadores.
- Probetas plásticas o medidores.
- Baldes de colores por áreas.
- Escobas, cepillos, escurridores, espátulas de colores por áreas.
- Esponjillas.
- Paños absorbentes o toallas desechables.
- Mangueras y pistolas.

Almacenamiento: Se define el área de almacenamiento para los productos químicos de limpieza y desinfección.

Para este almacenamiento se cuenta con sitios definidos en los servicios de alimentación como son:

- El almacén y/o gabinete de productos químicos.
- El cuarto y/o área de insumos y utensilios de limpieza y desinfección.

Requisitos del personal: El personal responsable de los Procedimientos de limpieza y desinfección, cumple con las siguientes condiciones:

- Requerimientos en cuanto al estado de salud, para laborar como manipuladores de alimentos.
- Un proceso de capacitación continuado, como manipulador de alimentos con énfasis en limpieza y desinfección de materias primas y superficies que entran en contacto directo e indirecto con el alimento.
- Equipo de protección personal para realizar las actividades de limpieza y desinfección: Gafas de seguridad, tapabocas, guantes de nitrilo, botas de pvc.

Precauciones de seguridad:

Pre-operacionales:

- Antes de iniciar las actividades de limpieza y desinfección con productos químicos, se verifica que no haya materias primas o producto terminado en las áreas que se van a limpiar y desinfectar.
- Se cubren motores, tableros, controles y enchufes, con bolsas plásticas para proteger al operario de accidentes y para evitar entrada de agua en los equipos.
- Los colaboradores utilizan el equipo de protección personal, para evitar el contacto directo de los productos químicos con piel, mucosas y ojos.
- No se mezclan detergentes y desinfectantes en los mismos recipientes, ya que provocan reacciones químicas y generan vapores o gases tóxicos, que afectan la salud del personal.

Operacionales

- Evitar el contacto directo de la piel y los ojos con detergentes y desinfectantes.

Frecuencia de los Procedimientos de limpieza y desinfección:

- La frecuencia de limpieza y desinfección para cada superficie está determinada en las tablas de limpieza.
- Los procedimientos de limpieza y desinfección se realizan antes de iniciar el proceso y durante las operaciones.
- Durante los intervalos de producción se realiza la limpieza y desinfección de equipos y utensilios, que entran en contacto directo con el alimento.
- Cuando la producción se interrumpe por más de un día, antes de comenzar con el proceso, se limpia y desinfecta las áreas, equipos y utensilios correspondientes.

Preparación de las sustancias de limpieza y desinfección:

La preparación de las soluciones de limpieza y desinfección se realizan de acuerdo a las instrucciones del fabricante, y se encuentran en la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección.

Los implementos para preparar las soluciones detergentes y desinfectantes, están limpios y desinfectados para prevenir cualquier contaminación.

Debe utilizarse los EPPS establecidos en la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección.

Procedimiento general de limpieza

Pre-operacional:

- Se preparan los implementos necesarios para la limpieza: medidores, escobas, cepillos, esponjas, paños, escurridores, baldes, etc.
- Se prepara la solución detergente a utilizar, de acuerdo a lo establecido en la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección.
- Primero se realiza una limpieza en seco de las superficies, equipos y de los pisos, con el fin de retirar los residuos sólidos orgánicos (cascaras, semillas, etc.) e inorgánicos
- Se colocan en los recipientes identificados para cada tipo de residuo.
- Se desconectan equipos, se desarman si es necesario equipos y utensilios, y las partes se colocan en un recipiente, para luego ser lavadas y desinfectadas individualmente.
- Se cubren motores, tableros, controles y enchufes, con bolsas plásticas.
- Se enjuaga con suficiente agua de arriba hacia abajo, el lugar o superficie a limpiar.
- Se esparce la solución de detergente de arriba hacia abajo, sobre la superficie a limpiar.
- Se estrega con una escoba, cepillo o esponjilla limpias de arriba hacia abajo, la superficie a limpiar.
- Se deja actuar el detergente de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.
- Se enjuaga con suficiente agua de arriba hacia abajo, asegurándose de que todo el detergente se elimine.
- Luego del enjuague se observa detenidamente el lugar o superficie que se limpió, para verificar que haya sido eliminada toda la suciedad. En caso de encontrar suciedad visible, se repite la operación hasta que quede completamente limpio.

Operacional:

- Enjuague con abundante agua la superficie a lavar.
- Aplique jabón y estregue la superficie (cuando aplique).
- Enjuague con abundante agua.
- Se prepara la solución detergente a utilizar, de acuerdo a lo establecido en la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección.

Procedimiento general de desinfección

Pre-operacional:

- Se verifica que la superficie está limpia, si se encuentra suciedad visible se limpia nuevamente.
- Se prepara la solución desinfectante de acuerdo a la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección.
- Se aplica la solución desinfectante y se deja actuar. El tiempo varía dependiendo de la sustancia, la dosis, la concentración y las recomendaciones del fabricante (normalmente 1, 2, 5 ó 10 minutos).
- Se enjuaga si el desinfectante lo requiere.
- Cuando no se enjuaga, se deja secar al aire, pero se escurre el agua que quede empozada en los pisos.

Operacional:

- Introduzca el utensilio previamente lavado en la solución desinfectante.
- Verifique que la superficie de corte es sumergida totalmente en la solución desinfectante.
- Saque el utensilio.
- Se prepara la solución desinfectante con base en la Tabla de sustancias de limpieza y desinfección

Control de los POES:

El control se realiza de dos formas:

Control pre-operacional: que consiste en verificar antes de empezar la producción, que las áreas cumplan con las condiciones de limpieza y desinfección.

Los hallazgos encontrados se registran en los formatos. Si durante esa revisión se encuentra alguna desviación, no se autoriza el inicio de las operaciones de producción hasta que los ambientes, superficies que entran y no entran en contacto directo con el alimento, cumplan con lo establecido.

Responsable: Jefe de planta, administrador, nutricionista según aplique la operación.

Control Operacional: que consiste en verificar durante la producción, que los ambientes, superficies que entran y no entran en contacto directo con el alimento en el proceso de producción de alimentos y despachos cumplan con las condiciones de limpieza y desinfección.

Los hallazgos encontrados se registran en los formatos. Si durante esa revisión se encuentra alguna desviación, se toman las acciones correctivas, para garantizar la higiene de los procesos.

Responsable: Jefe de planta, administrador, nutricionista según aplique la operación.

CODIGO DE COLORES IMPLEMENTOS

GUANTES

COLOR	USO
AMARILLOS	Alistamiento de materias primas para servicios de alimentos.
VERDES	Se emplean para el manejo de productos, sustancias y soluciones químicas (L+D). Lavado de Ollero, Menaje, Contenedores y Canastillas. Nota: Al terminar operación se deben lavar y antes de iniciar operación se deben desinfectar.
NEGROS	Se emplean únicamente en los procesos de limpieza de área y lavado de traperos. Se deben almacenar en el cuarto de elementos de Aseo.

TRAPEROS, ESCOBAS, BALDES

COLOR	AREA
AMARILLO	Almacén, Área de producción.
AZUL	Cuarto de basuras, Baños, Vestiere.
ROJO	Comedor, Zonas comunes, exteriores, oficinas.

TABLAS DE PICAR

COLOR	USO
VERDE	Alimentos cocidos, pastas, quesos, pan y similares.
ROJA	Exclusiva para frutas y verduras.
AMARILLA	Carnes blancas (Aves).
AZUL	Pescados y mariscos.
BLANCA	Carnes rojas.

MONITOREO

Se realiza mediante auditorías internas de la gestión documental (registros), verificación y el plan de muestreo de cada centro de servicio.

REGISTROS

REGISTRO	QUIÉN ARCHIVA	DÓNDE ARCHIVA	CÓMO ARCHIVA	TIEMPO	DESCARTE
Tabla de sustancias de limpieza y desinfección	Líder de la operación	Centro de servicio	AZ de registros	Mes anterior/Mes actual	Archivo muerto
Cronograma de limpieza y desinfección	Líder de la operación	Centro de servicio	AZ de registros	Mes anterior/Mes actual	Archivo muerto
Verificación POES	Líder de la operación	Centro de servicio	AZ de registros	Mes anterior/Mes actual	Archivo muerto
Verificación POES vehículos	Líder de la operación	Centro de servicio	AZ de registros	Mes anterior/Mes actual	Archivo muerto

VALIDACIÓN

El programa de limpieza y desinfección se valida con los resultados del plan de muestreo de superficies, manipuladores, ambientes y productos terminados.

ANEXOS

ANEXO 1. SUPERFICIES, EQUIPOS, Y UTENSILIOS POES

Tabla 1. Equipos y superficies por áreas

Área(s)	Equipos, superficies	Frecuencia de L+D
Comunes y en general	Techos, lámparas	Semanal
	Paredes, ventanas, puertas y pisos	Diario
	Desagües, rejillas	Diario
	Cortinas	Diario
Baños	Lavamanos	Diario
	Dispensadores (jabón líquido, toallas de manos, papel higiénico)	Diario
	Papeleras	Diario
	Sanitario	Diario
	Orinales	Diario
Vestiere	Lockers	Diario
Lava botas	Poceta	Diario
	Cepillo	Diario
Recepción de materias primas e insumos	Paredes, puertas, pisos	Diario
Almacén	Estanterías	Diario
Cuarto(s) y/o nevera(s) refrigeración, congelación	Cortinas	Diario
	Estanterías	Diario
	Techos, lámparas,paredes, puertas y pisos	Semanal
	Difusores	Mensual
	Cortinas	Diario
Cocina caliente	Campana	Diario
	Estufas, planchas, parrillas	Diario
	Marmita	Diario
	Horno	Diario
	Mesas y mesones	Diario
	Pocetas	Diario
Cocina fría	Mesas, mesones	Diario
	Licuadora	Diario
	Cutter	Diario
	Pocetas	Diario

	Canecas con tapa	Diario
Alistamiento	Mesas y mesones	Diario
	Pocetas	Diario
Lavado	Mesas y mesones	Diario
	Pocetas	Diario
	Máquina lavavajillas	Diario
Comedor	Mesas y sillas	Diario
	Contenedores y/o canecas	Diario
	Línea de servicio	Diario
	Canecas con tapa	Diario
	Caneca con tapa	Diario
Cuarto de residuos sólidos	Paredes, puertas y pisos	Diario
	Canecas y tapas	Cada que se desocupen
Oficina	Pisos, puertas y ventanas	Diario
	Escritorios	Diario
	Paredes	Semanal
Vehículos transporte de alimentos	Techo	Diario
	Paredes	Diario
	Pisos y estibas	Diario
	Exteriores	Diario
Canastillas	Parte interna y externa	Diario
Ambientes (áreas de proceso, áreas de tránsito y ascensores)	Ambiente de áreas (Desinfección)	Diario (3 veces/día)

Tabla 2. Superficies y utensilios

Superficies y Utensilios	Frecuencia de L+D
Manos	Al ingresar a áreas de producción, al cambiar de actividad, al utilizar baños.
Tablas	Al cambiar de actividad
Cuchillos, chairas, pelapapas	Al cambiar de actividad
Espátulas	Al cambiar de actividad
Pinzas	Al cambiar de actividad

Escurridores	Al cambiar de actividad
Atomizadores	Diario
Rallador	Al cambiar de actividad
Ollas	Diario
Vajilla	Diario
Vasos, pocillos	Diario
Bandejas	Diario
Cubiertos	Diario
Escobas, recogedores, escurridores, trapeadores, baldes.	Diario
Esponjillas, dosificadores.	Al finalizar actividades
Guantes	Al finalizar actividades
Delantales y/o petos	Al finalizar actividades
Botas	Al ingresar a área de proceso, al finalizar actividades.

Tabla 3. Materias primas

Materias primas	Limpieza	Tiempo desinfección (enjuague posterior)
Enlatados	Paño húmedo retira suciedad visible	10 minutos
Empaques (carnes y derivados cárnicos, derivados lácteos, pulpas)	Chorro de agua Paño húmedo retira suciedad visible	10 minutos
Huevos	Esponjilla y agua	2 minutos
Frutas cáscara dura	Esponjilla y agua	10 minutos
Frutas cáscara blanda	Agua a presión	5 minutos
Frutas sin cáscara	Agua a presión	5 minutos
Verduras cáscara dura	Esponjilla y agua	10 minutos
Verduras cáscara blanda	Agua a presión	5 minutos
Vegetales en hoja	Agua a presión	5 minutos

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA DE SERVICIO

AREA DE SERVICIO (BAÑO DE MARÍA)			
Área	Servicio de alimentos, cafetería,		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de línea de servicio		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo de mano, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	30 minutos
Limpieza	Retirar los azafates de la línea de servicio. Retirar los residuos de alimentos que se encuentren en el interior y el exterior de la línea de servicio. Drenar el agua o retirarla con ayuda de un recipiente. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al el interior y exterior de la línea de servicio.	

Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación.
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA CALIENTE

PLANCHA/PARRILLA			
Área	Cocina caliente		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de plancha/parrilla		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo de mano, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	30 minutos	

Limpieza	Verificar que la plancha/parrilla esté apagada y fría. Retirar los residuos de alimentos que se encuentren en el interior y el exterior de la plancha/parrilla. Humedezca todas las superficies. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior de la plancha/parrilla.
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación.
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.

ESTUFAS			
Área	Cocina caliente		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de estufa(s)		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	

Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo de mano, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	30 minutos
Limpieza	Verificar que la estufa esté apagada y fría. Cerrar el paso del gas. Retirar los residuos de alimentos que se encuentren en el interior y el exterior de la estufa. Retirar parrillas, fogones y bandejas recolectoras de grasa. Humedezca todas las superficies. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies incluyendo bandejas recolectoras de grasa. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño. Armar estufa.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior de la estufa.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación.	

MARMITAS			
Área	Cocina caliente		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de la marmita		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	

Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Apagar la marmita. Dejar enfriar. Cerrar paso de gas. Retirar residuos con esponjilla. Humedezca toda las superficies. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior de la marmita.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación de POES (F-PGC08-03).	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

FREIDORAS	
Área	Cocina caliente
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de freidoras
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN	
Frecuencia de operación	Diario
Frecuencia de monitoreo	Diario
Productos requeridos	

Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo de mano, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	30 minutos
Limpieza	Verificar que la las freidoras esten apagadas y fría. Retirar el aceite los residuos de alimentos que se encuentren en el interior y el exterior de las freidoras. Humedezca toda la superficie. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior de la plancha/parrilla.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación.	

CAMPANA	
Área	Cocina caliente
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de campana
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o de cocina
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN	
Frecuencia de operación	Semanal
Frecuencia de monitoreo	Diario

Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo con mango extensor, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	40 minutos
Limpieza	Verificar que la campana esté apagada. Bajar todas las ventanas de la campana y lavar Humedezca todas las superficies. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. 5 Secar con ayuda del paño.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior de la campana.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación de.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA FRIA

LICUADORA (INDUSTRIAL Y/O CONVENCIONAL)	
Área	Cocina fría
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de la licuadora
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o auxiliares de cocina

Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Desconectar equipo. Desarmar cuando aplique (licuadora convencional) Retirar residuos con agua. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies. Estregar interna y externamente. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior del equipo.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta informació.		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.		

PROCESADOR DE VEGETALES/CUTTER			
Área	Cocina fría y/o alistamiento		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección del procesador de vegetales/cutter		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o auxiliares de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Apagar el equipo. Desconectar. Cubrir el enchufe Retirar cuchillas y/o discos. Retirar recipiente cuando aplique. Retirar residuos del equipo y de los discos con esponjilla. Humedezca todas las superficies del equipo y de los discos. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies del equipo y de los discos. Estregar interna y externamente superficies del equipo. Estregar bordes y cuchillas de los discos eliminando todo tipo de residuos y grasa. Enjuagar y secar		

Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior del equipo.
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA DE PREALISTAMIENTO

PELA PAPAS			
Área	Cocina fría y/o alistamiento		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección del pela papas		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o auxiliares de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	**Diario**		
Frecuencia de monitoreo	**Diario**		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias.
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	

Limpieza	Apagar el equipo. Desconectar. Cubrir el enchufe Retirar cuchillas y/o discos. Retirar recipiente cuando aplique. Retirar residuos del equipo y de los discos con esponjilla. Humedezca todas las superficies del equipo y de los discos. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies del equipo y de los discos. Estregar interna y externamente superficies del equipo. Estregar bordes y cuchillas de los discos eliminando todo tipo de residuos y grasa. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior del equipo.
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en

DESPULPADORA			
Área	Cocina fría y/o alistamiento		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección del pela papas		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio y/o auxiliares de cocina		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	**Diario**		
Frecuencia de monitoreo	**Diario**		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias.

Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Apagar el equipo. Desconectar. Cubrir el enchufe Retirar el tamiz Retirar recipiente cuando aplique. Retirar residuos del equipo y de los discos con esponjilla. Humedezca todas las superficies del equipo y de los discos. Aplicar la solución limpiadora desengrasante por todas las superficies del equipo y de los discos. Estregar interna y externamente superficies del equipo. Estregar bordes y cuchillas de los discos eliminando todo tipo de residuos y grasa. Enjuagar. Secar con ayuda del paño.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior y exterior del equipo.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en	

MESAS/LAVAMANOS	
Área	Áreas de pre alistamiento
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de mesas/mesones.
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN	

Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias FPGC08-01
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Retirar elementos. Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies (mesón, parte inferior, bordes, y patas). Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies (mesón, parte inferior, bordes, y patas) de las mesas/mesones. Estregar con la esponjilla. Enjuagar la solución desengrasante. Secar con un paño limpio y seco.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación .	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

CANASTILLAS			
Área	Áreas de proceso		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de canastillas.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies de la canastilla. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de la canastilla. Estregar con cepillo. Enjuagar la solución desengrasante.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.		

ESTIBAS			
Área	Áreas de proceso / Almacén		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de estibas.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies de la estiba. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de la estiba. Estregar con cepillo. Enjuagar la solución desengrasante.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.		

TABLAS			
Área	Áreas de proceso.		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de tablas.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Retirar elementos. Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies de la tabla. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de la tabla. Estregar con la esponjilla. Enjuagar la solución desengrasante.	
Desinfección	Sumergir las tablas en el recipiente con la solución desinfectante. (Cuando aplique) Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente. (Cuando aplique)	

Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.

UTENSILIOS DE COCINA (CUCHILLOS, PINZAS, ESPÁTULAS, PELAPAPAS, RALLADORES, MEDIDORES,)			
Área	Áreas de proceso / Cafetería		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de utensilios de cocina.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	

Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies y uniones de los utensilios. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de los utensilios. Estregar incluyendo uniones y puntos muertos de los utensilios con la esponjilla. Enjuagar la solución desengrasante.
Desinfección	Sumergir los utensilios en el recipiente con la solución desinfectante.
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.

DESAGÜES, SIFONES, DRENAJES, REJILLAS.			
Área	Áreas de proceso / Cafetería		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de desagües, sifones, drenajes, rejillas.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	

Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Escoba, cepillo, balde, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Retirar residuos sólidos y depositar en recipiente con tapa. Retirar rejillas. Humedecer desagües, sifones, drenajes, rejillas. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre desagües, sifones, drenajes, rejillas. Estregar con cepillo y/o escoba. Enjuagar la solución desengrasante.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación de POES.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

OLLAS, SARTENES, CALDEROS			
Área	Áreas de proceso / Cafetería		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de ollas, sartenes, calderos.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies incluyendo manijas. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies. Estregar todas las superficies con la esponjilla. Enjuagar la solución desengrasante.	
Desinfección	Sumergir las ollas, sartenes y calderos en el recipiente con la solución desinfectante. (Cuando aplique). Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente. (Cuando aplique)	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

ESTANTERIAS			
Área	Áreas de proceso		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de estanterias.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias

Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies de la estanteria. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de la estanteria. Estregar con cepillo. Enjuagar la solución desengrasante.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA DE CUARTOS FRIOS

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA DE CUARTOS FRIOS NEVERA DE CONGELACIÓN	
Área	Área Cuartos fríos y de proceso
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de neveras congelación
Responsable de la operación	Almacenista y Auxiliar de limpieza y aseo
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista

PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Limpiar pisos y paredes de los congeladores. Aplicar la solución limpiadora desengrasante en puertas y por el piso de la nevera de congelación y/o refrigeración Estregar puertas y pisos. Retirar solución desengrasante con un paño húmedo.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior de la nevera de congelación.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

NEVERA DE REFRIGERACION	
Área	Área Cuartos fríos y de proceso
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de neveras congelación
Responsable de la operación	Almacenista y Auxiliar de limpieza y aseo
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista

PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	

EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos
Limpieza	Limpiar pisos y paredes de los congeladores. Aplicar la solución limpiadora desengrasante en puertas y por el piso de la nevera de congelación y/o refrigeración Estregar puertas y pisos. Retirar solución desengrasante con un paño húmedo.	
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante al interior de la nevera de congelación.	
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.	
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.	

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EQUIPOS AREA DE RECEPCION DE MATERIA PRIMAY BODEGA

ESTANTERIAS	
Área	Áreas de recepción de materia y prima y bodega de Abarrotes
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección.
Responsable de la operación	Almacenista

Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Retirar elementos. Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies. Estregar con la esponjilla. Enjuagar la solución desengrasante.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies. Secar con un paño limpio y seco.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.		

ESTIBAS			
Área	Áreas de proceso / Almacén		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de estibas.		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista y/o cajeros		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer todas las superficies de la estiba. Aplicar la solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies de la estiba. Estregar con cepillo. Enjuagar la solución desengrasante.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato.		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros) en superficies y puntos muertos.		

BÁSCULA			
Área	Áreas de proceso / Almacén		
Objetivo	Realizar limpieza y desinfección de básculas .		
Responsable de la operación	Auxiliares servicio, auxiliares de cocina, auxiliares de panadería, almacenista.		
Responsable del monitoreo	Jefe de proceso / Administrador/ Nutricionista/ Líder HSEQ		
Responsable de verificación	Jefe de planta, Administrador, Nutricionista		
PROCEDIMIENTO DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN			
Frecuencia de operación	Diario		
Frecuencia de monitoreo	Diario		
Productos requeridos			
Categoría	Tipo de producto	Nombre del producto	Dosis
Enjuague	Agua potable	Agua potable	S.R.
Limpieza	Detergente desengrasante	Desengrasante	Ver tabla de sustancias
Desinfección	Desinfectante	Solución desinfectante Solución desinfectante de choque.	
EPP´S	Utensilios o equipos	Tiempo requerido	
Gafas, tapabocas, guantes, delantal, botas.	Esponjilla, cepillo, balde, paño, aspersor y/o atomizador.	20 minutos	
Limpieza	Apague y desconecte la báscula (cuando sea electrónica). Retirar residuos de alimentos y depositar en recipiente con tapa. Humedecer un paño con solución limpiadora desengrasante sobre todas las superficies. Retirar solución limpiadora con un paño húmedo. Secar con un paño limpio y seco.		
Desinfección	Con el aspersor aplicar la solución desinfectante sobre todas las superficies y dejar secar al ambiente.		
Monitoreo	El líder de la operación inspecciona las condiciones de limpieza y desinfección, y registra esta información en el formato Verificación de POES		
Puntos críticos a revisar	Residuos de desengrasantes y/o desinfectantes. Residuos de suciedad (alimentos, grasa, polvo, otros)		

PROGRAMA CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS

OBJETIVO

Establecer el procedimiento control integrado de plagas en los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**., contribuyendo al mejoramiento de las condiciones sanitarias de las locaciones, de los procesos y a la inocuidad del producto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Garantizar productos inocuos, evitando la contaminación de éstos por la presencia de plagas.
- Capacitar al personal en el control integrado de plagas, para minimizar el riesgo de focos de contaminación.
- Proteger las áreas de producción del posible ingreso de plagas por medio de barreras físicas y métodos químicos.
- Garantizar el cumplimiento y la eficacia del procedimiento control integrado de plagas.

ALCANCE

Aplica para todos los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**., comprende las diferentes etapas del control integrado de plagas:

- Diagnóstico inicial de presencia de plagas en planta y servicios de alimentación.
- Caracterización de plagas.
- Documentación del procedimiento para el Control integrado de plagas.
- Capacitación del personal.
- Seguimiento continuo del programa Control integrado de plagas.
- Seguimiento continúo del programa Control integrado de plagas.
- Verificación y evaluación del programa.

DEFINICIONES

ASPERSIÓN: Es un tipo de aplicación en la cual los productos líquidos usados para el control de plagas son diseminados en pequeñas gotas que alcanzan a llegar a ranuras, grietas y sitios de difícil acceso, el equipo usado para tal fin es una bomba de aspersión.

CEBO: Mezcla de un producto alimenticio con un producto Rodenticida para atraer y combatir las plagas.

PLAGA: Que vive en o sobre el alimento y causa su merma, alteración, contaminación o es molesto de algún modo.

COLONIZACIÓN: La colonización está fundamentada en las adaptaciones que presentan los organismos y que les permiten la dispersión para invadir nuevos hábitats; las especies o poblaciones que son colonizadoras, presentan una gran capacidad adaptativa.

CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS: Estrategia que utiliza diferentes técnicas de control biológico, químico y físico, complementarios entre sí que tienen como prioridad evitar o reducir el daño que ocasiona una o más plagas.

CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS Y/O VECTORES: Sistemas para combatir las plagas y/o vectores específicos que, en el contexto del ambiente asociado y la dinámica de la población de especies nocivas, utiliza todas las técnicas, métodos y prácticas de saneamiento ambiental adecuadas de la forma más compatible y elimina o mantienen la infestación por debajo de los niveles en que se producen o causan perjuicios económicos u ocasionen daños en la salud humana, en la sanidad animal o vegetal.

DESINFESTACIÓN: Procedimientos de erradicación de plagas encaminados a evitar la prevalecía de estas en los interiores de las áreas de elaboración.

DESINSECTACIÓN: es la acción de eliminar insectos, por medios químicos, físicos o con la aplicación de medidas de saneamiento básico.

DESRATIZACIÓN: Acción destinada a eliminar roedores mediante métodos de saneamiento básico, mecánico o químico.

FUMIGACIÓN: Se considerará como fumigación a las técnicas de saneamiento consistentes en la utilización de agentes químicos destinados al control de plagas y microorganismos de efectos nocivos para la salud del hombre.

3.11. GRADO DE INFESTACIÓN: Cantidad de población por unidad de metro cuadrado.

INFESTACIÓN: Presencia y multiplicación de plagas que puedan contaminar o deteriorar los alimentos y/o materias primas.

INSECTICIDA: Producto para controlar las poblaciones de insectos.

PLAGA: Animales vertebrados e invertebrados, tales como aves, roedores, cucarachas, moscas y otros que pueden estar presentes en el establecimiento o sus alrededores y causar contaminación directa o indirecta al alimento, transportar enfermedades y suciedad a los mismos.

PLAGUICIDAS: Todo agente de naturaleza química, física o biológica que sólo en mezcla o en combinación, se utilice para la prevención, represión, atracción, o control de insectos, ácaros, agentes patógenos, nemátodos, malezas, roedores u otros organismos nocivos a

los animales, o a las plantas, a sus productos derivados, a la salud o la fauna benéfica. La definición también incluye los productos utilizados como defoliantes, reguladores fisiológicos, feromonas y cualquier otro producto que a juicio de los Ministerios de Salud o de Agricultura se consideren como tales.

REPRODUCCIÓN: La reproducción es el proceso mediante el cual se generan nuevos seres vivos a partir de los organismos ya existentes.

RESIDUO: Cualquier sustancia especificada presente en alimentos, productos agrícolas o alimentos para animales como consecuencia del uso de un plaguicida. El término incluye cualquier derivado de un plaguicida como productos de conversión, metabolitos y productos de reacción, y las impurezas consideradas de importancia toxicológica. El término "residuo de plaguicida" incluye tanto los residuos de procedencias desconocidas o inevitables (por ejemplo, ambientales), como los derivados de usos conocidos de la sustancia química.

RIESGO: Probabilidad de que un plaguicida cause un efecto nocivo en las condiciones en que se utiliza.

RODENTICIDA: Producto químico utilizado para el control de roedores.

TOXICIDAD: Propiedad fisiológica o biológica que determina la capacidad de una sustancia química para producir perjuicios u ocasionar daños a un organismo vivo por medios no mecánicos.

USO Y MANEJO DE PLAGUICIDAS: Comprende todas las actividades relacionadas con estas sustancias, tales como síntesis, experimentación, importación, exportación, formulación, transporte, almacenamiento, distribución, expendio, aplicación y disposición final de desechos o remanentes de plaguicidas.

VERIFICACIÓN: Confirmación, mediante el suministro de evidencia objetiva, de que se han cumplido los requisitos especificados.

REQUISITOS LEGALES

Decreto 3075 de 23 de diciembre de 1997.

Capítulo VI. Saneamiento. Articulo 28.- Todo establecimiento destinado a la fabricación, procesamiento, envase y almacenamiento de alimentos debe implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe ser responsabilidad directa de la dirección de la Empresa.

Articulo 29.- El Plan de Saneamiento debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente e incluirá como mínimo los siguientes programas:

c. Programa de Control de Plagas: Las plagas entendidas como artrópodos y roedores deberán ser objeto de un programa de control específico, el cual debe involucrar un concepto de control integral, esto apelando a la aplicación armónica de las diferentes medidas de control conocidas, con especial énfasis en las radicales y de orden preventivo.

Resolución 2674 de 22 de julio de 2013.

Saneamiento. Artículo 26. Plan de Saneamiento- Toda persona natural o jurídica propietaria del establecimiento que fabrique, procese, envase, embale, almacene y expenda alimentos y sus materias primas deben implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente; este debe incluir como mínimo los procedimientos, cronogramas, registros, listas de chequeo y responsables de los siguientes programas:

CONTROL DE PLAGAS: las plagas deben ser objeto de control específico, el cual debe conservar el concepto de control integral, apelando a la aplicación armónica de las diferentes medidas de control conocidas, con especial énfasis en las radicales y de orden preventivo.

Normatividad uso y manejo de plaguicidas:

Decreto 1843 de Julio 22 de 1991. Por el cual se reglamentan parcialmente los Títulos III, V, VI, VII y IX de la ley 09 de 1979, sobre uso y manejo de plaguicidas.

Código internacional de conducta para distribución y utilización de plaguicidas de la FAO.

RESPONSABILIDADES

Gerente general: aportar el recurso económico para la implementación y aplicación del Control Integrado de Plagas, Documentar, implementar, verificar, coordinar y supervisar el cumplimiento del control de plagas. Capacitar al personal técnico y operativo en cuanto a las medidas de prevención.

Colaboradores: Ejecutar las actividades descritas en el procedimiento de control de plagas, de manera que no se genere riesgo de contaminación ni se atente contra la inocuidad del producto.

PROCEDIMIENTO CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS

REQUISITOS GENERALES

Dentro del plan de saneamiento se encuentra el control integrado de plagas.

La importancia de este programa, radica en que las plagas representan un riesgo sanitario y atentan contra la inocuidad del producto, ya que éstas son responsables de un gran número de ETAS (Enfermedades Transmitidas por los alimentos) y de pérdidas económicas por la destrucción de alimentos contaminados.
Con este programa, se busca controlar y/o reducir las plagas a niveles poblacionales lo más cercano a cero, tanto en el área perimetral como al interior de la planta y de los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS.**

ETAPAS DEL CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS

PROVEEDOR PRESTADOR DEL SERVICIO: la empresa prestadora del servicio debe esta cumplir con los siguientes requisitos:

*Aprobado por la Secretaria Distrital de Salud.
*Personal técnico capacitado en manejo seguro de plaguicidas de uso en salud pública.

DIAGNÓSTICO INICIAL E IDENTIFICACIÓN DE ÁREAS DE RIESGO: en esta etapa se determina la posibilidad de presencia de plagas, sectores de ingreso, los potenciales lugares de anidamiento y las fuentes de alimentación, para lo cual el proveedor del servicio envía el Informe de Diagnóstico.

CARACTERIZACIÓN DE PLAGAS: se tiene en cuenta las variables que pueden favorecer la presencia de plagas como son: el entorno, las condiciones climáticas, condiciones locativas, y el tipo de actividad a desarrollar.
El tipo de plagas que se pueden presentar son:

- Insectos voladores: Mosca doméstica.
- Insectos rastreros: Cucaracha, hormigas.
- Roedores: Rata de tejado, Rata de alcantarilla y ratón doméstico.

Las características de las plagas se encuentran en el formato.

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA EL CONTROL INTEGRADO DE PLAGAS

Dentro de las medidas ejecutadas para el control integrado de plagas, en la planta y los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**., se encuentran:

1. Barreras físicas, que controlan y/o impiden la incidencia de plagas y animales en el interior de la infraestructura.
2. Mantenimiento y limpieza de los exteriores de la edificación.
3. Eliminación en los alrededores de todo tipo de objetos como escombros, material en desuso, y chatarra que faciliten el refugio de las plagas.

4. Controlar empozamientos en áreas de proceso.
5. Ejecución e implementación del procedimiento de manejo de residuos líquidos y sólidos, de esta manera se evita que obtengan alimento.
6. Recolección, disposición y manejo adecuado de los residuos sólidos, en el área y/o cuarto de residuos.
7. Recolección de plagas muertas después del control químico.
8. Evitar entrada de plagas por medio de puertas herméticas, rejillas y mallas en las posibles vías de ingreso al área de proceso.
9. Verificación constante de exteriores e interiores.
10. Instalación de trampas físicas tipo (cintas engomadas, trampas adherentes, tablillas engomadas, trampas cebaderos, ultrasonido, etc.) en exteriores y en áreas de proceso, cuando aplique según el entorno.
11. Revisión de cajas, mercancía y/o insumos que llegan al establecimiento.
12. Saneamiento del establecimiento con la implementación del programa de Manejo integral de residuos líquidos y sólidos y de los procedimientos de limpieza y desinfección.
13. Generación de la cultura de higiene y no basuras en el establecimiento.
14. Revisión de materias primas, insumos, equipos y demás elementos que lleguen al establecimiento.
15. Aplicación de productos químicos de buena res dualidad, durante el periodo de tiempo que especifica el fabricante.

CONTROL HIGIÉNICO

- Realizar limpieza de exteriores.
- Controlar empozamientos en áreas internas y externas.
- Realizar recolección y disposición de residuos sólidos en los recipientes con tapa designados para ese fin.
- Verificar el almacenamiento de los residuos sólidos en el área y/o cuarto de residuos. Verificar limpieza y desinfección en todas las áreas de proceso, incluyendo unidades sanitarias y vestier.

FRECUENCIA	RESPONSABLE	REGISTROS	ACCIONES CORRECTIVAS
Diariamente se realiza la verificación de limpieza y orden en áreas de proceso y el manejo de residuos líquidos y sólidos.	Líder HSEQ, Jefe de planta, Administradores, Nutricionistas.	Verificación POES	Cuando se detecta una No Conformidad, durante la verificación de limpieza y orden, se procede a realizar la limpieza del área o de las áreas que presenten el incumplimiento.

CONTROL FÍSICO

- Se establecen barreras físicas en los sitios que pueden ser potenciales vías de ingreso de plagas.
- Se colocan mallas en las ventanas, agujeros, claraboyas o huecos, ventiladores, impidiendo el paso de los insectos, pájaros y roedores.
- Se colocan rejillas en desagües o sifones para impedir el acceso de roedores e insectos rastreros.
- Se sellan huecos en las paredes.
- Se resana y se sella aberturas en los pisos o cualquier otra deformidad de pisos.
- Permanecen cerradas todas las puertas que comuniquen al interior de las áreas de proceso.
- La abertura entre las puertas y el piso son máximo de un (1) centímetro, esto permite menos incidencia de los insectos rastreros en el interior de las áreas de proceso.

FRECUENCIA	MONITOREO Y VERIFICACIÓN	ACCIONES CORRECTIVAS
Diariamente se realiza la inspección de exteriores y de las instalaciones.	Diariamente el líder HSEQ, Jefe de planta, Administrador y/o Nutricionistas, verifica la integridad física y la correcta disposición de estas barreras. Verifica que las puertas de acceso al interior de las áreas de proceso o cualquier otra abertura como ventanas, estén completamente cerradas y estas tengan sistema de cierre automático, que permita mantener aislado el interior de las áreas con el exterior.	Una vez detectada la falta de continuidad e integridad en las barreras físicas, el responsable de la operación debe informar al área de mantenimiento mediante correo electrónico para realizar el correctivo correspondiente.

CONTROL QUÍMICO

Básicamente el control químico se hace con la aplicación de productos químicos, cuya función primordial es eliminar y crear una acción residual (protección temporal), que produce una repulsión de los insectos tanto rastreros como voladores.

NOTA IMPORTANTE: Estos agentes químicos deben ser Categoría toxicológica III, y estar debidamente avalados por las autoridades competentes entre ellos para el territorio Colombiano el Ministerio de Protección Social y el Instituto Colombiano Agropecuario ICA.

PROCEDIMIENTO: La empresa externa en las visitas de control y seguimiento aplica el agente insecticida elegido, en todas las áreas componentes de la planta e igualmente en alrededores. Haciendo énfasis en aquellas áreas problemas, especialmente donde se detecte mayor incidencia y prevalencia de plagas.
Los productos insecticidas se rotan cada seis (6) aplicaciones para evitar inmunidad o resistencia de las plagas a los productos.

FRECUENCIA	MONITOREO Y VERIFICACIÓN	ACCIONES CORRECTIVAS
La actividad de control se realiza según el cronograma establecido para la planta y los servicios de alimentación.	El área de calidad monitorea el cumplimiento de los cronogramas de fumigación en los servicios de alimentación.	Si se detecta que existe incumplimiento con el cronograma de aplicaciones, el área de Calidad se comunica inmediatamente con la empresa externa contratada, para que se realice la aplicación en un tiempo no mayor a 24 horas.

CONTROL FÍSICO DE ROEDORES

Igual que los insectos el mejor control para los roedores son las barreras Físicas, las cuales son efectivas sobre todo en este tipo de plagas.

PROCEDIMIENTO: la empresa mantiene la integridad de los componentes estructurales de la planta y servicios de alimentación para evitar el acceso de este tipo de plagas. Toda ventana o abertura al exterior debe es cubierta por mallas.
Todo hueco en pisos o paredes igualmente se sellan para impedir el acceso.
Los sifones y desagües están protegidos por rejillas que eviten el acceso de los roedores.

Las puertas y ventanas permanecen tanto en el tiempo de actividad (producción cargue, etc.) como en el tiempo de inactividad, cerradas; esto imposibilita el acceso de los roedores.

FRECUENCIA	MONITOREO Y VERIFICACIÓN	ACCIONES CORRECTIVAS
Constantemente estas barreras físicas deben permanecer operantes, su integridad debe ser monitoreada para permitir su efectividad.	Diariamente el Jefe de planta y líderes de los servicios de alimentación inspeccionan la integridad y funcionalidad de las barreras físicas, verifica que las mallas estén integras, igualmente que no haya huecos o puertas abiertas que permitan el acceso de las plagas al interior de las áreas de proceso.	Al observarse falta de continuidad en las barreras físicas, huecos abiertos, o grietas en pisos, sifones sin rejillas, se informa al área de mantenimiento, para que realicen el arreglo de estas áreas.

CONTROL QUÍMICO DE ROEDORES.

Básicamente el control químico de roedores se realiza utilizando cebos o pellets, estos agentes primordialmente son sustancias anticoagulantes, de singular importancia; igualmente debe hacerse la rotación de los productos, puesto que al igual que los insectos estos roedores crean resistencia a los agentes químicos, los roedores pueden hacer resistencia por:

APRENDIZAJE: los individuos relegados son obligados a consumir sustancias nuevas y si en un pequeño lapso de tiempo mueren, el resto de la población de roedores no consume el producto.

RESISTENCIA ENDÓGENA: resistencia por subdosis de los productos anticoagulantes estimulando la producción de la vitamina K1 en el intestino, creando la resistencia al producto.
Estas resistencias no se heredan, por lo tanto es aconsejable utilizar raticidas unidosis en un solo bocado.
Utilizar sustancias anticoagulantes de categoría toxicológica III –levemente tóxicas al humano, y aprobadas por la autoridad competente.

PROCEDIMIENTO: aplica sólo para servicios de alimentación en áreas rurales.
*Se colocan cebaderos, uno (1) cada 500 m_2 en los alrededores del casino.
*Cada cebadero o comedero contienen los gramos recomendados por los fabricantes.

*Dentro de las salas de beneficio y desposte no se instalan cebaderos o comederos.
*Semanalmente se inspeccionan las estaciones para verificar la actividad de los roedores en el establecimiento.
*La empresa externa realiza el cambio de los parafinados en los cuales haya evidencia de actividad de los roedores.

FRECUENCIA	MONITOREO Y VERIFICACIÓN	ACCIONES CORRECTIVAS
Semanalmente se realiza inspección de las estaciones para verificar la actividad de los roedores. En cada control y cada monitoreo, la empresa externa revisa las estaciones y cambia los parafinados en los cuales haya evidencia de actividad.	El Coordinador Ambiental y el equipo de Calidad, monitorea esta actividad e igualmente la programa para que se realice en el tiempo establecido, verifica que las actividades se hayan realizado, e igualmente verifica que el producto haya sido técnicamente colocado.	Si las actividades de control de roedores no se han realizado en el tiempo establecido, inmediatamente el jefe de planta realiza esta labor con el personal técnico externo encargado. Igualmente si el producto no fue técnicamente colocado, está labor se repite en su presencia.

ELIMINACIÓN DE LOS RATONES: Los ratones muchas veces al morir envenenados, mueren en sitios que son muy difíciles de alcanzar, causando un olor muy desagradable. Cuando recoja un ratón muerto o sus excrementos seguir el siguiente procedimiento:

- Usar guantes
- Preparar solución desinfectante con cloro o amonio cuaternario
- Rociar en los roedores muertos, las trampas, los excrementos y las áreas donde encontró todo esto usando atomizador con solución desinfectante.
- No barrer ni aspirar los excrementos hasta que haya rociado el área con desinfectante. Si barre o aspira el excremento seco, el polvo, que tiene virus, se quedará en el aire.
- Lavar el área con detergente y luego aplicar más desinfectante
- Ponga los roedores muertos y/o los excrementos en una bolsa de plástico y séllela.
- Después, ponga esta bolsa dentro de otra, séllela, y tírela a la basura.

SUSTANCIAS O PRODUCTOS QUIMICOS PARA CONTROL DE PLAGAS

El control químico que se utiliza en **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**., es con sustancias aprobadas, registradas por el Ministerio de la Protección Social y el Instituto Colombiano Agropecuario-ICA.

Los productos químicos y/o sustancias, nombre comercial, dosis, método de aplicación, sitios de aplicación, equipos de aplicación y precauciones se encuentran en las tablas de sustancias.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA CONTROLAR LA PROLIFERACIÓN DE PLAGAS

Las plagas prefieren lugares cálidos, tranquilos y que no los molesten, por eso es importante tener en cuenta dos aspectos muy importantes para la prevención general: Primero, se evita que obtengan alimento; esto se logra a través de un correcto programa de limpieza y desinfección.

El no dejar residuos de alimentos, u otro material orgánico que sirva de alimento. Segundo, de manera muy importante se evita el acceso a la planta de proceso. Esto básicamente a través de barreras físicas.

Otras medidas preventivas:

- Controlar que no se almacenen comidas, ni ropas sucias, trapos en casilleros y baños, se evita las condiciones antihigiénicas.
- Recoger migas y otros residuos de alimentos tan pronto como sea posible.
- Mantener limpias y ordenadas todas las áreas incluyendo áreas exteriores.
- Lavar y desinfectar el área de disposición de basuras, tan pronto estas son recogidas.
- Eliminar aguas sucias y estancadas.
- Garantizar el ajuste automático de puertas, marcos sin hendiduras, ni espacios.
- Mantener las puertas abiertas el menor tiempo posible.
- Controlar ambientes muy húmedos.
- Eliminar condiciones o lugares donde puedan reproducirse, o destruirlas en alguna parte de su ciclo de vida.
- Realizar limpiezas profundas y minuciosas en todas las áreas, evitando así las acumulaciones de polvo, grasa o cualquier alimento donde se pueda reproducir.
- Mantener tapados los recipientes de las basuras.
- Recolectar periódicamente las basuras.
- Eliminar material inservible u equipos que faciliten su albergue o reproducción.
- Eliminar vegetación que pueda albergar plagas

- Con la recogida de basuras y existencia de recipientes adecuados para basuras, no existe razón para que estos residuos tan atrayentes para los insectos y roedores se dejen descomponer destapados en cualquier lugar.
- Una limpieza total y la ausencia de restos de alimentos consiguen que haya menos atracción de insectos, lo mismo la ausencia de áreas de mayor humedad y temperatura.

MONITOREO

Se realiza de dos maneras:

En sitio: mediante inspecciones semanales para detectar actividad de plagas, la cual se registra en el formato Monitoreo de presencia de plagas.

Mediante auditorías internas de la gestión documental (registros), verificación in situ, y el cronograma de cada centro de servicio.

REGISTROS

Formatos establecidos por el restaurante.

VALIDACIÓN

El programa de control integrado de plagas se valida con los registros y las verificaciones realizadas en planta y servicios de alimentación.

PROGRAMA DE RESIDUOS SOLIDOS Y LIQUIDOS

OBJETIVO

Objetivo General

Documentar la disposición y el manejo adecuado de los residuos líquidos y sólidos generados en el centro de servicio de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** dando cumplimiento a los lineamientos de la normatividad vigente.

Objetivos Específicos

- Identificar las instalaciones y elementos para la disposición y el manejo adecuado de los residuos líquidos y sólidos
- Establecer los procedimientos para la separación, recolección, conducción, transporte interno y disposición final de los residuos generados.
- Contribuir con la inocuidad del producto a través del manejo adecuado de los residuos líquidos y sólidos producidos en las operaciones.
- Disminuir el impacto ambiental por la contaminación que generan los residuos líquidos y sólidos resultantes de las operaciones realizadas.

ALCANCE

Aplica para los servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**. Incluye todas las áreas y procesos donde se generen residuos líquidos y sólidos.

Este programa describe desde los sitios de generación de los residuos hasta el manejo, almacenamiento, entrega y disposición final de los mismos.

DEFINICIONES

Aceite vegetal de fritura usado: Se entiende por aceite vegetal de fritura usado aquel producto lípido desnaturalizado por su utilización con altas temperaturas, generado en los establecimientos indicados en el presente Acuerdo, al cual se le han modificado las características organolépticas y fisicoquímicas del producto original produciendo modificaciones en la composición de los ácidos grasos saturados que lo forman. Por cambiar las características fisicoquímicas del producto de origen a este residuo se lo llamará Residuo de Aceite Vegetal de Fritura Usado.

Afluente: Corriente o flujo entrante de agua residual de un sistema de tratamiento de aguas residuales.

Aprovechamiento: Es la utilización de residuos mediante actividades tales como separación en la fuente, recuperación, transformación y reuso de los mismos, permitiendo la reincorporación en el ciclo económico y productivo con el fin de generar un beneficio económico y social y de reducir los impactos ambientales y los riesgos a la salud humana asociados con la producción, manejo y disposición final de los residuos.

Bioseguridad: Son las prácticas que tienen por objeto eliminar o minimizar el factor de riesgo que pueda llegar a afectar la salud o la vida de las personas o pueda contaminar el ambiente.

Contaminación cruzada: proceso por el cual los alimentos entran en contacto con sustancias ajenas, generalmente nocivas para la salud.

Cultura de la No Basura: Es el conjunto de costumbres y valores tendientes a la reducción de las cantidades de residuos generados por cada uno de los habitantes y por la comunidad en general, así como al aprovechamiento de los residuos potencialmente reutilizables.

Desactivación: Es el método, técnica o proceso utilizado para transformar los residuos hospitalarios y similares peligrosos, inertizarlos, si es el caso, de manera que se puedan transportar y almacenar, de forma previa a la incineración o envío al relleno sanitario, todo ello con el objeto de minimizar el impacto ambiental y en relación con la salud. En todo caso, la desactivación debe asegurar los estándares de desinfección exigidos por los Ministerios del Medio Ambiente y Salud.

La desactivación dentro de las áreas o ambientes internos del servicio de salud, debe ser ejecutada por el generador; la desactivación fuera de las áreas internas del servicio de salud y dentro de la institución, podrá ser ejecutada por particulares y en todo caso dentro de las instalaciones del generador.

Disposición final controlada: Es el proceso mediante el cual se convierte el residuo en formas definitivas y estables, mediante técnicas seguras.

Generador: Es la persona natural o jurídica que produce residuos hospitalarios y similares en desarrollo de las actividades, manejo e instalaciones relacionadas con la prestación de servicios de salud, incluidas las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación; la docencia e investigación con organismos vivos o con cadáveres; los bioterios y laboratorios de biotecnología; los cementerios, morgues, funerarias y hornos crematorios; los consultorios, clínicas, farmacias, centros de pigmentación y/o tatuajes, laboratorios veterinarios, centros de zoonosis, zoológicos, laboratorios farmacéuticos y de producción de dispositivos médicos. .

Gestión: Es un conjunto de los métodos, procedimientos y acciones desarrollados por la Gerencia, Dirección o Administración del generador de residuos hospitalarios y similares, sean estas personas naturales y jurídicas y por los prestadores del servicio de desactivación y del servicio público especial de aseo, para garantizar el cumplimiento de la normatividad vigente sobre residuos hospitalarios y similares.

Gestión integral: Es el manejo que implica la cobertura y planeación de todas las actividades relacionadas con la gestión de los residuos hospitalarios y similares desde su generación hasta su disposición final.

Incineración: Es el proceso de oxidación térmica mediante el cual los residuos son convertidos, en presencia de oxígeno, en gases y restos sólidos incombustibles bajo condiciones de oxígeno estequiométricas y la conjugación de tres variables: temperatura, tiempo y turbulencia. La incineración contempla los procesos de pirolisis y termólisis a las condiciones de oxígeno apropiadas.

Lodos: denomínese lodo a la suspensión de un sólido en un líquido proveniente de tratamiento de aguas, residuos líquidos u otros similares.

Similares –MPGIRH: Es el documento expedido por los Ministerios del Medio Ambiente y Salud, mediante el cual se establecen los procedimientos, procesos, actividades y estándares de microorganismos que deben adoptarse y realizarse en los componentes interno y externo de la gestión de los residuos provenientes del generador.

Minimización: Es la racionalización y optimización de los procesos, procedimientos y actividades que permiten la reducción de los residuos generados y sus efectos, en el mismo lugar donde se producen.

Precaución en ambiente: Es el principio según el cual cuando exista peligro de daño grave e irreversible, la falta de certeza científica absoluta no deberá utilizarse como razón para postergar la adopción de medidas eficaces para impedir la degradación del medio ambiente.

Precaución en salud: Es el principio de gestión y control de la organización estatal, empresarial y ciudadana, tendiente a garantizar el cumplimiento de las normas de protección de la salud pública, para prevenir y prever los riesgos a la salud de las personas y procurar mantener las condiciones de protección y mejoramiento continuo.

Prestadores del servicio público especial de aseo: Son las personas naturales o jurídicas encargadas de la prestación del Servicio Público Especial de Aseo para residuos hospitalarios peligrosos, el cual incluye entre otras, las actividades de recolección, transporte, aprovechamiento, tratamiento y disposición final de los mismos, mediante la utilización de la tecnología apropiada, a la frecuencia requerida y con observancia de los

procedimientos establecidos por los Ministerios del Medio Ambiente y de Salud, de acuerdo a sus competencias, con el fin de efectuar la mejor utilización social y económica de los recursos administrativos, técnicos y financieros disponibles en beneficio de los usuarios de tal forma que se garantice la salud pública y la preservación del medio ambiente.

Prestadores del servicio de desactivación: Son las personas naturales o jurídicas que prestan el servicio de desactivación dentro de las instalaciones del generador, o fuera del, mediante técnicas que aseguren los estándares de desinfección establecidos por los Ministerios del Medio Ambiente y de Salud de conformidad con sus competencias.

Prevención: Es el conjunto de acciones dirigidas a identificar, controlar y reducir los factores de riesgo biológicos, del ambiente y de la salud, que puedan producirse como consecuencia del manejo de los residuos de que trata el presente decreto, ya sea en la prestación de servicios de salud o cualquier otra actividad que implique la generación, manejo o disposición de esta clase de residuos, con el fin de evitar que aparezca el riesgo o la enfermedad y se propaguen u ocasionen daños mayores o generen secuelas evitables.

Recolección: Es la acción consistente en retirar los residuos hospitalarios y similares del lugar de almacenamiento ubicado en las instalaciones del generador.

Residuos Líquidos: se entiende por residuo líquido toda sustancia en estado líquido como resultado de los procesos de producción.

Residuos hospitalarios y similares: son las sustancias, materiales o subproductos sólidos, líquidos o gaseosos, generados por una tarea productiva resultante de la actividad ejercida por el generador. De conformidad con la clasificación establecida en el decreto 2676 de 2000.

Riesgo biológico: presencia de un organismo, o la sustancia derivada de un organismo, que plantea, sobre todo, una amenaza a la salud humana.

Segregación: Es la operación consistente en separar manual o mecánicamente los residuos hospitalarios y similares en el momento de su generación, conforme a la clasificación establecida en el presente Decreto. (Decreto 2676 de 2000)

Sistema: Es el conjunto coordinado de componentes y elementos que actúan articuladamente cumpliendo una función específica.

Tratamiento: Es el proceso mediante el cual los residuos hospitalarios y similares provenientes del generador son transformados física y químicamente, con el objeto de eliminar los riesgos a la salud y al medio ambiente.

Tratamientos primarios: Son aquellos que permiten remover de las aguas residuales domesticas e industriales los contaminantes que pueden sedimentar, flotar o producir un aspecto estético desagradable.

Tratamientos secundarios: el objetivo de este tratamiento es remover la demanda biológica de oxigeno soluble que escapa al tratamiento primario, además de remover cantidades adiciónales de sólidos suspendidos, a través de procesos físicos químicos y biológicos.

Vertimientos líquidos: Cualquier descarga líquida hecha a un cuerpo de agua o a un alcantarillado.

Verificación: Confirmación, mediante el suministro de evidencia objetiva, de que se han cumplido los requisitos especificados.

REQUISITOS LEGALES

Normatividad sanitaria:

Decreto 3075 de 23 de diciembre de 1997.

Capítulo VI. Saneamiento. Articulo 28.- Todo establecimiento destinado a la fabricación, procesamiento, envase y almacenamiento de alimentos debe implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe ser responsabilidad directa de la dirección de la Empresa.

Articulo 29.- El Plan de Saneamiento debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente e incluirá como mínimo los siguientes programas:

b. Programa de Desechos Sólidos: En cuanto a los desechos sólidos (basuras) debe contarse con las instalaciones, elementos, áreas, recursos y procedimientos que garanticen una eficiente labor de recolección, conducción, manejo, almacenamiento interno, clasificación, transporte y disposición, lo cual tendrá que hacerse observando las normas de higiene y salud ocupacional establecidas con el propósito de evitar la contaminación de los alimentos, áreas, dependencias y equipos o el deterioro del medio ambiente.

Resolución 2674 de 22 de julio de 2013.

Capítulo VI. Saneamiento. Artículo 26. Plan de Saneamiento- Toda persona natural o jurídica propietaria del establecimiento que fabrique, procese, envase, embale, almacene y expenda alimentos y sus materias primas deben implantar y desarrollar un Plan de Saneamiento con objetivos claramente definidos y con los procedimientos requeridos para disminuir los riesgos de contaminación de los alimentos. Este plan debe estar escrito y a disposición de la autoridad sanitaria competente; este debe incluir como mínimo los

procedimientos, cronogramas, registros, listas de chequeo y responsables de los siguientes programas:

Desechos Sólidos: debe contarse con la infraestructura, elementos, áreas, recursos y procedimientos que garanticen una eficiente labor de recolección, conducción, manejo, almacenamiento interno, clasificación, transporte y disposición final de los desechos sólidos, lo cual tendrá que hacerse observando las normas de higiene y salud ocupacional establecidas con el propósito de evitar la contaminación de los alimentos, áreas, dependencias y equipos, y el deterioro del medio ambiente.

Normatividad Ambiental:

Resolución 631 de 2015. Por la cual se establecen los parámetros y los valores máximos permisibles en los vertimientos puntuales a cuerpos de aguas superficiales y a los sistemas de alcantarillado público y se dictan otras disposiciones.

Decreto 3930 de 2010. Por el cual se reglamenta parcialmente el Título I de la Ley 9ª de 1979, así como el Capítulo II del Título VI -Parte III- Libro II del Decreto-ley 2811 de 1974 en cuanto a usos del agua y residuos líquidos y se dictan otras disposiciones.

Decreto 4126 de 2005. Por el cual se modifica parcialmente el Decreto 2676 de 2000, modificado por el Decreto 2763 de 2001 y el Decreto 1669 de 2002, sobre la gestión integral de los residuos hospitalarios y similares.

Resolución 1164 de 2004. Por la cual se adopta el Manual de Procedimientos para la Gestión Integral de los residuos hospitalarios y similares.

Decreto 2676 de 2000. Por el cual se reglamenta la gestión integral de los residuos Biológicos y modificaciones de marzo del 2002.

Ley 430 de 1998. Por la cual se dictan normas prohibitivas en materia ambiental, referentes a los desechos peligrosos.

RESPONSABILIDADES

Gerente general: aportar el recurso económico para la implementación y aplicación del manejo de residuos líquidos y sólidos.

Área de Calidad: Elaboración, implementación, verificación y ajustes del programa, para asegurar la inocuidad del producto y disminuir el impacto ambiental y sanitario.

Capacitar al personal administrativo, técnico y operativo que ejecuta el programa, en la clasificación y disposición de los residuos líquidos y sólidos generados en el centro de servicios de alimentación operados y administrados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS.**

Colaboradores: Ejecutar las actividades descritas en el procedimiento de manejo de residuos líquidos y sólidos, de manera que no se genere riesgo de contaminación ni se atente contra la inocuidad del producto.

Cumplir con la correcta disposición de los residuos líquidos y sólidos, generados en sus áreas.

PROCEDIMIENTO MANEJO DE RESIDUOS LIQUIDOS Y SÓLIDOS

REQUISITOS GENERALES

La Gestión Integral de Residuos líquidos y sólidos, describe las actividades de separación, recolección, conducción, transporte interno y la disposición final de los residuos sólidos y líquidos generados.

COMPROMISO INSTITUCIONAL Y SANITARIO

Para **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, la protección del medio ambiente es una prioridad corporativa en todas sus actividades y servicios.

Desde el inicio de nuestras labores el objetivo es operar de manera eficiente y segura con el propósito de contribuir al desarrollo sostenible de nuestro entorno.

Es por esto que nos comprometemos a cumplir la legislación sanitaria y ambiental vigente, y nos esforzamos por incorporar tecnología y procesos ambientalmente limpios para la prevención de la contaminación, el mejoramiento continuo y la disposición adecuada de:

- Residuos líquidos y control de calidad de los vertimientos.
- Residuos sólidos.

DIAGNÓSTICO AMBIENTAL Y SANITARIO

El diagnóstico ambiental y sanitario de los tipos de residuos generados en centro de operaciones de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, se realiza con base en la clasificación del Decreto 2676 de 2000 y a la Resolución 1164 de 2002.
Este diagnóstico incluye:

Vertimientos líquidos a la fuente receptora.
Residuos No Peligrosos (Biodegradables, Reciclables, Inertes, Ordinarios),
Tecnologías implicadas en la gestión de residuos
Capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia (Plan de contingencia)

MANEJO DE RESIDUOS LIQUIDOS

Los residuos líquidos provenientes de servicios de alimentación se encuentran cargados principalmente de grasas, materia orgánica y algunas sustancias químicas biodegradables que son vertidas a los efluentes.

La peligrosidad de estos residuos radica en su contenido de microorganismos patógenos, materia orgánica y sustancias de interés sanitario, lo cual incide notoriamente en la calidad del efluente generado.

Para minimizar la cantidad de residuos vertidos al efluente, se debe instaurar tecnologías limpias y procedimientos que limiten la generación de vertimientos líquidos contaminantes, tales como buenas prácticas y barreras físicas, lo cual implica un adecuado manejo de los sólidos generados;: como la utilización de microorganismos para el tratamiento de aguas.

CARACTERIZACIÓN DE LOS RESIDUOS LIQUIDOS

En la industria de servicios de alimentación se generan dos tipos de residuos líquidos, aceites vegetales de fritura y aguas residuales industriales (ARI). Las ARI se caracterizan por su alto contenido de grasas y carga orgánica que son de alta significación ambiental,

Las ARI resultantes se clasifican en:

Industriales: resultantes de la limpieza y desinfección de áreas de proceso, equipos, utensilios y carros de transporte utilizados en los servicios de alimentos.
Domésticas: generadas de las labores cotidianas del personal que labora en la empresa (Servicios sanitarios).

Tipos de residuos líquidos generados en planta y servicios de alimentos .

TIPO DE RESIDUO LIQUIDO	CANT. GENERADA PROMEDIO	CARACTERISTICAS
Aceite usado (aceite vegetal de fritura)	N.A.	Generado en planta y servicios de alimentación.

Aguas Residuales Industriales: Aguas de limpieza y desinfección	N.A.	Generadas durante el proceso de lavado y desinfección de materias primas y las áreas de proceso.
Aguas Residuales Domésticas	N.A.	Generadas de las unidades sanitarias (lavamanos, lava botas y baños)

ACEITE USADO (ACEITE VEGETAL DE FRITURA): el aceite usado se origina de las actividades de fritura, los cuales se desechan por exceso de uso o exposición superior (quemados o ahumados).

AGUAS RESIDUALES INDUSTRIALES: Las aguas residuales industriales (ARI) se originan de las actividades de limpieza y desinfección de materias primas, maquinaria, equipos e instalaciones, y lavado de carros transportadores.

Dichas aguas son contaminadas por suciedad (tierra, polvo) de las frutas, verduras y tubérculos, grasas de las materias primas (carnes blancas y carnes rojas), lavado de maquinaria, equipos, utensilios e infraestructura, detergentes y desinfectantes biodegradables utilizados en las actividades de limpieza y desinfección.

AGUAS RESIDUALES DOMESTICAS: Las aguas residuales domésticas son aquellas generadas de unidades sanitarias (lava botas, lavamanos, sanitarios, orinales).

SEGREGACIÓN EN LA FUENTE

Fuente de generación, clasificación, tratamiento y destino final de los residuos líquidos.

<table>
<tr><th>Fuente de generación</th><th>Clasificación de residuos líquidos</th><th>Tratamiento</th><th>Destino final</th></tr>
<tr><td>Cocina caliente</td><td>Aceite usado</td><td>Producción de biodiesel</td><td>Producción de biodiesel</td></tr>
<tr><td>Cocina caliente</td><td rowspan="4">ARI</td><td rowspan="4">Rejillas y trampa de grasas</td><td rowspan="5">Alcantarillado</td></tr>
<tr><td>Cocina fría</td></tr>
<tr><td>Área de lavado</td></tr>
<tr><td>Área Pre alistamiento</td></tr>
<tr><td>Unidades sanitarias (lava botas, lavamanos, orinales y sanitarios)</td><td>ARD</td><td>Cajas de registro</td></tr>
</table>

ARD: Aguas residuales domésticas; ARI: Aguas residuales industriales.

LAVADO DE TRAMPAS DE GRASA

Las trampas de grasa retienen la mayor parte de grasa, para evitar la obstrucción de la red de alcantarillado y aliviar mediante separación física de las aguas residuales domésticas o industriales su contenido de grasa. Se debe realizar cronograma de recolección, lavado y desinfección de estas.

Protocolos de lavado de trampas de grasa industriales (Aplica para trampas de grasas instaladas bajo pocetas o lavaplatos).

MANEJO DE RESIDUOS SÓLIDOS

SEGREGACION EN LA FUENTE

La segregación en la fuente, es la base del proceso y consiste en la clasificación, recolección, conducción y transporte interno de los residuos sólidos hasta el sitio de almacenamiento de basuras o acopio de residuos sólidos.

Los recipientes para clasificar los residuos están ubicados en cada una de las áreas de administrativas y operativas de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**. de acuerdo al tipo y cantidad de residuos generados. Los recipientes utilizados cumplen con las especificaciones de la resolución 1164 de 2002.

Fuentes de generación: Las fuentes de generación de residuos sólidos, son las áreas involucradas en los procesos administrativos y operativos

Fuentes de generación y tipos de residuos sólidos.

FUENTES DE GENERACION	TIPO DE RESIDUOS
OFICINAS	Ordinarios (empaques de alimentos, cajas de jugos tetra pack). Reciclables (cartón, plásticos, papel)
COCINA CALIENTE, COCINA FRIA, ÁREA DE LAVADO	Biodegradables (residuos del alistamiento de frutas, verduras y tubérculos, residuos de descomide.) Ordinarios (toallas de manos desechables, empaques de materias primas)
ALMACEN	Reciclables (cartón, plásticos) Inertes y ordinarios (icopor)
UNIDADES SANITARIAS	Biodegradables (papel higiénico, toallas de manos desechables)

CLASIFICACIÓN DE LOS RESIDUOS SÓLIDOS

La clasificación de los residuos sólidos, se realiza en canecas plásticas provistas de tapa, rotuladas con el tipo de residuo, y con bolsa plástica de acuerdo al código de colores de la Tabla en caso tal que no exista bolsa del mismo color de la caneca se utiliza bolsa plástica transparente.

Biodegradables (verde con tapa en planta, en centros de servicio se alinea al código de colores establecido por el cliente): los residuos de alimentos crudos y cocidos generados en las áreas de proceso.

Ordinarios (negro): residuos resultantes del barrido de oficinas y áreas administrativas.

Reciclables (color blanco): papel, cartón, vidrio, plástico no contaminado.

Código de colores para la clasificación de residuos sólidos

CLASE DE RESIDUO	COLOR Y ROTULO	CONTENIDO BÁSICO
Residuos Orgánicos Aprovechables	Color: Verde Rotulo: Residuos como Restos de comida	Residuos como Restos de comida, Desechos Agrícolas
Residuos No Aprovechables	Color: Negro Rotulo: Residuos como Papel higiénico, Servilletas, Papeles y cartones, contaminados con comida, Papeles metalizados	Residuos como Papel higiénico, Servilletas, Papeles y cartones, contaminados con comida, Papeles metalizados
Residuos Aprovechables	Color: Blanco Rotulo: Plástico, Cartón, Vidrio, Papel, Metales	Plástico, Cartón, Vidrio, Papel, Metales

MOVIMIENTO INTERNO Y ALMACENAMIENTO DE RESIDUOS

El movimiento interno de los residuos consiste en recolectar, conducir y transportar internamente los residuos desde su sitio de generación hasta el sitio de almacenamiento.

La ruta de evacuación de residuos se encuentra en cada centro de servicio en medio físico.

FRECUENCIA DE RECOLECCIÓN DE RESIDUOS

Frecuencia de recolección de residuos generados

TIPO DE RESIDUO	CASINO	SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN
Biodegradables (Orgánicos)	Martes- Miércoles- Jueves y viernes 6 am	*Según establezca el cliente.
Ordinarios	Martes Jueves Sábado 4 pm	*Según establezca el cliente
Reciclables	Martes Jueves- Sábado 3-4 pm	*Según establezca el cliente
Aceite usado	Viernes 6 am	Una vez se encuentre lleno el recipiente se envía. ** en los contratos que aplique

USO DE PRODUCTOS QUÍMICOS

Dando cumplimiento al compromiso ambiental de protección y conservación del medio ambiente, los productos químicos utilizados para limpieza y desinfección son biodegradables.

SISTEMA DE DESACTIVACIÓN Y DISPOSICION FINAL DE LOS RESIDUOS

Tabla Descripción de los residuos, desactivación, disposición y destino final de cada tipo de residuo.

TIPO DE RESIDUOS	DESCRIPCIÓN	DISPOSICIÓN	DESTINO FINAL
BIODEGRADABLES	Residuos de alimentos.*		

ORDINARIOS	Servilletas usadas, empaques de papel, icopor, papel higiénico, toallas de manos desechables,	Empresa recolectora de residuos E.S.P.	Relleno Sanitario
	Cuncho de café.		
RECICLABLES	Papel, plástico, cartón, vidrio, chatarra, partes de equipos en desuso	TERCEROS (Empresa de Reciclaje)	Reciclaje
RESIDUOS LIQUIDOS	Aceite usado	Proveedor autorizado	Producción de biodiesel
	Aguas Industriales y domésticas	Alcantarillado	Planta de tratamiento de aguas residuales (PTAR)

DESCRIPCION DE LAS DESTINACIONES FINALES

Para dar cumplimiento al compromiso institucional y a la normatividad vigente, los residuos serán dispuestos de la siguiente manera:

Los residuos Ordinarios, son entregados a la empresa prestadora de servicio público de aseo**,** ésta empresa realiza la recolección y dispone de éstos residuos en el relleno sanitario.
Los residuos Reciclables, son entregados a una persona natural o jurídica dedicada al reciclaje, la cual realiza la recolección y dispone de éstos en el aprovechamiento industrial.
Los residuos Biodegradables, son entregados al proveedor responsable de realizar la recolección y dispone de éstos residuos para compostaje.

NOTA: Los proveedores con los que se tiene convenio comercial para la disposición final de los residuos sólidos, cuentan con la autorización de los entes de control para realizar estas actividades.

Los residuos líquidos: aguas industriales y domésticas son vertidas directamente en el alcantarillado; la disposición final del aceite usado es realizada por un proveedor autorizado por la entidad ambiental.

GESTION EXTERNA

La gestión externa de los residuos es realizada por terceros (empresa prestadora del servicio público de aseo, empresa prestadora del servicio de limpieza de trampas de grasas, empresa prestadora del servicio de recolección y disposición de residuos biodegradables y aceite usado).

RECOLECCIÓN, TRANSPORTE Y DISPOSICION DE RESIDUOS

BIODEGRADABLES Y ACEITE USADO: La recolección debe efectuarse por personal conocedor y capacitado en el manejo de residuos biodegradables y aceite usado, con la dotación y elementos de protección personal adecuados.

ORDINARIOS: la recolección es realizada por la empresa pública de aseo, la cual se encarga de la disposición final de éstos residuos en el Relleno Sanitario. La frecuencia de recolección se realiza de acuerdo al cronograma que tiene establecido dicha empresa para atender la localidad o el municipio.

RECICLABLES: la recolección y transporte de estos residuos es realizada por un proveedor encargado de reciclaje.

PROCEDIMIENTO MANEJO DE RESIDUOS SÓLIDOS

Residuos sólidos de áreas de proceso (cocina caliente, cocina fría, área de lavado):

El personal colaborador debe realizar las siguientes actividades:

- Durante las actividades de alistamiento de materias primas (frutas, verduras, tubérculos) deben depositar las cáscaras resultantes en canecas con tapa.
- Durante las actividades de preparación de alimentos y bebidas, debe realizarse barrido en seco de tablas, mesones y pisos de los residuos que se van generando, y deben depositarse en las canecas con tapa destinadas para tal fin.
- Al finalizar la jornada laboral realizar el barrido en seco de los residuos sólidos y deben depositarse en canecas con tapa, las que deben ser conducidas al área de residuos. Nunca se deben dejar ir por los desagües este tipo de residuos, ya que se afecta la calidad de los vertimientos.

Residuos sólidos de oficinas, unidades sanitarias, filtros sanitarios, almacenes, comedor, comedor, y puntos ecológicos:

El personal responsable del manejo de los residuos sólidos, diariamente debe realizar las siguientes actividades:

- Utilizar el EPP completo: Dotación de tela, protector de cabello, tapabocas, guantes de nitrilo y botas de caucho.
- Verificar el buen estado de la señalización, de los recipientes y de las tapas.
- Informar al responsable cuando falte una señal, un recipiente, una tapa, o cuando éstos se encuentren deteriorados.
- Revisar los recipientes, y retirar las bolsas que se encuentren llenas de residuos. Esta actividad debe realizarla dos veces en el día, según el horario establecido para evacuación de residuos sólidos.
- Retirar las bolsas que se encuentren llenas, y llevarlas al área de residuos sólidos.
- Lavar, desinfectar y secar los recipientes, según lo establecido en el procedimiento de limpieza y desinfección de canecas.
- Colocar bolsas limpias a los recipientes, recuerde que nunca se deben dejar recipientes sin bolsas, si no hay bolsas del mismo color del recipiente, utilice bolsa transparente.
- Diligenciar el registro, donde se indica la cantidad de residuos que se generan en cada área.

PROCEDIMIENTO MANEJO DE RESIDUOS LIQUIDOS:

LIMPIEZA DE TRAMPAS DE GRASAS INDUSTRIALES:

ALMACENAMIENTO DE ACEITE USADO: el aceite usado debe depositarse en un recipiente con tapa, el cual debe estar identificado con el rotulo “ACEITE USADO”, este recipiente se ubica en el área de residuos.

MONITOREO

Con el fin de garantizar el cumplimiento se controla la cantidad de residuos generados dentro del establecimiento.

Parámetro: Cantidad de residuos sólidos generados/área
Frecuencia de control: Diariamente se registra el tipo y cantidad de residuos sólidos generados en el establecimiento, en el formato.
Mensualmente, se realiza un consolidado de los residuos sólidos generados en el establecimiento.
Parámetro: Limpieza de Trampas de grasas externas.

Frecuencia de control: Según el cronograma se realiza limpieza de trampas de grasas. (Aplica para planta y servicios de alimentos que tienen trampas de grasa fuera de las áreas de proceso).

Parámetro: Limpieza de Trampas de grasas industriales.
Frecuencia de control: Diariamente se realiza limpieza de trampas de grasas. Se registra en el formato. (Aplica para trampas de pesetas industriales) .

Parámetro: Caracterización de aguas residuales.
Frecuencia de control: Cada seis (6) meses debe realizarse el monitoreo de aguas residuales.

REGISTROS

Formatos utilizados por el restaurante

VALIDACIÓN

El programa de manejo de residuos líquidos y sólidos se valida con los registros y las verificaciones realizadas en planta y servicios de alimentación.

PROGRAMA ABASTECIMIENTO DE AGUA

OBJETIVO GENERAL

Garantizar la calidad del agua que se utiliza en las diferentes etapas de la operación y funcionamiento de la empresa, con el fin de prevenir cualquier tipo de contaminación ocasionada por el agua.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

• Establecer estándares de calidad para el manejo y control de la calidad del agua potable durante los diferentes procesos.
• Concientizar al personal que interviene en los diferentes procesos para ejercer un uso razonable del agua potable.

ALCANCE

El presente programa se aplica al agua potable que se utiliza en las diferentes etapas de la operación y funcionamiento del Restaurante **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** a los sistemas de almacenamiento del mismo.

ABASTECIMIENTO DE AGUA

Se denomina agua potable (del latín potus, bebida, potabilis, bebible, potare = beber) al agua "bebi-ble" en el sentido que puede ser consumida por personas y animales sin riesgo de contraer enferme-dades. El término se aplica al agua que ha sido tratada para su consumo humano según unos estánda-res de calidad determinados por las autoridades locales e internacionales.
En la Unión Europea la normativa 98/83/EU establece valores máximos y mínimos para el contenido en minerales, diferentes iones como cloruros, nitratos, nitritos, amonio, calcio, magnesio, fosfato, arsénico, etc., además de los gérmenes patógenos. El pH del agua potable debe estar entre 6,5 y 8,5.

PROCEDIMIENTO

FUENTES DE AGUA: El agua potable que se utiliza en el Restaurante proviene de las diferentes entidades públicas según cada municipio o ciudad donde se realice los trabajos.

USOS DEL AGUA: El agua que se suministra a los restaurantes , se utiliza para el alistamiento y preparación de alimentos y para la higienización de todas las instalaciones, equipos y utensilios, como el uso de los baños, la cual es directamente suministrada por el cliente

TRATAMIENTO PARA LA POTABILIZACIÓN: El encargado de este proceso es directamente el cliente, el cual suministra las certificaciones correspondientes garantizando la potabilidad y calidad del agua utilizada para el restaurante,

ALMACENAMIENTO DEL AGUA

Se debe tener en cuenta que cuando el cliente suministra y es el encargado del abastecimiento del agua, el único control que ejerce el restaurante son las certificaciones correspondientes que entrega el cliente.
Cuando el abastecimiento del agua es responsabilidad del Restaurante, se debe cumplir con lo siguiente.

Número de tanques: uno (1)

Capacidad: 1000 litros

Frecuencia de limpieza y desinfección: Dos (02) veces al año.

Procedimiento para el lavado y desinfección del tanque de almacenamiento de agua
Equipos: Cepillos de cerda dura, escoba, pala, recogedor, balde y herramientas que se requieran según el tipo de tanque.
La metodología de lavado y desinfección que se describe a continuación se aplica a todos los tanques usados comúnmente (fibra de vidrio, cemento-asbesto, polietileno y concreto):

- Cerrar el registro (válvula) del tubo de entrada de agua potable al tanque, con tiempo de antelación suficiente para consumir el agua existente en el tanque. Es preciso dejar agua en el tanque hasta un nivel máximo de 10 centímetros de altura, con el propósito de ser usada en las labores de prelavado.
- Retirar todo el material extraño y el lodo depositado en el fondo del tanque.
- Remover mediante el uso de un cepillo de mano, o escoba de cerdas duras la suciedad adherida como lodos o lama de las paredes, tapa y fondo del tanque. Asegúrese de eliminar las materias extrañas adheridas de las esquinas entre piso y paredes.
- Enjuagar repetidas veces el tanque, con agua limpia para eliminar toda la mugre adherida y las partículas más finas, hasta que se observe que no hay suciedad en el fondo y el agua del lavado salga totalmente limpia; verifique que haya drenado la totalidad del agua de lavado.
- Preparar de 20 a 25 litros aproximadamente (según el tamaño del tanque) de solución desinfectante a una concentración entre 1000 a 2000 ppm en un balde.
- Lavar toda la superficie interior del tanque (paredes, piso, tapa) con la solución desinfectante preparada, verificando que haya escurrido de la solución desinfectante.
- Deje actuar el desinfectante de 15 a 20 minutos.

- Abrir los grifos o llaves del agua, de la edificación especialmente los grifos que conducen a la cocina y baños, hasta que empiece a drenar la solución desinfectante, y cierre nuevamente el grifo de 15 a 20 minutos, esto con el fin que la solución desinfectante actúe en la parte inter-na de la tubería.
- Enjuague el tanque y abra los grifos o llaves de la edificación para retirar la solución desinfectante, realice lavados repetidos para eliminar los residuos de desinfectante en el tanque.
- Verifique que todos los grifos o llaves estén cerrados e inicie con el llenado del tanque, asegúrese de instalar correctamente la tapa para evitar el ingreso de contaminantes como: micro-organismos, polvo, insectos, aguas lluvias y prevenir la pérdida del cloro por volatilización.
- Diligencie el registro de control de la actividad conforme al Plan de Saneamiento Básico, Indicando la fecha de la actividad, próxima fecha de desinfección, nombre del desinfectante, compuesto activo del desinfectante, concentración usada, persona o institución responsable de la actividad y observaciones

CONTROL DE CAMBIOS

Versión	Resumen del Cambio
0	Se crea el documento

	NOMBRES	CARGO	FECHA	FIRMAS
Elaboró:	Carlos Andrés Méndez	Ingeniero SST	2021/09/01	
Revisó y Aprobó:	Gladys Cerquera de Bedoya	Gerente	2021/09/01	

Antecedentes

La enfermedad por coronavirus COVID-19, causada por el coronavirus detectado por primera vez en Wuhan, China, en diciembre de 2019 es la razón por la que el 30 de enero de 2020, el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el brote actual constituía una emergencia de salud pública de preocupación internacional.

Ante la llegada de este fenómeno de salud pública a Colombia, después del 6 de marzo de 2020, el país inició la fase de contención en la cual es importante brindar instrucciones e información en el marco de la intervención, respuesta y atención de la enfermedad, en especial para el uso racional de elementos de protección personal (EPP) en entornos de salud y comunitarios, todos estos basados en las recomendaciones de la OMS (World Health Organization -WHO, 2020).

En virtud de tal situación de orden sanitario que presenta el país, se diseña el presente protocolo de Bioseguridad con orientaciones y recomendaciones útiles para la empresa **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** y todo su personal, contratistas y proveedores.

Introducción

La pandemia del COVID-19 es una emergencia sanitaria y social de orden mundial que requiere acciones efectivas por parte de los gobiernos, las personas y el sector empresarial e industrial. Estos últimos juegan un papel fundamental en la minimización de la probabilidad de transmisión y el impacto en la sociedad. Las adopciones de medidas reducen los riesgos de corto plazo para los empleados y los costos de largo plazo para las empresas y la economía en general.

Este protocolo de Bioseguridad para la reactivación de la producción es una herramienta desarrollada por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, frente a las medidas que puede implementar la organización con ocasión de la pandemia por COVID-19.

Su objetivo principal es asegurar que la reactivación en la producción de Alimentos se realice aplicando las medidas posibles para la prevención del contagio con el fin de proteger la salud de los trabajadores, los clientes y la continuidad del negocio

Objetivo

Definir e implementar los protocolos, normas y reglamentos para reducir el riesgo de infecciones por Coronavirus COVID-19. Las siguientes acciones y responsabilidades específicas serán implementadas en todos los establecimientos donde opera **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS.**

Definiciones

Aislamiento: Separación de una persona o grupo de personas que se sabe o se cree que están infectadas con una enfermedad transmisible y potencialmente infecciosa de aquellos que no están infectados, para prevenir la propagación de Coronavirus (COVID-19). El aislamiento para fines de salud pública puede ser voluntario u obligado por orden de la autoridad sanitaria.

Autocontrol: Es el control que realiza la persona a sí misma para detectar fiebre con la toma la temperatura dos veces al día permaneciendo alerta ante la tos o la dificultad para respirar o el dolor de garganta o la fatiga, disminución o pérdida de la capacidad para oler, y disminución o

pérdida de la capacidad para degustar. La persona bajo autocontrol debe conocer el protocolo para comunicarse con el equipo de salud a cargo si presentara alguno de estos signos o síntomas durante el período de autocontrol con el fin de determinar si necesita una evaluación médica.

Áreas comunes: áreas frecuentadas, destinadas a ser utilizadas o compartidas por varias personas. Las áreas comunes pueden incluir entradas, vestidores, comedores, cocinas y cafeterías, salas de capacitación y de reuniones, oficinas, área de copiadoras, sanitarios, departamentos médicos, caseta de vigilancia, salas de control en área operativas, área de trabajo y otras áreas definidas por cada instalación.

Buenas Prácticas: se refiere a toda experiencia que se guía por principios, objetivos y procedimientos apropiados o pautas aconsejables que se adecuan a una determinada perspectiva normativa o a un parámetro consensuado, así como también toda experiencia que ha arrojado resultados positivos.

Contacto estrecho: Es el contacto entre personas en un espacio de 2 metros o menos de distancia, en una habitación o en el área de atención de un caso de COVID-19, confirmado o probable, durante un tiempo mayor a 15 minutos, o contacto directo con secreciones de un caso probable o confirmado mientras el paciente es considerado infeccioso.

COVID-19: Según define la OMS, "es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019".

Cuarentena: Significa la separación de una persona o grupo de personas que razonablemente se cree que han estado expuestas a una enfermedad contagiosa Desinfección. Se refiere al uso de productos químicos, como desinfectantes registrados en la EPA, para eliminar los virus y bacterias presentes en las superficies. Este proceso no necesariamente limpia las superficies sucias, pero al combatir los virus y bacterias adheridos a las superficies luego de la limpieza, se puede disminuir aún más el riesgo de propagar una infección.

Limpieza: Se refiere a la eliminación de suciedad e impurezas de las superficies. Este proceso no elimina los virus y bacterias que se encuentren adheridos a las superficies.

Mascarillas: Las mascarillas son un producto sanitario que permite tapar la boca y las fosas nasales para evitar el ingreso agentes patógenos a las vías respiratorias y contagiarse de enfermedades. Igualmente se pueden usar en sentido contrario, para evitar contagiar a otras personas en caso de estar infectado. Las mascarillas también conocidas como tapabocas.

Síntomas COVID / Síntomas de alerta: fiebre, tos, dificultad para respirar o dolor de cabeza. [Nota: Otros síntomas pueden incluir dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea. Fuente: sitio web de la Organización Mundial de la Salud - 28/03/2020 y Comité Nacional para la Vigilancia Epidemiológica]

INFORMACIÓN GENERAL DE EMPRESA.

IDENTIFICACIÓN DE LA EMPRESA

Razón social	**GLADYS CERQUERA DE BEDOYA**
NIT	**36.147.801-6**
Dirección	**Carrera 49N°6-159**
Ciudad	**Neiva**
Departamento	**Huila**
Representante	**Gladys Cerquera De Bedoya**
Dirección	**Carrera 49N°6-159/barrio Ipanema**
Ciudad	**Neiva**
Departamento	**Huila**
Teléfono	**8628644 - 3204113279**
Correo:	**Gladisbedoyacomercial@gmail.com**
Sucursales	**La Angostura – Campoalegre –SENA ICBF Regional Huila Calle 21 No. 1F-40 Neiva SENA Centro de Industria y La Construcción-Ibagué**
Actividad económica	**Expendio a la mesa de comida preparada**
Clase de riesgo	**2**
Código de la actividad económica	**5611**
Administradora de riesgos laborales	**Positiva**
Tipo del sector económico	**EXPENDIO A LA MESA DE COMIDAS PREPARADAS, EN RESTAURANTES**

MISIÓN

Somos una empresa dedicada a la producción y comercialización de alimentos de excelente calidad para satisfacer las necesidades de nuestros clientes, brindándoles un servicio cálido y rápido en un ambiente acogedor, haciendo sentir al cliente único y especia

VISIÓN

Ser la empresa líder del mercado, en servicio de expendido de comida a la mesa ser una empresa reconocida a nivel nacional y con varias sucursales en el país, destacándonos por nuestros sabores, servicio, variedad y prácticas sostenibles que ayuden al medio ambiente.

PRINCIPIOS

- El cliente es nuestra prioridad.
- Innovación constante.

- Cultura de excelencia.
- Trasformar la vida de nuestros colaboradores.
- Calidez en el servicio.
- Practicas con mejora continua.
- Orientación a la higiene.
- Desarrollo sostenible

VALORES

- Trabajo en equipo.
- Equidad
- Honestidad
- Comunicación abierta
- Disciplina

RESEÑA HISTORICA DE LA EMPRESA

El restaurante **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, tiene su comienzo en el año 2003 cuando fue seleccionada para manejar el casino-restaurante de la UNIVERSIDAD SUR COLOMBIANA de la ciudad de Neiva, allí se mantuvo satisfactoriamente 11años gracias a la aplicación de sus principios y valores en la atención al cliente que fueron los estudiantes, administrativos y, personal docente.
Sumándole a esto tenemos la magnífica sazón que siempre la ha caracterizado con un toque de amor.
En el año 2012 se presenta en licitación pública al SERVICIO DE APRENDIZAJE SENA en la regional Huila siendo seleccionada para llevar el casino restaurante de los aprendices en las sedes-. comercio, industria y agropecuario.
Actualmente se encuentra encargada de administrar la alimentación de las sede de ANGOSTURA –sede agropecuaria de la regional Huila ubicada en Campoalegre y en los años 2017 y 2018 mediante procesos de licitación pública fue adjudicataria de la administración de casino restaurante del Centro Agropecuario La Granja del SENA Regional Tolima, sede ubicada en la vía espinal Tolima.
Manejamos a diario más de 1500 aprendices que a su vez se convierten en raciones alimenticias servidas al día.
A partir del 2019 la empresa se encuentra prestando sus servicios a los funcionarios, contratistas y visitantes de la sede del ICBF Regional Huila ubicada en la ciudad de Neiva.
Con el favor de Dios esperamos continuar con este trabajo porque gracias a él nos hemos consolidado como una empresa de las más importantes, hábiles y solidas en nuestro servicio de EXPENDIO A LA MESA DE COMIDAS PREPARADAS, EN RESTAURANTES

ASIGNACIÓN DE RESPONSABILIDADES FRENTE A COVID-19

Administradoras de Riesgos Laborales -ARL

•Asesorías Técnicas presenciales y Virtuales
•Capacitaciones Virtuales en Prevención COVID-19
•Soporte Diseño protocolo Bioseguridad

Gerencia

•Establecer, revisar, aprobar, emitir y mantener los reglamentos y protocolos frente a COVID-19
•Participar en las reuniones y actividades programadas de manera virtual
•Asignar el recurso humano propio o contratado para la implementación, ejecución, control y evaluación de las acciones que se realizaran para la mitigación del COVID-19
•Garantizar la infraestructura necesaria para la ejecución del protocolo de Bioseguridad
•Desarrollar inspecciones gerenciales de acuerdo a la programación.
•Participar en auditorías internas y externas.
•Fijar las directrices del departamento y designar a los responsables del funcionamiento del mismo.
•Designar los recursos para su funcionamiento.
•Procurar un cuidado integral de la salud propia como la de los compañeros de trabajo.

Jefes o supervisores

•Suministrar elementos de protección personal que protejan a los trabajadores de los riesgos de contagio de COVID-19. De acuerdo con procedimiento definido.
•Participar en las reuniones y actividades programadas de manera virtual.
•Supervisar el desarrollo del cumplimiento del protocolo de Bioseguridad
•Suministrar información clara y veraz sobre su estado de salud.
•Participar activamente en las brigadas de emergencia.
•Reportar actos y condiciones inseguras.
•Procurar un cuidado integral de la salud propia como la de los compañeros de trabajo.

Colaboradores operativos

•Cumplir con las normas de prevención y control adoptadas por la Empresa, en materia de Bioseguridad referente a COVID-19.
•Cumplir con todas las normas estipuladas en los Reglamentos, Planes y Protocolo de Bioseguridad.
•Informar oportunamente a sus superiores la presencia de condiciones de trabajo que resulten peligrosas para contagio de COVID-19.
•Suministrar información real y oportuna sobre su situación de salud o posibles síntomas de COVID-19.
•Utilizar los Elementos de Protección Personal asignados por la empresa para el desarrollo de sus labores. (Careta, Tapabocas)
•Mantener el distanciamiento mínimo de dos metros con sus compañeros de trabajo.
•Lavarse las manos constantemente
•Limpiar y desinfectar al inicio, durante y al terminar la jornada los equipos, herramientas y objetos que utilicen en sus labores diarias (Mediante auditorias se supervisa y se deja registro fotográfico de la actividad)
•Procurar un cuidado integral de la salud propia como la de los compañeros de trabajo.

Colaboradores administrativos

•Cumplir con las normas de prevención y control adoptadas por la Empresa, en materia de Bioseguridad referente a COVID-19.
•Cumplir con todas las normas estipuladas en los Reglamentos, Planes y Protocolo de Bioseguridad.

•Informar oportunamente a sus superiores la presencia de condiciones de trabajo que resulten peligrosas para contagio de COVID-19.
•Suministrar información real y oportuna sobre su situación de salud o posibles síntomas de COVID-19.
•Utilizar los Elementos de Protección Personal asignados por la empresa para el desarrollo de sus labores. (Tapabocas)
•Mantener el distanciamiento mínimo de dos metros con sus compañeros de trabajo.
•Lavarse las manos constantemente.
•Limpiar y desinfectar al inicio, durante y al terminar la jornada los equipos, herramientas y objetos que utilicen en sus labores diarias (Mediante auditorias se supervisa y se deja registro fotográfico de la actividad)
•Mantener su puesto de trabajo limpio ordenado (realizar desinfección constante)
•Procurar un cuidado integral de la salud propia como la de los compañeros de trabajo.

Visitantes y proveedores

•Tener al día los aportes de seguridad social.
•Cumplir con el protocolo de Bioseguridad establecido.
•Suministrar información real y oportuna sobre su situación de salud frente a COVID-19
•Permitir toma de temperatura
•Respetar el distanciamiento entre personas de 2 metros
•Utilizar adecuadamente los elementos de protección de bioseguridad exigidos para el ingreso a la planta
•Procurar un cuidado integral de la salud propia como la de las demás personas en las instalaciones de la organización.

Seguridad y salud en el trabajo

•Colaborar para que se asegure el cumplimiento y la observación constante de todas las exigencias derivadas de los requisitos legales de los permisos y autorizaciones administrativas y de otros requisitos vinculantes (asumidos voluntariamente por la Organización).
•Monitorear el protocolo de Bioseguridad para su cumplimiento adecuado
•Control a subcontratistas los cuales deben cumplir con los estándares establecidos para la operación en frente a COVID-19
•Suministrar oportuna y cumplidamente todos los informes de Bioseguridad COVID-19
•Ejecutar actividades de detección, valoración y manejo del riesgo para la salud.
•Desarrollar el plan de atención de emergencias y evacuación por caso positivo de COVID-19
•Llevar estadísticas de atención en oficina de seguridad integral
•Establecer contacto y coordinar con las entidades de salud (EPS / ARL/ Hospitales) correspondientes para los casos de remisión de personal con síntomas de COVID-19.
•Coordinar y ejecutar el plan de capacitación a los trabajadores.
•Mantener actualizado el listado de red asistencial.
•Asegurar en todo momento se sigan las normas de Bioseguridad en todos los frentes de la operación.

Equipo de respuesta COVID-19

Cada instalación deberá establecer un Equipo de Respuesta COVID-19 (ERC). El ERC es un equipo multifuncional dirigido por el Administrador del punto y es responsable de la implementación del Protocolo COVID-19.

INGRESO DE PERSONAL DIRECTO DE CERQUERA DE BEDOYA GLADYS A LAS INSTALACIONES O PUNTOS

Antes del ingreso de personal a las instalaciones del cliente donde opera **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, se debe garantizar el diligenciamiento de la autoevaluación de síntomas COVID-19 a diario, por medio del siguiente link de la ARL POSITIVA. https://www.alissta.gov.co/



Esta sección proporciona una guía para el personal que apoya en las actividades de control de acceso

- El personal debe llegar con ropa de calle (incluye zapatos)
- Al llegar al local deben proceder al cambio de ésta, con el uniforme asignado para su rol. Sí el cambio de ropa se hace fuera del local, deben disponer de un atomizador o tapete desinfectante para suelas de zapatos.
- En aras de asegurar la desinfección del calzado, en el ingreso al local se debe disponer de una zona para la ubicación de un tapete o contenedor con hipoclorito, que permita sumergir el calzado y de esta manera desactivar cualquier tipo de virus y bacterias

El propósito de la detección es identificar a las personas que respondan afirmativamente alguna de las preguntas del Cuestionario de contacto de caso potencial o confirmado COVID-19

La implementación de este protocolo no debe crear riesgos adicionales de aglomeraciones de personas, el personal debe mantener distanciamiento social recomendada de 2 metros.

Los siguientes requisitos y responsabilidades describen controles adicionales que se implementarán en los accesos de cada ubicación para mitigar los riesgos de transmisión de COVID-19.

para el control de acceso se designó a un líder o administrador de punto para que apoye en las tareas de control de acceso, dicho personal debe estar capacitado y dotado con elementos de bioseguridad COVID-19 para completar el proceso de evaluación todos los días laborables y turnos programados. El personal de apoyo puede ser personal de Seguridad y Salud en el Trabajo, brigadistas. Deben estar equipados y capacitados de la siguiente manera:

Equipamiento requerido:

Guantes desechables de látex o nitrilo.

- Lentes de seguridad
- Careta Facial
- Traje Tyvek
- Bata médica
- Botas de hule o cubre calzado
- Mascarilla N95/Cubrebocas plisado-quirúrgico
- Termómetro de temperatura corporal NO contacto.
- Soluciones/sustancias para limpieza y desinfección.
- Contenedor de basura forrado con bolsas de plástico para facilitar la extracción y eliminación de guantes, etc.

Entrenamiento requerido:

•Información y capacitación de COVID-19 descritas en esta sección.
•Cómo prevenir la contaminación durante la extracción de guantes y otros EPP
•Preguntas de evaluación actuales - consulte el cuestionario COVID-19
•Operación y uso del termómetro de temperatura de NO contacto.
•El contenido de este Protocolo.

Medidas de bioseguridad para trabajadores

Medidas Generales

Las medidas que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus son las siguientes;

- Lavado de manos
- Distanciamiento social
- Uso de tapabocas y careta
- Limpieza y desinfección

Adicional a estas medidas y teniendo en cuenta los mecanismos de diseminación del virus (gotas y contacto), **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** fortalece los procesos de limpieza y desinfección de elementos e insumos de uso habitual, superficies, equipos de uso frecuente, el manejo de residuos propio de la actividad desarrollada, adecuado uso de Elementos de Protección Personal-EPP y ventilación adecuada de los sitios de trabajo y el cumplimiento de condiciones higiénicos sanitarias, Además de contar con el programa de limpieza y desinfección general según lineamientos de la resolución 2674 de 2013.

A continuación, se describen de manera puntual las medidas que **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, adopto para la contención de la transmisión del virus.

Lavado de Manos

- **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, dispone de los puntos de lavado y desinfección de manos con agua limpia, dispensador con jabón, toallas desechables y secadores automáticos
- Suministro de alcohol etílico en atomizadores con solución de 30 ml de alcohol x 1 litro de agua
- Se dispondrá puntos de lavado y desinfección en los establecimientos de tal modo que el trabajador tendrá acceso fácil de lavado de manos
- Todos los trabajadores tanto en trabajo remoto como en centro de operaciones deben hacer lavado de manos con frecuencia mínima de cada dos horas, esta actividad también se debe realizar cuando el trabajador entra en contacto con superficies, objetos, herramientas y elementos de trabajo
- El cumplimiento de estas actividades se llevará a cabo con el responsable del SG-SST
- La compañía estableció un programa de capacitación, sensibilización, comunicación y cumplimiento del reglamento interno y protocolo de bioseguridad frente a actividades y acciones que evitan el contagio COVID-19

TÉCNICAS DE LAVADO

LAVADO DE MANOS Y ANTEBRAZOS

FRECUENCIA: Cada vez que cambie de actividad, al iniciar las labores, al salir del baño, después de rascarse o tocarse cualquier parte del cuerpo, después de toser o estornudar y después de manipular cualquier objeto.
ELEMENTOS A UTILIZAR: Lavamanos, toallas desechables o secador, Jabón líquido neutro en dispensador, gel antibacterial.

1. Introducir las manos dentro del lavamanos.
2. Humedecer las manos completamente con suficiente agua
3. Tomar jabón desinfectante del dispensador.
4. Distribuir el jabón uniformemente en las manos y antebrazos
5. Restriegue dedo por dedo en forma de torniquete.
6. Frote espacios interdigitales, palmas y la parte frontal de las manos.
7. Lave uña por uña
8. Restriegue antebrazos desde la muñeca hacia el codo en forma de torniquete
9. Enjuague con agua limpia, desde las manos hacia el codo.
10. Seque las manos con las toallas desechables
11. realice esta actividad por 20 segundos
12. Uso repetitivo de gel no reemplaza el lavado de manos, debe realizarse mínimo cada dos horas

SANITIZACION DE MANOS

1. Deposite abundante gel puro (sin diluir) en la palma de las manos.
2. Frote el gel Antibacterial en las palmas para generar fricción.
3. Repita los procesos de fricción como si fuera un lavado de manos con agua y jabón, en la zona de las manos que corresponda.

4. Siga de esta forma hasta el final y extienda las manos para que se sequen.

DISTANCIAMIENTO FÍSICO

Con el propósito de implementar medidas que permitan prevenir el contagio por COVID-19, la empresa **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA**, establece las siguientes acciones con el fin de asegurar el distanciamiento mínimo que debe mantenerse entre el personal que ingrese al establecimiento.

INGRESO DE PERSONAL AL (RESTAURANTE)

Procedimiento de aplicación de filtro/control de acceso:

- Si es posible mantenga una distancia social de 2 metros. Observe si alguna de las personas muestra los síntomas de COVID-19 y diligencie el cuestionario de detección COVID-19, con cada persona.
- Si las respuestas a cualquiera de las preguntas 2,3, 4, 5 y 6 es afirmativa, la persona deberá ser enviada a su casa inmediatamente (NO debe ingresar a su área de trabajo, vestidores o comedor). El administrador del punto coordinará su traslado a su casa (en taxi, en caso de tener u otro vehículo de la empresa), Además de proporcionarle mascarilla N95 o cubrebocas en caso de no contar con mascarilla N95.

Consulte Protocolo Responder a un caso COVID-19 potencial o confirmado en el trabajo

- Si todas las respuestas al cuestionario de evaluación son NO, use un termómetro de temperatura de NO contacto para medir la temperatura de cada persona.
- Permita la entrada si la temperatura corporal es menor a 38 ° C.
- Si la temperatura corporal es igual o superior a 38 ° C, pídale a la persona que se aparte otro lugar identificado y señalizado por la empresa y espere 5 minutos para una segunda medición de temperatura.
- Permita la entrada si la 2da medición de temperatura es menor a 38 ° C.
- Si la segunda temperatura corporal del trabajador también es igual o mayor a 38 ° C, inmediatamente se informa al responsable del SST, para enviar a su EPS.

Limpieza y desinfección

- Periódicamente (al menos cada hora) limpie y desinfecte las superficies y el equipo utilizado en el área de detección, incluidos termómetros, caretas, etc.
- Al concluir la revisión, limpie y desinfecte las superficies y el equipo utilizado en el área de control de acceso, incluidos termómetros, EPP reutilizable, etc. Retire y deseche el EPP desechable.
- El EPP reutilizable colóquelo en el área de desinfección designados
- Lávese las manos y la cara con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Al ingreso de vehículos, motos y bicicletas se realizará limpieza y desinfección por aspersión con hipoclorito de sodio, utilizando una bomba manual.

Nota: Todo personal colaborador de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** que ingrese al establecimiento debe cumplir con lo siguiente.

- Mantener la distancia de 2 metros entre compañeros en fila al ingresar al establecimiento, use antibacterial, no salude de mano y no hable con sus compañeros
- Permitir la toma de temperatura.
- Conteste el cuestionario COVID-19
- Dirigirse al locker, el cual esta demarcado para conservar el distanciamiento, esté el menor tiempo posible y evite aglomeraciones.
- Haga cambio de su ropa de calle con la de trabajo y sepárela adecuadamente en bolsa o locker doble.
- Usar gel antibacterial e ingrese a su sitio de trabajo.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL EN EL TRABAJO

El distanciamiento social es una práctica de salud que tiene como objetivo evitar que las personas estén en contacto cercano durante un período prolongado de tiempo para así reducir el riesgo de transmisión de enfermedades como el nuevo Coronavirus (COVID-19). En este contexto, el contacto cercano significa estar aproximadamente a 2 metros de una persona contagiada por COVID-19. Las pautas generales de distanciamiento social en el trabajo incluyen, entre otras, las siguientes:

- Tomar medidas de protección personal como: quedarse en casa cuando se está enfermo, lavarse las manos, taparse la boca con el antebrazo al toser o estornudar, tirar los pañuelos desechables en los botes de basura.
- Limpiar y desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia como: manijas, apagadores de luz, puertas, escritorios, antebrazos de sillas, lavados, baños, etc.
- Mantenga una distancia de 2 metros de los demás Evitar las reuniones o limitarlas a grupos de 5 personas o menos.
- Evitar realizar viajes que no sean esenciales.
- Hacer uso de las herramientas como Skype, teleconferencia, videoconferencia para evitar las reuniones presenciales.
- Cuando sea posible, trabajar desde casa según lo permitan las responsabilidades del puesto y las necesidades de la organización.
- Designar áreas de trabajo u horarios alternativos para separar a las personas que comparten espacios.
- El área de comedor quedo distribuida para mantener la distancia recomendada de mesas de 2 metros
- Solo se permite el ingreso de unas 6 personas al mismo tiempo conservando el distanciamiento
- Escalonar la hora de entrada y salida de los turnos, cuando sea posible, para reducir la aglomeración de personas en los puntos de acceso.
- En la medida de lo posible, evitar la transferencia o cambio de trabajadores a otras líneas o grupos de trabajo para reducir el riesgo de transmisión a un grupo controlable de personas.

DISMINUIR EL CONTACTO PERSONA – PERSONA EN EL LUGAR DE TRABAJO

- Sensibilización para que los trabajadores de la empresa comprendan los signos de alerta, el reporte ante la presencia de síntomas (incluso leves) y su responsabilidad en reportar oportunamente su condición al empleador.
- Para el personal que no es crítico en planta, priorice la posibilidad de que realice su trabajo en casa y extienda la práctica de mantener reuniones virtuales aun estando en las mismas instalaciones.
- Se limitará los visitantes, proveedores y clientes al establecimiento
- Entre puestos de trabajo se debe mantener una distancia apropiada de 2 mts
- Promover el máximo uso de las escaleras y los pasillos de sentido único a fin de disminuir el contacto de persona a persona.
- Organizar las reuniones por teléfono o internet en lugar de reuniones en persona.
- En consonancia con el procedimiento de higiene y desinfección fortalecer los procedimientos de limpieza de las superficies que son manipuladas por el personal, visitantes y demás con alta frecuencia

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL –EPP PARA PREVENCIÓN DE COVID-19

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, definió una matriz de EPP para prevención de COVID-19, garantizando de esta manera su disponibilidad y recambio, además de informar las recomendaciones de uso eficiente y teniendo en cuenta las siguientes recomendaciones.

- El uso de guantes se recomienda si se van a realizar actividades de aseo o si se van a manipular elementos como residuos, para las demás actividades se recomienda el lavado de manos con agua, jabón y toallas desechables.
- Los EPP no desechables deberán ser lavados y desinfectados antes de ser almacenados en un área limpia y seca y recordar que son de uso personal.
- Se instalarán recipientes adecuados para el destino final de los elementos de protección personal utilizados.
- Los trabajadores deben abstenerse de compartir los EPP.

MANEJO DE LOS TAPABOCAS

El uso correcto de los tapabocas es fundamental para evitar el contagio; igualmente importante el retiro de estos para evitar el contacto con zonas contaminadas y/o dispersión del agente infeccioso, por lo tanto**, CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, mantendrá visibles las técnicas de uso y disposición de EPP.

Pasos para colocación y retiro de tapabocas

- Lávese las manos antes de colocarse el tapabocas.
- El uso de los tapabocas debe seguir las recomendaciones del fabricante.
- Ajuste el tapabocas, si tiene elásticos, por detrás de las orejas; si es de tiras se debe atar por encima de las orejas en la parte de atrás de la cabeza y las tiras de abajo por debajo de las orejas y por encima del cuello.
- La colocación debe ser sobre la nariz y por debajo del mentón.
- La cara del tapabocas con color (impermeable) debe mantenerse como cara externa.

- Debido a su diseño, el filtrado no tiene las mismas características en un sentido y en otro, y su colocación errónea puede ser causante de una menor protección de La colocación con la parte impermeable (de color) hacia dentro puede dificultar la respiración del trabajador y acumulo de humedad en la cara. Por otro lado, dejar la cara absorbente de humedad hacia el exterior favorecerá la contaminación del tapabocas por agentes externos.
- Sujete las cintas o coloque las gomas de forma que quede firmemente.
- Si el tapabocas tiene banda flexible en uno de sus lados, este debe ir en la parte superior, moldee la banda sobre el tabique nasal.
- No toque el tapabocas durante su uso. Si debiera hacerlo, lávese las manos antes y después de su manipulación.
- El tapabocas se puede usar durante un dia de manera continua, siempre y cuando no esté roto, sucio o húmedo, en cualquiera de esas condiciones debe retirarse, eliminarse y colocar uno nuevo.
- Cuando se retire el tapabocas, hágalo desde las cintas o elásticos, nunca toque la parte externa de la mascarilla.
- Una vez retirada, doble el tapabocas con la cara externa hacia dentro y deposítela en una bolsa de papel o basura.
- No reutilice el tapabocas.
- Inmediatamente después del retiro del tapabocas realice lavado de manos con agua y jabón.
- El tapabocas se debe mantener en su empaque original si no se va a utilizar o en bolsas selladas, no se recomienda guardarlos sin empaque en el bolso, o bolsillos sin la protección porque se pueden contaminar, romper o dañar.
- Los tapabocas no se deben dejar sin protección encima de cualquier superficie (ej. Mesas, repisas, escritorios equipos entre otros) por el riesgo de contaminarse.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Aspectos y Recomendaciones Generales

Una de las acciones más importantes para reactivar las actividades productivas es la implementación de medidas de higiene, limpieza y desinfección que permitan contar con un ambiente seguro para las personas en el lugar de trabajo por disminución del riesgo de contagio por el nuevo coronavirus (COVID- 19).

Además de seguir las siguientes consideraciones generales.

- Sensibilización de los colaboradores de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** y sus familias a través de correos, redes sociales y reuniones vía web, frente a la transmisión y prevención del coronavirus dirigiéndolos a información oficial: sitios web de la OMS y las autoridades nacionales y locales de salud.
- Instalación de material de apoyo e información de protocolos ante la manifestación de los síntomas por un posible contagio.
- Habladores en sitios de trabajo e instrucciones de protocolos de Bioseguridad
- Garantizar la afiliación vigente de seguridad social integral, para la atención oportuna de los servicios de salud,

- Disponer y garantizar de elementos esenciales para la prevención del contagio (desinfectante de manos, alcohol, elementos de protección personal, termómetros infrarrojos - sin contacto).

PROCEDIMIENTOS DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN

Para **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** los procedimientos de limpieza y desinfección son de gran relevancia en la implementación de medidas de prevención del contagio de COVID-19

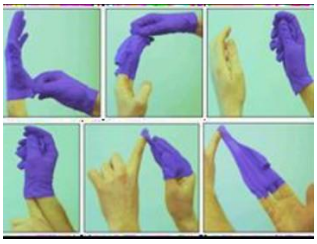
Los estudios realizados hasta la fecha apuntan a que el virus causante de la COVID-19 se transmite principalmente por contacto directo con las gotículas respiratorias (que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda) y por contacto indirecto con superficies y objetos (donde reposan estas gotículas potencialmente infecciosas). Por esta razón, las medidas de limpieza y desinfección en **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, abarca todos los lugares de trabajo donde se concentra en las superficies de contacto que se toquen con mayor frecuencia (como manijas, pasa manos ,perillas, escritorios, mesas, etc.), al ser puntos potenciales de contención ante una posible presencia del virus.

Actividades para realizar por personal de limpieza:

- El personal que realiza labores de limpieza deberá hacer uso de guantes de látex, bata quirúrgica o traje tyvek cuando aplique, mascarilla, lentes y zapatos de seguridad, además de lavarse las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Disponer en todos los sanitarios y asegurar el abasto de: papel higiénico, jabón para manos y papel toalla desechable o secadora eléctrica de manos.
- La limpieza y desinfección deberá realizarse, con desinfectantes comerciales o 10 ml de cloro doméstico con ½ litro de agua al menos dos veces al día, incluir dentro del alcance escritorios, sillas, las perillas de las puertas, manijas de cajones e instrumentos y equipos de trabajo (teléfonos, equipos de cómputo, controles remotos, teclados, mouse, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente), también incluye recepción, sanitarios, bebederos, pasamanos etc.
- Mantener los lugares de trabajo ventilados, sin crear corrientes bruscas de aire.
- Asegurar que los productos de limpieza estén disponibles en las instalaciones, incluyendo limpiador doméstico desinfectante.
- Lavarse las manos al menos cada hora, en caso de no tener actividad.
- Proveer de gel anti-bacterial (60%-70% de alcohol) las áreas comunes: vigilancia, recepción, enfermería, comedor, unidades de transporte de personal, salas de capacitación, acceso a oficinas y otras áreas definidas por la planta.
- Se debe cumplir con los protocolos y reglamento interno COVID-19

Nota: Cómo retirarse el guante quirúrgico de manera segura

- Coloque un bote de basura con una bolsa inmediatamente fuera del área a limpiar.
- Asegúrese que no haya personal a su alrededor a menos de 2 mts de distancia
- En caso de utilizar traje tyvek, retírese primero la ropa protectora desechable, girando las mangas al revés.
- Colóquelo en el basurero.

	Quítese los guantes sin contaminar las manos, como se muestra la imagen
	Deséchelos en el bote de basura
	Cerrar y desechar la bolsa.
	Lave sus manos con agua y jabón por 20 segundos

- Leer y seguir las instrucciones de dilución que se encuentran en la etiqueta del producto
- Usar los Elementos de Protección Personal – EPP indicados en la etiqueta de uso del producto
- Almacenar las sustancias en un área segura
- No realizar diluciones en envases que hayan contenido bebidas o alimentos
- Conservar los productos de limpieza y desinfección siempre en su envase original
- No consumir tabaco, alimentos y bebidas mientras manipula o aplica el producto.
- Mantener la instalación ventilada (por ejemplo, abrir las ventanas, o las puertas, si ello es factible) para proteger la salud del personal de limpieza y de las personas que se encuentren presente en el área que se está limpiando.
- Siempre que el personal a cargo de las labores de limpieza y desinfección termine sus labores, deberá incluir al menos el procedimiento de higiene de manos

Actividades a realizar por personal de la empresa:

- Lavarse las manos al menos cada 2 horas.
- Utilizar el gel anti-bacterial colocado en las áreas comunes

Un procedimiento general de limpieza y desinfección en el lugar de trabajo y áreas comunes tiene cuatro tiempos diferentes:

#	PROCESO	DESCRIPCION
1	Lavado	Aplicación de agua a una superficie o elemento
2	Enjuague	Es la eliminación de toda la suciedad y del detergente disuelto empleado en la fase anterior
3	Desinfección	Es la destrucción de los microorganismos mediante el empleo de un desinfectante ya sea por contacto, aspersión o inmersión
4	Secado	Retirar la humedad manual o mecánica

Limpieza y Desinfección Áreas comunes

OFICINAS- CORREDORES- SALONES	
FRECUENCIA	**Diariamente**
ELEMENTOS A UTILIZAR	Paños wypall, esponja suave y de alambre, cepillo, aspersor, balde- escoba, trapero recipiente plástico, paños, recipientes medidores.
1.Barra adecuadamente el área	
2. Prepare en el aspersor y/o recipiente la disolución con 60 ml de detergente por 1 litro de agua	
3.Aplique la solución	

4.Restregar uniformemente con la escoba o cepillo
5.Realice secado con el trapeador

Limpieza y desinfección de Baños

BAÑOS	
FRECUENCIA	Diariamente
ELEMENTOS A UTILIZAR	Cepillo para inodoro, cepillo de mano, esponja, balde, aspersor, paños desechables, recipientes medidores.
1. Prepare en el aspersor la disolución con 60 ml de detergente por 1 litro de agua.	
2. Aplicar solución jabonosa a chorro en el inodoro y por aspersión a la parte externa del inodoro, tanque y al ambiente	
3. Dejar actuar de 3 a 5 minutos.	
4. Restregar con la esponja la parte externa del inodoro.	
5. Descargar la cisterna	
6. Humedecer toalla con agua potable retirar el detergente externamente	
DESINFECCION	
1.En un recipiente preparar la disolución del desinfectante o cloro con 20 ml por 1 litro de agua.	
2. Aplicar solución desinfectante a chorro en el inodoro y por aspersión a la parte externa del inodoro, tanque y al ambiente.	
3.Dejar secar	

Limpieza y Desinfección Muebles Sillas y Mesas

MUEBLES –SILLAS-MESAS	
FRECUENCIA	**Diariamente**
ELEMENTOS A UTILIZAR	Paños wypall, atomizador, recipientes medidores.
1. Prepare en el aspersor la disolución con 20 ml de Alcohol por 1 litro de agua.	
2. Aplicar solución desinfectante por aspersión	
3. Dejar actuar de 1 a 2 minutos	
4. Secar con toalla desechable, no es necesario enjuagar.	

Limpieza y Desinfección Equipos y Herramientas

HERRAMIENTAS – EQUIPOS- ELEMENTOS DE TRABAJO	
FRECUENCIA	**Diariamente**
ELEMENTOS A UTILIZAR	Paños wypall, atomizador, recipientes medidores.
1. Prepare en el aspersor la disolución con 20 ml de Alcohol o Hipoclorito de sodio por 1 litro de agua.	
2. Aplicar solución desinfectante por aspersión	
3. Dejar actuar de 1 a 2 minutos	
4. Secar con toalla desechable, no es necesario enjuagar.	

Limpieza y Desinfección de canecas y recipientes de Residuos

CANECAS Y RECIPIENTES	
FRECUENCIA	**Diariamente**
ELEMENTOS A UTILIZAR	Aspersor, toallas desechables, Cepillo de mano, balde-recipiente
1. Retire manualmente residuos del fondo de la caneca si es necesario.	
2. Prepare en el aspersor la disolución con 60 ml de detergente por 1 litro de agua.	
3. Deje actuar de 2 a 3 minutos	
4. Aplique por dentro, por fuera de la caneca e igualmente en las tapas	
5. Restriegue con cepillo de mano y/o esponja.	
6. Enjuague con abundante agua.	

Identificación de puntos críticos para la desinfección

Se debe priorizar la limpieza y desinfección de todas aquellas superficies que son manipuladas por el personal, visitantes y demás con alta frecuencia como lo es: manijas, pasamanos, interruptores, baños, llaves de agua, superficies de las mesas, escritorios, superficies de apoyo, entre otras.

Los elementos electrónicos (teléfonos, pantallas, teclados, mouse, celulares, impresoras, entre otros), deberán ser limpiados con productos a base de alcohol, toallas húmedas desinfectantes o alcohol etílico aplicado por aspersión y se limpia con un paño desechable, cumpliendo con el protocolo de lavado y desinfección .de manos al inicio y al terminar la actividad

Elementos de protección personal (EPP)

Siempre se deber utilizar de los siguientes Elementos de Protección Personal (EPP) cuando se realicen los trabajos de limpieza y desinfección en espacios de trabajo y zonas de tránsito.

Overol o bata manga larga con puño y pantalón, desechable o reutilizable, de uso exclusivo en las instalaciones del cliente.

Para el caso de utilización elementos de Bioseguridad reutilizables **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, designa un área de desinfección de éstos.

.

MANIPULACIÓN DE INSUMOS Y PRODUCTOS

Para asegurar que los proveedores de insumos y productos cumplan con los protocolos establecido por el ministerio de salud y protección social, **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** hará selección y evaluación adecuada para el cumplimiento del protocolo.

También se realizaría las siguientes acciones.

- Cumplir con protocolo de recepción de insumos y productos.
- Todas las áreas encargadas de recepción de productos y materiales deben cumplir el protocolo de limpieza y desinfección de los productos a la hora de recibirlos a los proveedores y entregarlos a los clientes
- Se garantizará condiciones de calidad e higiene durante su almacenamiento.
- Se debe reducir el contacto físico en el movimiento de productos entre personas.

- Las Fichas de datos de seguridad de los productos químicos empleados deben estar disponibles en el sitio
- Todo recipiente utilizado para las disoluciones debe estar debidamente etiquetado
- En el centro de acopio se realizará manejo y disposición de envases de detergentes, jabones, desinfectantes.

DOSIFICACION JABON ANTIBACTERIAL

USO	FORMA DE USO	TIEMPO DE ACCION	FORMA DE APLICACION
Lavado de Manos	Aplicar puro directamente sobre las manos previamente humedecidas	Mínimo un minuto	Garantizar el lavado de manos durante 60 segundos

DOSIFICACION HIPOCLORITO DE SODIO

USO	CANTIDAD	AGUA	TIEMPO ACCION	FORMA DE APLICACION
Desinfección de superficies, equipos, elementos, herramientas	20 ml	1 Litro	1 a 2 Minutos	Contacto o aspersión

DOSIFICACION DETERGENTE O JABON LIQUIDO

USO	CANTIDAD	AGUA	TIEMPO ACCION	FORMA DE APLICACION
Desinfección de superficies, Paredes, pisos	60 ml	1 Litro	1 a 2 Minutos	Contacto o aspersión

DOSIFICACION ALCOHOL ETILICO

USO	CANTIDAD	AGUA	TIEMPO ACCION	FORMA DE APLICACION
Desinfección de superficies, equipos, elementos, herramientas	30 ml	1 Litro	1 a 2 Minutos	Contacto o aspersión

MANEJO DE RESIDUOS

La fácil trasmisión del virus y su permanencia sobre objetos y superficies son aspectos que deberán ser considerados como factores de riesgo para el desarrollo de las actividades de **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA**, ante el proceso de manejo y eliminación de los residuos durante el tiempo en el que se mantenga activo el brote, además de contar con un procedimiento de manejo adecuado de desechos sólidos y líquidos.

En principio, se asume que los residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección, tales como elementos y utensilios de limpieza y los EPP desechables, se podrán disponer en los sitios destinados por **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**. No obstante, si en la empresa se llegara a presentar un caso confirmado de la enfermedad por COVID-19, y el colaborador relacionado hubiera permanecido en las instalaciones durante los últimos 14 días, el equipo de seguridad integral dispondrá el manejo especial de los residuos potencialmente infectados con las medidas de control que aplican a los residuos fitosanitarios (por riesgo biológico) y disponer de los procedimientos para el correspondiente manejo y disposición, conforme a la reglamentación vigente para residuos peligrosos o según las disposiciones dadas por la autoridad competente.

Como medidas de prevención del contagio, se utiliza contenedores de basura con tapa de pedal dentro de las instalaciones y se realizar las labores de limpieza y desinfección estrictas en estas áreas.
Los elementos potencialmente infectados, EPP usados y demás residuos del proceso de desinfección y limpieza, se depositan en bolsas rojas para su disposición final adecuada.

PREVENCIÓN Y MANEJO EN SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO

En el marco del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** a través de la matriz de condiciones de salud de trabajadores (estado de salud, hábitos y estilo de vida, factores de riesgo asociados a la susceptibilidad del contagio), hará el seguimiento adecuado a todos los colaboradores de la empresa para evitar algún contagio, así como la verificación de las condiciones de los sitios de trabajo a través de inspecciones diarias y semanales de COVID-19, en todas los establecimientos.

Vigilancia de la salud de los trabajadores en el contexto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

A través de la matriz del cuestionario COVID-19, Se registrará la información a diario de cada trabajador de la empresa, además se diligencia encuesta de perfil sociodemográfico de salud: Censo de trabajadores de nómina de contratistas y subcontratistas (nombre, contacto, edad, enfermedades previas, estado de embarazo, EPS, ARL, convive con personas de riesgo (mayor de 60), personas con morbilidad prexistente , personal de la salud), esta se realiza a través de la ARL POSITIVA.

- No permitir el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones (esta actividad es realizada según lineamientos del cliente) de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre mayor o igual a 38°C.
- Reporte diario, sobre el estado de salud y temperatura del personal en trabajo en casa o en trabajo remoto, de acuerdo con autodiagnóstico que permita identificar síntomas y trayectorias de exposición al COVID-19 de los trabajadores (APP CORONAAP)
- Fomentar el autocuidado, especialmente el monitoreo de temperatura corporal y de síntomas respiratorios por parte de los trabajadores.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores y durante la jornada laboral, realizar el protocolo de lavado de manos, establecer una periodicidad mínima de cada 2 horas y al finalizar la jornada.

- Establecer el canal de información entre el empleador, la EPS, la ARL y el trabajador para que informe cualquier sospecha de síntoma o contacto estrecho con personas confirmadas con COVID-19 y manejarlo de manera confidencial.
- Se Consolidará y mantendrá actualizada una base de datos completa con los trabajadores y demás personal que preste los servicios en la Empresa. Teniendo en cuenta las reservas de información.
- Se llevará un proceso diario de monitoreo de estado de salud y temperatura del personal. En lo posible, utilizando termómetro láser o digital (al cual se le debe realizar la limpieza y desinfección después de cada uso), realizando la toma al ingreso del turno por trabajador, con el debido registro nominal en formato establecido por la empresa. Esta medida también aplica al personal en trabajo en casa o en modalidad remota, los cuales deberán reportar su estado de salud y toma de temperatura, mediante correo electrónico o via telefónica a su jefe inmediato.
- Diligenciamiento protocolo de verificación de estado de salud (reporte de síntomas respiratorios y toma de temperatura) cuando haya ingresado a las instalaciones de proveedores y clientes.
- Plan de capacitaciones a los trabajadores, proveedores y clientes en la aplicación de la etiqueta respiratoria, que incluye cubrirse la nariz al toser o estornudar con el antebrazo o con un pañuelo de papel desechable y deshacerse de él inmediatamente tras usarlo. Abstenerse de tocarse la boca, la nariz y los ojos.
- Si no se dispone del recurso humano idóneo, no se recomienda realizar test para COVID-19 a personas asintomáticas.
- Difundir a los trabajadores la información sobre generalidades y directrices impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social, en relación con los síntomas de alarma, lineamientos y protocolos para (a preparación y respuesta ante la presencia del COVID-19 en el territorio nacional.
- Proveer asesoría y acompañamiento a los trabajadores o colaboradores, incluidos los de aislamiento preventivo.

TRABAJO REMOTO O TRABAJO A DISTANCIA:

Los mayores de 60 años y trabajadores que presenten morbilidades preexistentes identificadas como factores de riesgos para COVID-19 deberán realizar trabajo remoto. Se clasificarán de acuerdo a las condiciones de salud según examen médico ocupacional para que realicen sus actividades en casa con el debido seguimiento diario de su estado de salud; adicional el personal administrativo y que no tiene relación directa con los procesos de producción estarán con trabajo desde su casa.

TRABAJO DE FORMA PRESENCIAL

Todos los trabajadores de la empresa que realicen actividades presenciales deben cumplir con las acciones descritas en este protocolo de Bioseguridad.

Alternativas de organización laboral

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, establece las siguientes acciones para minimizar el riesgo de contagio con COVID-19

Todo el personal que labora en el comedor deberá:

- Lavarse frecuentemente las manos.
- Utilizar careta, cubrebocas y guantes desechables o de látex.

Cumplir con los siguientes estándares:

- Estanterías limpias y ordenadas.
- Empaques y envases cerrados.
- Ningún alimento colocado en el suelo.
- Limpieza y desinfección de cuarto frío y refrigeradores. Utilizar desinfectantes comerciales o 10 ml de cloro doméstico con ½ litro de agua
- Alimentos correctamente cerrados.
- Lavarse las manos antes, mientras y después de haber manipulado alimentos o al menos cada hora.
- Cocinar y manipular correctamente los alimentos durante su preparación.

Actividades a realizar por personal que labora en el comedor en área de comensales:

Cumplir con los siguientes estándares:

- El personal que realiza labores de limpieza en el edificio/área del comedor deberá hacer uso de guantes de látex y cubrebocas, además de lavarse las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
- La limpieza y desinfección de mesas y sillas deberá realizarse inmediatamente después de terminar el horario de servicio de alimentos, utilizar desinfectantes comerciales o 10 ml de cloro doméstico con ½ litro de agua. En el caso de las barreras de cartón, deben sustituirse en el cambio de turno o inmediatamente al presentar deterioro.
- Incluir dentro del alcance oficinas que haya dentro del edificio del comedor, las perillas de las puertas, manijas de cajones e instrumentos y equipos de trabajo (teléfonos, equipos de cómputo, controles remotos, teclados, mouse, materiales y cualquier superficie con la que se tenga contacto permanente), también incluye barra de alimentos.
- Durante el horario en el que se proporcionan los alimentos, al momento de estarse desocupando mesas y sillas, habrá una persona del comedor realizando tareas de limpieza y desinfección con producto desinfectante. Incluir limpieza y desinfección de barreras.
- En caso de no tener personal de limpieza, mantener llenos los Kits de limpieza por mesa

Actividades a realizar por personal de barra de alimentos:

- Lavarse las manos antes, mientras y después de haber manipulado alimentos, o al menos cada hora.
- Platos de frutas, caldos, sopas, postres, etc. no deben estar expuestos en barra de alimentos para tomarse por el personal, deben ser servidos y entregados en el momento que son solicitados
- Para garantizar la inocuidad de los cubiertos estos se entregarán en bolsas de papel/plástica o en su defecto utensilios desechables debidamente protegidos

Actividades a realizar por personal del área de lava loza (para las plantas que aplica):

- Asegurar el funcionamiento adecuado del equipo lava loza
- Se cumple con procedimiento/manual de uso
- El personal está entrenado en el uso del equipo
- Utilizar líquido desinfectante para lavado de loza
- Eliminar el sarro acumulado.
- Al terminar de usar el equipo, se lava, enjuaga y se seca (dejando las puertas abiertas).
- No deje que los residuos de alimentos se acumulen en el fondo, a los lados del tanque y en el sello de la puerta.
- Cumplir con un programa de mantenimiento del equipo.
- Si no se cuenta con máquina lava loza, el personal asignado al lavado de charolas, platos, vasos y cubiertos, debe asegurar el uso de jabón o detergentes.
- Las charolas, platos, vasos y cubiertos se deben llevar secos a la barra de alimentos.

Actividades a realizar por personal de CERQUERA DE BEDOYA GLADYS

- Lavarse las manos y/o uso de gel anti-bacterial, antes y después de consumir alimentos.
- No mover mobiliario del comedor.
- Evitar conversación durante el horario de alimentos.
- Respetar horarios para evitar sobrecupos.
- Estancia el menor tiempo posible, solo disponer del esencial para consumir alimentos.
- En caso de no tener personal de limpieza, limpiar su mesa antes y después de usarla, además de las barreras. (limpieza de manos antes y después de esta actividad)
- Por ningún motivo se debe compartir los cubiertos

MEDIDAS LOCATIVAS

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, Dispondrá de las siguientes áreas y elementos para garantizar el distanciamiento, la limpieza y desinfección y el esparcimiento adecuado de los trabajadores.

- Puntos para el lavado frecuente de manos (lavamanos), además de los puntos de dispensadores de gel.
- Se entregará un dispensador individual de gel para cada trabajador.
- Casilleros dobles para evitar que su ropa ordinaria se ponga en contacto con la ropa de trabajo.
- Áreas amplias de trabajo con suficiente ventilación
- Cada área de trabajo contará con canecas con tapa para la disposición final de los elementos de bioseguridad utilizados por los trabajadores que sean de un solo uso o desechables.
- Tapete de desinfección de zapatos al ingreso del restaurante.

MANTENIMIENTO Y DESINFECCIÓN

Los trabajadores de **GLADYS CERQUERA DE BEDOYA** que se encuentren en las instalaciones deben realizar el protocolo de lavado de manos cada 2 horas.

- Los insumos deben limpiarse externamente con una toalla de papel desechable y una solución desinfectante, desecharlo en una caneca con tapa para residuos ordinarios (bolsa negra).
- Garantizar el proceso de limpieza y desinfección en las máquinas que estén en uso y las superficies de trabajo
- Ventilar y mantener en condiciones higiénicas las áreas de almacenamiento de material o insumos.

MANIPULACIÓN DE MATERIA PRIMA

Antes de ingresar el proveedor para la entrega de materia prima debe cumplir con el protocolo de ingreso al establecimiento mencionados anteriormente, además de contar con todos sus elementos de protección personal incluidos los de COVID-19 (tapabocas y careta).

El personal de bodega de materia prima debe, antes y después de recibir los insumos, lavarse las manos con agua y jabón

Desinfectar los paquetes y materia prima que llegue y almacenarlos adecuadamente.

Informar a los proveedores antes de despachar los pedidos, que la validación y la recepción de facturas y soportes se hará de manera electrónica. De esta manera, se evita el cruce de documentos. De ser necesario el soporte físico, se debe dejar en sobre sellado en el área de correspondencia y mantenerlo en un lugar seguro por 24 horas, mientras el virus se inactiva.

Herramientas de trabajo y elementos de dotación

Una vez terminadas las labores el personal operativo dispone y hace cambio de su tapabocas y continua con la careta hasta su casa.
Para el caso de los elementos de protección personal como los trajes Tyvek o batas, se dispondrá una zona para la desinfección y almacenamiento adecuado.
.

CAPITAL HUMANO

Interacción dentro de las instalaciones

Al ingresar a las instalaciones, el protocolo de desinfección incluye el uso desinfectante para superficies, áreas, zapatos

Al finalizar la jornada laboral, el personal operativo, deberá seguir los protocolos generales de higiene y desinfección, incluyendo el retiro de los elementos de protección personal y de dotación, lavado de manos y cara

Se realizará toma rutinaria de temperatura al ingreso, utilizando termómetros infrarrojos portátiles, para la detección de temperatura corporal de los trabajadores por encima de los 38 grados. En caso tal de detección de temperatura de 38ºC o más, será remitirlo a su EPS.

Evitar en lo posible el uso de las mismas máquinas por diferentes operarios. Si no es posible, desinfectar máquinas antes de cambiar de operador.

Evitar el intercambio de herramientas manuales y eléctricas entre trabajadores, así como los equipos de trabajo. En caso de no ser posible, desinfectar antes de cambiar de operador.

INTERACCIÓN CON TERCEROS (PROVEEDORES, CLIENTES, VISITANTES ETC.)

- El cliente se presenta en puerta principal y seguirá las instrucciones establecidas, mantener distanciamiento, utilizar tapabocas.
- Aplica Cuestionario por escrito COVID-19
- Toma de temperatura
- Si las respuestas de 1 a 6 son NO, persona puede ingresar al local.
- Si las respuestas a 1 es SÍ, 2, 3, 4 y 5 son NO, se envía al consultorio temporal en oficina de seguridad y se notifica al personal del Equipo de seguridad integral
- Si la respuesta a la pregunta 2, 3, 4 o 5 es SÍ, envíe a la persona a su casa y no se permite el acceso hasta que se confirme la prueba negativa.

EL ADMINISTRADOR DE PUNTO O RESPONSABLE DE SST

Revisará a visitantes, tomando de nuevo la temperatura con un termómetro infrarrojo
Si presenta algunos de los síntomas primarios (tos, fiebre, dificultad para respirar o dolor de cabeza) o síntomas secundarios (dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea)

El visitante o cliente NO ingresa al local, deberá retirarse a su domicilio.

Si el personal presenta síntomas de coronavirus COVID-19, es decir, 2 síntomas primarios (tos, fiebre. Dificultad para respirar o dolor de cabeza) además de 1 síntoma secundario al menos (dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea) no se le permite la entrada y deberá ser enviado a su casa inmediatamente.

Todo personal visitante, proveedor, contratistas, mensajeros que ingresen a las instalaciones del restaurante deben cumplir obligatoriamente con estas acciones y traer su propio elemento de protección de bioseguridad (Tapabocas), para permitir el ingreso a los puntos donde opera **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS.**

- Mantener la distancia 2 metros entre visitantes en control de acceso (actividad conjunta con el cliente)
- No saludar de mano a otras personas.
- No haga contacto de sus manos con su cara, nariz y ojos.
- Responder el cuestionario Covid-19
- Permitir la toma de temperatura

- No se permite más de 6 personas en fila
- Esperar al personal de la empresa para que lo atienda.
- Usar gel antibacterial en el acceso.
- Mantener la distancia 2 metros con el personal de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**.
- Mantener las mesas, sillas y otro mobiliario en los lugares asignados.
- Usar gel antibacterial en la salida.

Interacción de visitantes y/o Clientes con personal de la empresa.

- Después de haber aprobado el filtro COVID-19, se le permite el acceso al establecimiento
- Evitar contacto físico y mantener una distancia mínima de 2 metros.
- Hacer uso de gel anti-bacterial y/o lavado de manos después de haber terminado la interacción.
- No haga contacto de sus manos con su cara, nariz y ojos

Desplazamientos desde y hacia el lugar de trabajo

- Si durante el traslado a Casa al establecimiento, el trabajador manifiesta dolor de cabeza/incremento de temperatura y/o tos, deberá informar al jefe inmediato
- Si durante el traslado Planta a Casa, el trabajador manifiesta síntomas primarios (tos, fiebre, dificultad para respirar o dolor de cabeza) o síntomas secundarios (dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea) deberá reportarlo al jefe inmediato.
- Se Capacitará en el cumplimiento de los protocolos para los traslados, especialmente los de uso de transporte público, establecidos por las autoridades competentes.
- Si los desplazamientos se realizan en medios de transporte masivo, se deberá hacer uso del tapabocas y en la medida de lo posible guantes no estériles, nitrilo o caucho, procurando mantener distancia mínima de un metro (2 m) entre las personas al interior del vehículo.
- Se incentivará el uso de otros medios de transporte como bicicleta, motocicleta, entre otros y se debe realizar la limpieza de los elementos como cascos, guantes, gafas, etc.

Capacitar los trabajadores en aspectos básicos relacionados con la forma que se transmite el COVID -19 y las maneras de prevenirlo

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, dispondrá de información general para todos sus trabajadores en los siguientes temas a través de carteleras, redes sociales, capacitaciones virtuales.

- Riesgo de exposición
- Factores de riesgo del hogar y la comunidad
- Factores de riesgo individuales
- Signos y síntomas
- Importancia del reporte de condiciones de salud
- Uso adecuado de los EPP
- Lavado de manos.
- Limpieza y desinfección

- Medidas de prevención transporte publico

Medidas de coordinación con Administradoras de Riesgos Laborales ARL

- Dentro de la matriz de identificación de peligros, evaluación y valoración de riegos de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, se incluyó el factor de riesgo biológico por contagio de coronavirus COVID-19 para identificar las actividades de mayor exposición y de este modo determinar los controles a implementar, entre ellos la distribución de espacios de trabajo y ubicación del personal para el distanciamiento físico de los trabajadores, en concordancia con lo indicado en este protocolo
- Diseñar con la asesoría de la ARL la lista de chequeo para identificar potenciales riesgos y establecer los controles operacionales necesarios antes del inicio de la actividad laboral
- La ARL deberán disponer de un equipo técnico responsable para orientar a sus empresas afiliadas en la gestión del riesgo laboral por exposición a COVID-19.
- La ARL deberán suministrar asistencia técnica para la vigilancia de la salud de los trabajadores expuestos al riesgo laboral de COVID -19.

La ARL deberán orientar a las empresas sobre la gestión del riesgo laboral de los trabajadores vulnerables a la infección con COVID- 19.
Orientar a los empleadores, contratantes, trabajadores dependientes e independientes afiliados sobre la postura, uso, porte adecuado, retiro, manipulación, disposición y eliminación de los elementos de protección personal, según las instrucciones de las autoridades sanitarias, establecidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
Responder de manera ágil y oportuna a las solicitudes de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS,** referentes al control del riesgo laboral por COVID – 19.

Recomendaciones en la vivienda

Al salir de la vivienda

Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones a la movilidad y acceso a lugares públicos.
Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar conglomeraciones de personas.
Asignar un adulto para hacer las compras, que no pertenezca a ningún grupo de alto riesgo
Restringir las visitas a familiares y amigos si alguno presenta cuadro respiratorio.
No saludar con besos, ni abrazos, ni dar la mano y mantener el aislamiento.
Utilizar tapabocas en el transporte público, supermercados, bancos, y demás sitios
En casa debe usar tapabocas en caso de presentar síntomas respiratorios o si convive con personas que pertenecen al grupo de riesgo de contagio.

Al regresar a la vivienda

Retirar los zapatos a la entrada y lavar la suela con agua y jabón.
Lavar las manos de acuerdo con los protocolos del Ministerio de Salud y Protección
Evitar saludar con beso, abrazo y dar la mano y buscar mantener siempre la distancia de más de dos metros entre personas.
Antes de tener contacto con los miembros de familia, cambiarse de ropa.
Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.

La ropa debe lavarse en la lavadora o a mano con agua caliente que no queme las manos y jabón y secar por completo. No reutilizar ropa sin antes lavarla. No sacudir las prendas de ropa antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Dejar que se sequen completamente
Bañarse con abundante agua y jabón.
Mantener la casa ventilada, limpiar y desinfectar áreas, superficies y objetos de manera regular.
Si hay alguna persona con síntomas de gripa en la casa, tanto la persona con síntomas de gripa como quienes cuidan de ella deben utilizar tapabocas de manera constante en el hogar.

Convivencia con una persona de alto riesgo

Si el trabajador convive con personas mayores de 60 años, o con personas con enfermedades preexistentes de alto riesgo para el COVID-19, (Diabetes, Enfermedad cardiovascular - Hipertensión Arterial- HTA, Accidente Cerebrovascular — ACV), VIH, Cáncer, Uso de corticoides o inmunosupresores, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica -EPOC, mal nutrición (obesidad y desnutrición), Fumadores o con personal de servicios de salud, debe extremar medidas de precaución tal corno:

- Mantener la distancia al menos de dos metros.
- Utilizar tapabocas en casa, especialmente al encontrarse en un mismo espacio que la persona a riesgo y al cocinar y servir la comida.
- Aumentar la ventilación del hogar.
- Si es posible, asignar un baño y habitación individual para la persona a riesgo. Si no es posible, aumentar ventilación y limpieza y desinfección de superficies de todas las áreas del hogar.
- Cumplir a cabalidad con las recomendaciones de lavado de manos e higiene respiratoria impartidas por el Ministerio de Salud y Protección Social.
- Lavar y desinfectar en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas, e incrementar estas actividades en las superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas, muebles, juguetes, bicicletas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo.
- La limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos’ i) retiro de polvo, ii) lavado con agua y jabón, iii) enjuague con agua limpia y iv) desinfección con productos de uso doméstico.
- Limpiar y desinfectar todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria, como: computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente, que se limpian empleando un paño limpio impregnado de alcohol al 70% o con agua y jabón, teniendo precaución para no averiarlos.
- Lavar con regularidad fundas, sabanas, toallas, etc.
- Utilizar guantes para manipular la ropa, evitar sacudir la ropa y no permitir el contacto de esa ropa con el cuerpo

Manejo de situaciones de riesgo por parte del empleador

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, define protocolo de remisión para el tratamiento de las personas con síntomas, o que hayan sido diagnosticadas con COVID-19, en línea con lo establecido por el Ministerio de Salud y Protección Social, incluyendo las siguientes medidas:

- Canal de comunicación directo con los trabajadores y todo aquel que se encuentre dentro de las instalaciones para que informe inmediatamente sobre cualquier eventualidad de salud que presente dentro de la empresa o de personas con síntomas de mal estado de salud.

- Proceso de vigilancia y control para detectar trabajadores enfermos o con síntomas

- En el marco del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, se establece la matriz de condiciones de salud para alerta de síntomas y vigilancia a la salud de los trabajadores.

- Coordinar con las EPS para que realicen apoyo al seguimiento en la prevención, detección y seguimiento al estado de salud de los trabajadores, incluyendo estrategias de test° aleatorio de COVID – 19, si es el caso.

Como se difunde el monitoreo de síntomas de contagio de COVID-19 entre trabajadores

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, Difundirá información periódica a los trabajadores y al personal respecto de la implementación de medidas de prevención (distancia física, correcto lavado de manos, cubrimiento de nariz y boca con el codo al toser), uso adecuado de elementos de protección personal e identificación de síntomas (fiebre, tos seca y dificultad para respirar). Cuando sean presenciales, estas actividades deben realizarse en grupos no mayores a cinco (4) personas

PREVENCIÓN Y MANEJO DE SITUACIONES DE RIESGO DE CONTAGIO

- Asegurar que se cumplan las disposiciones y recomendaciones de las autoridades de salud en relación a la prevención del contagio por COVID-19.
- Se establece un sistema de verificación diaria con todos los trabajadores sobre COVID-19
- No se permite el ingreso y/o acompañamiento a las instalaciones, de personas que presenten síntomas de gripa ni cuadros de fiebre igual mayor a 38°C.
- Seguimiento diario aleatorio evidenciable, sobre el estado de salud y temperatura del personal en trabajo en casa o en modalidad remota, de acuerdo con autodiagnóstico que permita identificar síntomas y trayectorias de exposición al COVID-19 del personal.
- Antes de ingresar a las instalaciones o iniciar labores, realizar el protocolo de lavado de manos.
- Establecer canales de información para que los trabajadores informen cualquier sospecha de síntoma o contacto con personas diagnosticadas con COVID-19.
- Cumplir con el protocolo de verificación de estado de salud y temperatura de proveedores y clientes cuando haya algún tipo de ingreso a las instalaciones

- Garantizar la afiliación de los trabajadores de la compañía al Sistema de Seguridad Social Integral, y así mismo, solicitar el cumplimiento de este requisito, al personal indirecto que presta los servicios para la compañía.
- Asistir a las capacitaciones de prevención y control donde se explique la forma correcta de Uso de EPP, lavado de manos y otras medidas de autocuidado
- Asegurar que los trabajadores permanezcan en el sitio de trabajo asignado y en el horario de trabajo establecido.

PASOS A SEGUIR EN CASO DE PRESENTAR UNA PERSONA SÍNTOMAS COMPATIBLES CON COVID-19

Notificaciones de empleados contagiados.

- Cuando se identifica a un empleado en el trabajo con síntomas de COVID-19, implemente el siguiente protocolo y acciones:
- Si una persona se siente enferma en el trabajo y es sospechosa de presentar síntomas de COVID-19:
- Mantener una separación acorde a los lineamientos de distanciamiento social en el trabajo.
- Si después de la encuesta estado de salud COVID-19, presentase alguno de los síntomas primarios (tos, fiebre, dificultad para respirar o dolor de cabeza) o síntomas secundarios (dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea). El personal NO ingresa a laborar y/o deberá retirarse a su domicilio.
- Si el personal presenta síntomas de coronavirus COVID-19, es decir, 2 síntomas primarios (tos, fiebre, dificultad para respirar o dolor de cabeza) además de 1 síntoma secundario al menos (dolores en huesos, dolores musculares, dolor/ardor en garganta, flujo nasal, conjuntivitis, dolor en pecho o diarrea) no se le permite la entrada a la planta y deberá ser enviado a su casa inmediatamente. En conjunto con Jefe de Laborales coordinará su traslado a su casa (en taxi, u otro vehículo de la empresa), no utilizando el transporte de personal, además de proporcionarle mascarilla N95 o cubrebocas en caso de no contar con mascarilla N95. Deje el cubrebocas o mascarilla sobre una mesa, para que sea tomada por la persona, evite el contacto personal.
- El personal de seguridad integral informará a Gerente de Recursos Humanos
- Diariamente el personal del equipo de seguridad Integral estará monitoreando vía telefónica los síntomas de todos los casos sospechosos o confirmados de COVID 19 que se encuentren en cuarentena (ya sea en domicilio o centro hospitalario) y registrando su evolución / actualización de síntomas en bitácora. Le indicará cuál será el tratamiento médico a seguir y la fecha en que puede reincorporarse a laborar.

Consulte Protocolo: Reincorporación para trabajar de personal sospechoso o confirmado con COVID-19

Obtenga de las personas la información que se detalla a continuación, u obtenga un número de teléfono actual e infórmele a su jefe inmediato. La persona responsable se comunicará para obtener la siguiente información:

- Con quién tuvieron contacto cercano en el trabajo el último día (24 horas).
- Con quién trabajaron en contacto cercano en el trabajo en los últimos 14 días antes de que comenzaran los síntomas.

- Quien en el trabajo puede haber usado con frecuencia elementos compartidos con la persona enferma, como computadoras, teléfonos, herramientas, controles de equipos, utensilios de cocina, etc.
- Acompáñalos a juntar cualquier objeto personal que necesiten llevar a casa:
- Asegúrese de que la persona evite el contacto cercano con otras personas y que toque superficies que no sean su casillero personal y sus pertenencias.
- Acompañar al individuo fuera de las instalaciones. (Se transportará a su casa según lo acordado por Recursos Humanos)
- Mantener la confidencialidad.
- Respetar la privacidad de la persona enferma.
- No comparta el nombre de la persona (excepto la necesidad de saber con SST y / o Recursos Humanos)
- No use el nombre de la persona para investigar contactos o comunicaciones
- Si aún no lo ha hecho, determine con quién trabajó la persona en contacto cercano durante los últimos 14 días antes de que comenzaran los síntomas.
- No incluye pasar por un período corto, a menos que tosan o estornuden directamente.
- Notificar a **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS** la gestión del posible caso COVID-19
- Póngase en contacto con Seguridad integral.
- Póngase en contacto con el departamento de salud local si así lo exige el gobierno local para informar a una "persona en riesgo" de COVID-19.
- Asegúrese de que las áreas donde frecuenta la persona enferma estén limpias y desinfectadas
- Realice una evaluación de EPP mínimo requerido: guantes de látex, bata o traje tyvek cuando aplique, mascarilla, lentes y zapatos de seguridad, además de lavarse las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Vea las definiciones para la lista de limpiadores y desinfectantes aprobados.
- Inicialmente limpie las superficies sucias con detergente o agua y jabón antes de la desinfección.
- Limpie el área o las superficies del área, enfocándose en las superficies que se tocan con frecuencia, como mostradores, mesas o escritorios, perillas o manijas, accesorios de baño, teléfonos, teclados, tabletas, computadoras/laptops.
- Limpie otras superficies en las que estuvo el empleado ese día, oficina, baño, sala de descanso, salas de reuniones, etc.
- Después de limpiar y desinfectar, retire el EPP de manera que evite la contaminación de la piel u otras superficies de la siguiente manera:
- Coloque un bote de basura con una bolsa inmediatamente fuera del área a limpiar.
- Asegúrese que no haya personal a su alrededor a menos de 2 mts de distancia
- En caso de utilizar traje tyvek, retírese primero la ropa protectora desechable, girando las mangas al revés.
- Colóquelo en el basurero.
- Quítese los guantes sin contaminar las manos.
- Deséchelos en el bote de basura.
- Cerrar y desechar la bolsa.
- Lave sus manos con agua y jabón por 20 segundos.

Notificar a otros que estuvieron en contacto cercano con la persona enferma

- Notificar a la persona mientras mantiene el distanciamiento social; use una conversación telefónica si es posible.
- Hágales saber que han tenido contacto potencial con un individuo con síntomas potenciales de COVID-19 (mantenga la confidencialidad de la persona enferma).
- Siga este plan de conversación:
- Una persona con la que usted tuvo contacto cercano, experimentó recientemente síntomas de COVID-19, lo que lo llevó a hacerse una prueba de COVID-19 como medida de precaución. Los resultados de la prueba deberían estar disponibles pronto.
- No revelaremos el nombre de esta persona para proteger su privacidad, pero sería informarle lo antes posible.

Explíquele que debe seguir las recomendaciones del equipo de seguridad integral

Explica los siguientes pasos:

- Si los síntomas de la persona enferma no indica un caso sospechoso de COVID-19 o luego confirma mediante una prueba médica un resultado negativo de COVID-19, se le notificará y podrá detener su cuarentena y regresar al trabajo.
- Si la clínica confirma un diagnóstico positivo de COVID-19 (después de la prueba), le informaremos y revisaremos el protocolo de cuarentena.
- Monitorearse así mismo la fiebre, tomando temperatura dos veces al día y permanecer alerta ante la tos, dolor de cabeza o la dificultad para respirar. Si desarrolla síntomas de COVID-19, se aísla por sí mismo, limita el contacto con otros y da aviso por teléfono a Recursos Humanos y/o Seguridad y Salud en el trabajo

Si el individuo aún no ha salido del establecimiento:

- Continuar manteniendo una separación de distanciamiento social en todo momento
- Proporcione mascarilla N95 o cubrebocas en caso de no contar con mascarilla N95. Deje el cubrebocas o mascarilla sobre una mesa, para que sea tomada por la persona, evite el contacto personal.
- Obtenga de las personas la información que se detalla a continuación, u obtenga un número de teléfono actual e infórmeles que Recursos Humanos o seguridad integral se comunicarán con ellos para obtener la siguiente información:
- Con quién tuvieron contacto cercano en el trabajo el último día (24 horas).
- Con quién trabajaron en contacto cercano en el trabajo en los últimos 14 días antes de que comenzaran los síntomas.
- Quien en el trabajo puede haber usado con frecuencia elementos compartidos con la persona enferma, como computadoras, teléfonos, herramientas, controles de equipos, etc.
- Acompáñalos a recoger todas las pertenencias personales que necesiten llevar a casa:
- Asegúrese de que el individuo evite el contacto cercano con otras personas y que toque superficies que no sean su casillero personal y sus pertenencias.
- Acompañar al individuo fuera de las instalaciones.

Precauciones recomendadas para miembros de la familia que convivan con una persona sospechosa o confirmada COVID19.

Los miembros de la familia que pueden tener contacto cercano con una persona con COVID-19 sintomático confirmado por laboratorio o una persona sospechosa de haberse contagiado, deben monitorear su estado de salud. Si desarrollan síntomas de COVID-19 (por ejemplo, fiebre, tos, dolor de cabeza o dificultad para respirar) deberán reportara de inmediato al jefe.

Los contactos cercanos también deben seguir estas recomendaciones:

- Asegúrese de comprender y ayudar al paciente a seguir el tratamiento médico (medicamentos y atención). Debe ayudar al paciente con necesidades básicas en el hogar y brindar apoyo para obtener alimentos, y otras necesidades personales.
- Monitorear los síntomas del paciente. Si el paciente se enferma, llame de inmediato y dígale que el paciente tiene COVID-19 confirmado por laboratorio.
- Los miembros de la familia deben permanecer en otra habitación o estar separados del paciente tanto como sea posible. Deben usar un dormitorio y baño separados, si están disponibles.
- Prohibir las visitas que no tienen una necesidad esencial de estar en el hogar.
- Los miembros de la familia deben cuidar a cualquier mascota en el hogar. No manipule mascotas u otros animales mientras esté enfermo.
- Asegúrese de que los espacios compartidos en el hogar tengan un buen flujo de aire, como un aire acondicionado o una ventana abierta, si el clima lo permite.
- Realizar higiene de manos con frecuencia. Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga 60 a 70% de alcohol, cubra todas las superficies de sus manos y frótelas hasta que se sientan secas. El jabón y el agua deben usarse preferentemente si las manos están visiblemente sucias.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.
- El paciente debe usar una mascarillaN95 cuando esté cerca de otras personas. Si el paciente no puede usar una mascarilla (por ejemplo, porque causa problemas para respirar), usted, como cuidador, debe usar una máscarillaN95 cuando esté en la misma habitación que el paciente.
- Use una mascarilla desechable y guantes cuando toque o tenga contacto con la sangre, las heces o los fluidos corporales del paciente, como la saliva, el moco nasal, el vómito y la orina.
- Deseche las mascarillas y guantes desechables después de usarlos. No reutilizar
- Al quitar el equipo de protección personal, primero quítese y deseche los guantes. Luego, lávese inmediatamente las manos con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol. Luego, quítese y deseche la mascarilla facial, e inmediatamente limpie sus manos nuevamente con agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol.
- Evite compartir artículos del hogar con el paciente. No debe compartir platos, vasos, vasos, utensilios para comer, toallas, ropa de cama u otros artículos. Después de que el paciente use estos artículos, debe lavarlos a fondo (consulte a continuación "Lavar bien la ropa").
- Limpie todas las superficies de "alto contacto", como mostradores, mesas, perillas de las puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche, todos los días. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o líquidos corporales.

- Use un aerosol o toallita de limpieza doméstica, de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para el uso seguro y efectivo del producto de limpieza, incluidas las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como usar guantes y asegurarse de que tenga buena ventilación durante el uso del producto.
- Lave bien la ropa.
- Quítese y lave inmediatamente la ropa o ropa de cama que contenga sangre, heces o líquidos corporales.
- Use guantes desechables mientras maneja artículos sucios y mantenga los artículos sucios lejos de su cuerpo. Lávese las manos (con agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Lea y siga las instrucciones en las etiquetas de la ropa o artículos de ropa y detergente. En general, use un detergente para ropa normal de acuerdo con las instrucciones de la lavadora y seque completamente usando las temperaturas más cálidas recomendadas en la etiqueta de la ropa.
- Coloque todos los guantes desechables usados, mascarillas y otros artículos contaminados en un recipiente forrado antes de desecharlos con otros desechos domésticos. Lávese las manos (con agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de manipular estos artículos. El jabón y el agua deben usarse preferentemente si las manos están visiblemente sucias.
- Discuta cualquier pregunta adicional con su departamento de salud estatal o local o proveedor de atención médica.

Acciones inmediatas ante caso confirmado covid-19 en el establecimiento

- Identificar y contactar al personal que tuvo contacto directo con la persona confirmada.
- Enviar a cuarentena al personal que estuvo en contacto de 1er nivel con caso confirmado y monitorear a diario sus condiciones.
- Limpiar y desinfectar las áreas de trabajo del caso confirmado y contactos cercanos de 1er nivel.
- Identificar personal en contacto con 1er. Nivel, es decir personal de 2o. Nivel
- Iniciar programa de monitoreo de síntomas para revisión diaria al personal que estuvo en contacto de 2do nivel con caso confirmado.
- Identificar síntomas de enfermedad de los contactos de 2do nivel para iniciar protocolo de cuarentena y desinfección de áreas de trabajo.
- Levantar lista de personas que hayan estado en contacto cercano y contacto menor con casos sospechosos que tienen síntomas.
- Limpiar y desinfectar del Equipo de seguridad integral
- Enviar al personal de alto riesgo de mortandad a sus casas (ej. Enfermedades respiratorias, diabetes, cáncer, etc.).

Seguridad y Salud en el Trabajo

Utilizar el EPP correcto con la personal área de seguridad: gafas de seguridad, mascarilla quirúrgica, guantes, traje Tyvek, y máscara facial.

Controles al ingreso y salida

- Actualizar el cuestionario de control de ingreso con los síntomas adicionales compartidos por Instituto Nacional Salud
- Aplicar al 100% el control de acceso a planta cuestionario y temperatura.
- Aplicar cuestionario y toma de temperatura en entrada y salida
- Definir roles de personas que darán seguimiento a evitar aglomeraciones en las filas de acceso y salida.

Limpieza y desinfección

- Integrar una brigada o equipo específico para realizar la rutina de limpieza y desinfección en el interior de la planta con caso confirmado y plantas cercanas con riesgo de propagación.
- Iniciar con las rutinas de limpieza y desinfección con frecuencia constante al menos 1 vez a la semana (la frecuencia se determinará en función al químico que se utilice para la actividad).

Comunicación

Lanzar campaña de comunicación y concientización sobre los síntomas adicionales que indican infección de COVID-19, así como los nuevos controles de prevención a implementar (cubrebocas en transporte, cuestionario, etc.).

- Reforzar comunicación de prácticas de distanciamiento social en la entrada, cafetería, sanitarios, juntas, etc, Mediante de carteleras pendones avisos

Reinicio de operaciones después de suspensión temporal

Antes del reinicio de las operaciones después de un cierre temporal de las instalaciones, se requieren las siguientes acciones para confirmar que todo está en orden para evitar la propagación de COVID-19 a los empleados, contratistas u otros.
La instalación debe tener un plan para responder a los diferentes niveles de transmisión de enfermedades en la comunidad y planes de respuesta para abordar los posibles impactos operativos como se describe a continuación.
Confirmación del estado de salud de los empleados para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19

7 días antes de iniciar: comuníquese con los empleados y solicite una confirmación de su estado de salud:
Si tienen síntomas (es decir, fiebre o tos o dolor de cabeza o fatiga extrema o dificultad para respirar) o si tienen un familiar enfermo en su casa con COVID-19, deben quedarse en casa y REPORTAR AL JEFE INMEDIATO.

días antes de iniciar: los supervisores y los gerentes de departamento deben utilizar la información del estado de salud del personal para administrar al personal disponible y asignarlos o redistribuirlos en función de las cargas de trabajo anticipadas.

Limpieza y desinfección

- días antes de iniciar: con un proveedor autorizado, aplique una rutina de limpieza y desinfección en el sitio, enfocarse principalmente en comedor, estaciones de trabajo compartidas, baños, oficinas, salas de juntas, capacitación, departamento médico, etc.
- días antes de iniciar: garantice la disponibilidad de productos de limpieza y desinfectantes, incluidos los productos de limpieza domésticos desinfectantes , gel anti-bacterial (desinfectante para manos), guantes (p. Ej., Nitrilo o látex), gafas de seguridad y, según sea necesario y Tyvek desechable para protección del personal que realizará una limpieza profunda.
- días antes de iniciar: implemente una estación de gel anti-bacterial (desinfectante para manos) en áreas comunes: caseta de vigilancia, recepción, departamento médico, comedor, recepción de transportistas, salas de capacitación, acceso a oficinas y otras áreas definidas por la planta.
- días antes de iniciar: limpieza y desinfección de superficies que se tocan con frecuencia (es decir, mesas, sillas, mostradores, mesas, perillas de puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y escritorios)
- 2 días antes de iniciar: asegúrese de que los sanitarios estén provistos de papel higiénico, jabón de manos y toallas de papel desechables o secador de manos eléctrico.

Reincorporación para trabajar de personal sospechoso o confirmado con COVID-19

La decisión de regresar al personal a trabajar después del aislamiento/cuarentena en el hogar o en hospital debido casos sospechosos o confirmados COVID-19 debe realizarse en base aciertos lineamientos.
Los lineamientos para la reincorporación del personal:

Casos positivos COVID-19 con prueba que confirme resultado negativo COVID-19
Cumpliendo 14 días de aislamiento desde la fecha del resultado de la prueba positiva, y
Eliminación de la fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles y de los síntomas respiratorios (Ejemplo. Tos, dificultad para respirar); Y
Confirmación de los resultados negativos de la prueba COVID-19 por escrito de un médico o profesional de la salud.
Casos sospechosos o positivos sin segunda prueba que confirme resultado negativo COVID-19.
Han transcurrido al menos 14 días desde que se le considero sospechoso o positivo, así como la eliminación de los síntomas por los cuales se envió a cuarentena. Si aún siguen presentándose síntomas deberán;
Darse al menos 7 días más para la eliminación de la fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles y de los síntomas respiratorios (ejemplo. Tos, dificultad para respirar)
Confirmación de lo anterior por escrito de un médico o profesional de la salud.

PLAN DE COMUNICACIONES

Pasos y recomendaciones generales

CERQUERA DE BEDOYA GLADYS, a través de la paginas web, noticias, redes sociales recopilará y vigilará la situación actual del país de cara a la pandemia, esta información se actualizará diariamente y se divulgará a través de cartelera.

Este monitoreo estará orientado a reconocer información sobre:
La situación del país en relación a la pandemia y cambios en el nivel de alerta definido por las autoridades de salud.
Identificar reportes o disposiciones en materia de salud pública.
Reconocer e informarse sobre nuevas medidas, disposiciones y normativa en asuntos de industria y comercio.

Se publica matriz de comunicación para garantizar los canales de comunicación en doble vía con todo el personal operativo, administrativo y trabajadores remotos en la cual se evidencia los siguientes puntos.

Que se debe comunicar
Donde se genera la información
Quien debe comunicar
A quien
Como
Cuando
Contacto

Esta matriz aplica para todas las emergencias, sugerencias, quejas, reclamos y casos positivos COVID-19.

Análisis y toma de decisiones

La información relevante que se recopile a través del monitoreo de medios y consulta a entidades de apoyo o servicios empresariales, será presentada y analizada en el marco del equipo de comunicación definido en la organización, con el fin de coordinar acciones necesarias para la adopción de los cambios o aplicación de las nuevas medidas identificadas.

Para el correcto desarrollo y seguimiento de este protocolo se realizará lo siguiente.

Informar a todo el personal sobre el protocolo establecido
Designar a un comité (Auditores COVID-19) que se encargue realizar seguimiento al protocolo
El comité de salud y seguridad en el trabajo – COPASST se encarga de actualizar el protocolo de Bioseguridad si es necesario. Los encargados de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa juegan un papel importante en la reunión de información actualizada y en la mejora del protocolo.

Información y entrenamiento a todo el personal

La concientización de todo el personal de **CERQUERA DE BEDOYA GLADYS**, sobre COVID-19, se realizará mediante sesiones de entrenamiento y publicación de lonas, carteles, posters, etc. Esta información se basará en las diferentes páginas web del estado.

Validación de acción y control

El programa de inspecciones a los Protocolos COVID-19 es crítico para su implementación exitosa y ayudará a asegurar que las áreas de oportunidad se identifiquen y corrijan rápidamente.

De acuerdo con los requisitos integrados en los Check list de verificación de los check list se completarán en las frecuencias designadas y todas las no conformidades (NO cumplimientos) deben tener un Plan de Acción para la corrección y cierre.

Estas inspecciones incluirán el refuerzo de los comportamientos relacionados con COVID-19 y la identificación e implementación de las acciones correctivas y preventivas requeridas.

DOCUMENTOS / LINK DE REFERENCIA:

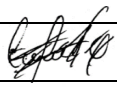
- Resolución 666 del 24 de abril de 2020
- Resolución 675 del 24 de abril de 2020
- Lineamientos para el sector productivo de productos farmacéuticos, alimentos y bebidas en Colombia durante la fase de mitigación
- https://www.positivacomunica.com/coronavirus/

ANEXOS

- Cuestionario COVID-19 Acceso al establecimiento
- Matriz de EPP para contingencia en personal de planta
- Uso correcto de cubrebocas y careta
- Cuestionario de contacto caso potencial o confirmado de COVID-19
- Programa de Inspecciones y Check list

CONTROL DE CAMBIOS

VERSION	CAMBIO
0	Se crea el documento

	NOMBRES	CARGO	FECHA	FIRMAS
Elaboró:	Carlos Andrés Méndez	Ingeniero SST	2021/11/10	
Revisó y Aprobó:	Gladys Cerquera de Bedoya	Gerente	2021/11/10	